

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN AGRESIVITAS SISWA YANG  
BERMAIN GAME ONLINE DI MTS NU DEMAK**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



**Disusun Oleh:**

**Muhammad Faiz Hassan**

**30701800087**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2022**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**  
**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN AGRESIVITAS SISWA YANG**  
**BERMAIN GAME ONLINE DI MTS NU DEMAK**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

**Muhammad Faiz Hassan**

**30701800087**

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

Pembimbing

Tanggal,

Inhastuti Sugiasih, S.Psi., M.Psi., Psikolog

24 November 2022

Semarang, 24 November 2022

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Sultan Agung



**Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si**

**NIK. 210799001**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN AGRESIVITAS SISWA YANG**  
**BERMAIN GAME ONLINE DI MTS NU DEMAK**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

**Muhammad Faiz Hassan**

**30701800087**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 24 November 2022

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Dra. Rohmatun, M. Si, Psikolog

2. Luh Putu Shanti Kusumaningsih, M. Psi, Psikolog

3. Inhasuti Sugiasih, S. Psi, M.Psi, Psikolog



Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 24 November 2022

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



**Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si**

**NIK. 210799001**

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya Muhammad Faiz Hassan dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

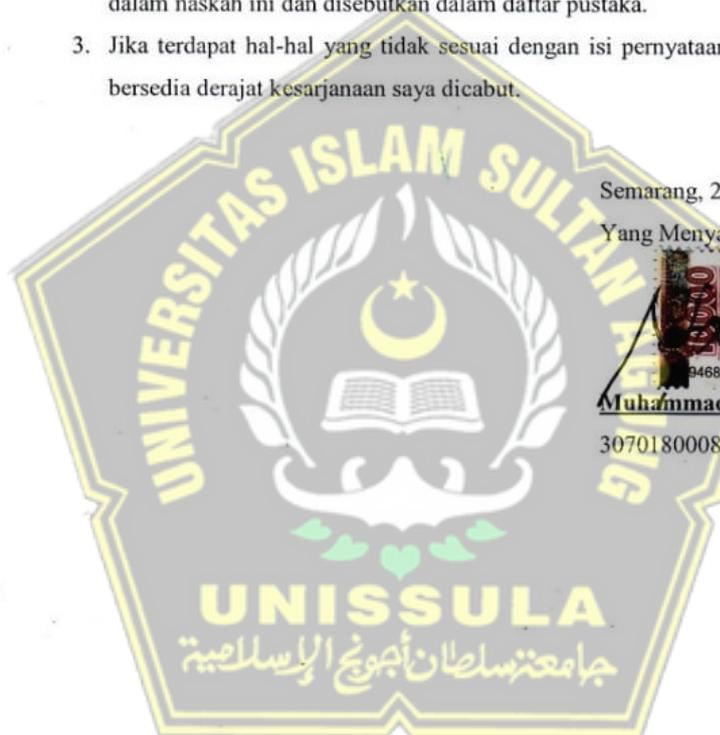
1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/ diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam 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, 21 November 2022

Yang Menyatakan

  
Muhammad Faiz Hassan

30701800087



## MOTTO

“Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, boleh jadi mereka lebih baik daripada mereka yang mengolok-olok dan jangan pula perempuan-perempuan mengolok-olok perempuan lain boleh jadi perempuan itu lebih baik daripada perempuan yang mengolok-olok. Janganlah kamu saling mencela dan memanggil dengan julukan buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah fasik setelah beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah yang zalim.”

**(QS. Al-Hujurat:11)**

“Bukanlah orang yang kuat yang menang dalam pergulatan akan tetapi orang yang kuat ialah yang mampu menahan hawa nafsunya saat marah”

**(Muttafaqun ‘Alaih)**

*“Emotion are what makes us human. Make us real. The word emotion stands for energy in motion. Be Truthful about your emotions, and use your mind and emotions ini your favour, not agints yourself.”*

**(Robert T. Kiyosaki)**

*“Those who keep learning, will keep rissing in life”*

**(Charlie Munger)**

## PERSEMBAHAN

Penulis mempersembahkan karya ini kepada :

Teruntuk ibu tercinta yang selalu memberikan semangat, dukungan, motivasi, dan doa. Karena ibu yang selalu mendukung disaat saya senang maupun sedih dan selalu bersabar mendengarkan keluh kesah saya. Berkat ibu, saya dapat mencapai pada titik ini.

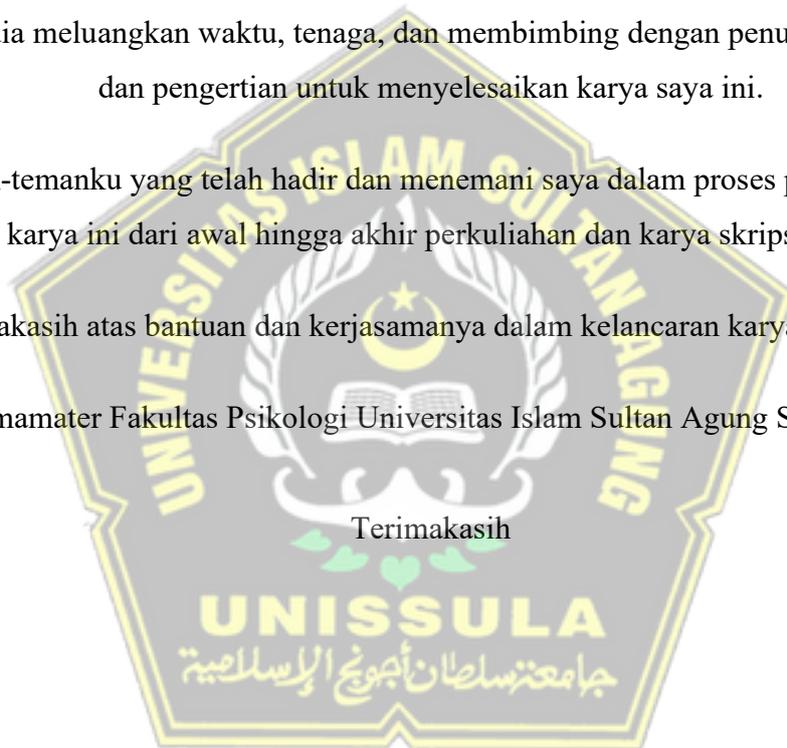
Dosen pembimbing saya, ibu Inhasnuti Sugiasih, S.Psi, M.Psi. yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan membimbing dengan penuh kesabaran dan pengertian untuk menyelesaikan karya saya ini.

Teman-temanku yang telah hadir dan menemani saya dalam proses penyelesaian karya ini dari awal hingga akhir perkuliahan dan karya skripsi ini.

Terimakasih atas bantuan dan kerjasamanya dalam kelancaran karya skripsi ini.

Almamater Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Terimakasih



## KATA PENGANTAR

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penyusunan skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program studi sarjana (S1) Psikologi. Peneliti menyadari masih banyak kekurangan yang dilakukan, kesulitan dan berbagai kendala yang dialami memang tidak mudah namun berkat ridho Allah SWT dan dukungan serta bantuan dari berbagai pihak, peneliti mampu melewati semuanya dengan baik dan berhasil hingga tahap ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah membantu dalam proses akademik maupun penelitian.
2. Ibu Inhasuti Sugiasih, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi dan dosen wali yang selalu mengajarkan kata demi kata, meluangkan waktu, memberikan motivasi dan perhatian serta menjadi pembimbing yang hebat sehingga skripsi ini terselesaikan dengan sangat baik.
3. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi UNISSULA selaku tenaga pengajar yang telah memberikan ilmu kepada penulis yang sangat bermanfaat untuk kini dan nanti.
4. Bapak dan Ibu Staff TU serta perpustakaan Fakultas Psikologi UNISSULA, terimakasih atas bantuan dan kerjasama dengan memberikan kemudahan dalam mengurus proses administrasi hingga skripsi ini selesai.
5. Kepala Sekolah MTs NU Demak H. Romdhon, S.Ag, M.Pd.I yang telah memberi izin penelitian ini.
6. Seluruh subjek penelitian siswa-siswi MTs NU Demak yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

7. Seluruh peneliti-peneliti sebelumnya yang memberikan kemudahan bagi penulis dalam mengakses teori-teori yang membantu dalam penulisan skripsi ini.
8. Ibu Kartini Wahyuningsih, mama tercinta yang senantiasa memberikan kasih sayang, mencurahkan doa-doa terbaik dan harapan serta dukungan demi kesuksesan saya, tanpa tuntutan dan selalu percaya bahwa bisa mencapai dan menyelesaikan cita-cita saya.
9. Sahabat-sahabat saya Achmad Syauqy, Hana Fairuz Mestika, Nailis Solikhah kalian selalu ada ketika dibutuhkan dan menemani disetiap proses, mendengarkan keluh kesah saya, dukungan, semangat, dan memberikan doa terbaik, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
10. Kucing tercinta saya Toshi yang telah menemani saya dalam proses menyelesaikan skripsi, dan menjadi teman ketika lelah menghampiri saya.
11. Berbagai pihak yang telah turut membantu, memberikan dukungan serta doa kepada penulis yang tidak penulis sebutkan satu per satu.

Penulisa menyadari bahwa karya ini masih sangat jauh dari kesempurnaan untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik serta saran dari berbagai pihak guna menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**

Semarang, 21 November 2022

**Muhammad Faiz Hassan**

**30701800087**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
1. Manfaat Teoritis.....	7
2. Manfaat Praktis .....	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Perilaku Agresivitas.....	8
1. Pengertian Perilaku Agresivitas .....	8
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresivitas .....	9
3. Aspek-aspek Perilaku Agresivitas .....	15
B. Kontrol Diri.....	18
1. Pengertian Kontrol Diri.....	18
2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	19
C. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Agresivitas Siswa Yang Bermain Game Online Di MTs NU Demak.....	21

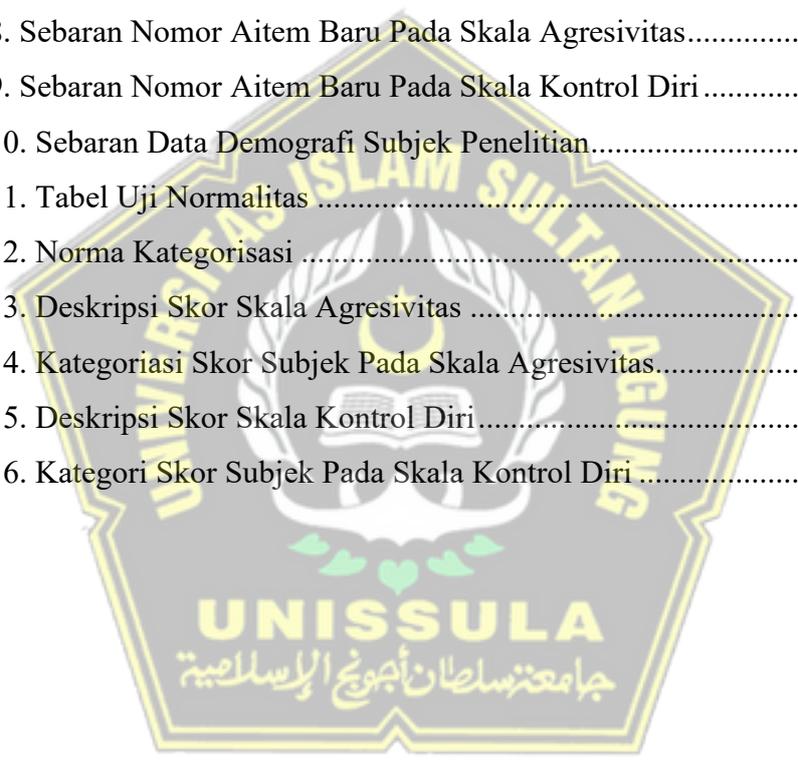
D. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN .....	24
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	24
B. Definisi Operasional .....	24
1. Agresivitas .....	24
2. Kontrol Diri.....	24
C. Populasi, Sampel, dan Sampling .....	25
1. Populasi .....	25
2. Sampel .....	25
3. Teknik Sampling .....	26
D. Metode Pengumpulan Data.....	26
E. Validitas, Estimasi Realibilitas, dan Uji Daya Beda Aitem.....	27
1. Uji Validitas.....	27
2. Uji Reliabilitas.....	28
3. Uji Daya Beda Aitem .....	28
F. Metode Analisis Data .....	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	30
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian .....	30
1. Orientasi Kanchah Penelitian .....	30
2. Persiapan Penelitian.....	31
B. Pelaksanaan Penelitian .....	37
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	38
1. Uji Asumsi .....	38
2. Uji Hipotesis .....	39
D. Deskripsi Variabel Penelitian .....	39
1. Deskripsi Data Skor Agresivitas .....	39
2. Deskripsi Data Skor Kontrol Diri .....	40
E. Pembahasan .....	42
F. Kelemahan Penelitian.....	44
BAB V PENUTUP .....	45
A. Kesimpulan .....	45

B. Saran.....	45
1. Bagi Subjek Penelitian .....	45
2. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN.....	53



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint Skala Agresivitas .....	27
Tabel 2. Blueprint Kontrol Diri .....	27
Tabel 3. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala Agresivitas .....	32
Tabel 4. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala Kontrol Diri.....	32
Tabel 5. Sebaran Data Demografi Subjek Try Out.....	33
Tabel 6. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Agresivitas .....	34
Tabel 7. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kontrol Diri....	35
Tabel 8. Sebaran Nomor Aitem Baru Pada Skala Agresivitas.....	36
Tabel 9. Sebaran Nomor Aitem Baru Pada Skala Kontrol Diri.....	36
Tabel 10. Sebaran Data Demografi Subjek Penelitian.....	37
Tabel 11. Tabel Uji Normalitas .....	38
Tabel 12. Norma Kategorisasi .....	39
Tabel 13. Deskripsi Skor Skala Agresivitas .....	40
Tabel 14. Kategoriasi Skor Subjek Pada Skala Agresivitas.....	40
Tabel 15. Deskripsi Skor Skala Kontrol Diri.....	41
Tabel 16. Kategori Skor Subjek Pada Skala Kontrol Diri .....	41



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rentang Skor Skala Agresivitas.....	40
Gambar 2. Rentang Skor Skala Kontrol Diri.....	41



## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 SKALA UJI COBA .....	54
LAMPIRAN 2 TABULASI DATA UJI COBA .....	65
LAMPIRAN 3 UJI DAYA BEDA AITEM UJI COBA .....	83
LAMPIRAN 4 SKALA PENELITIAN .....	94
LAMPIRAN 5 TABULASI DATA SKALA PENELITIAN .....	104
LAMPIRAN 6 ANALISIS DATA .....	121
LAMPIRAN 7 SURAT KETERANGAN PENELITIAN .....	125



# HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN AGRESIVITAS SISWA YANG BERMAIN GAME ONLINE DI MTS NU DEMAK

Muhammad Faiz Hassan

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : [faiz86@std.unissula.ac.id](mailto:faiz86@std.unissula.ac.id)

[inhastuti@unissula.ac.id](mailto:inhastuti@unissula.ac.id)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dalam bermain game online terhadap perilaku agresivitas remaja. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa di MTs NU Demak yang bermain game online, dengan sampel penelitian berjumlah 159 siswa dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Metode Pengumpulan data menggunakan skala agresivitas dan kontrol diri. Skala agresivitas terdiri atas 28 aitem, dengan koefisien reliabilitas *alpha cronbach* diperoleh nilai 0,897 dan skala kontrol diri terdiri atas 33 aitem, dengan koefisien reliabilitas *alpha cronbach* diperoleh nilai 0,913. Teknik analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment pearson* dengan hasil koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = -0,424$ , dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) dengan bantuan program SPSS versi 20. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara agresivitas dengan kontrol diri pada remaja di MTs NU Demak, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah agresivitas dan sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi agresivitas yang dimiliki.

**Kata kunci : agresivitas, kontrol diri**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF CONTROL AND THE  
AGGRESSIVITY OF STUDENTS WHO PLAY ONLINE GAMES IN MTS  
NU DEMAK**

Muhammad Faiz Hassan

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : [faiz86@std.unissula.ac.id](mailto:faiz86@std.unissula.ac.id)

[inhastuti@unissula.ac.id](mailto:inhastuti@unissula.ac.id)

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between self-control in playing online games and adolescent aggressive behavior. The population in this study were students at MTs NU Demak who played online games, with a sample of 159 students using cluster random sampling technique. Methods of data collection using a scale of aggressiveness and self-control. The aggressiveness scale consists of 28 items, with the Cronbach alpha reliability coefficient obtained a value of 0.897 and the self-control scale consists of 33 items, with the Cronbach alpha reliability coefficient obtained a value of 0.913. The data analysis technique used the Pearson product moment correlation technique with a correlation coefficient of  $r_{xy} = -0.424$ , with a significance level of  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) with the help of the SPSS version 20 program. The results showed that there was a negative relationship between aggressiveness and control. self in adolescents at MTs NU Demak, so the hypothesis in this study is accepted. These results indicate that the higher the self-control, the lower the aggressiveness and vice versa, the lower the self-control, the higher the aggressiveness.*

**Keywords: aggressivity, self control**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

*Smartphone* merupakan salah satu teknologi yang berkembang pesat dan sangat diminati oleh bermacam kalangan baik remaja maupun orang dewasa pada era ini. Penggunaan *smartphone* berbeda pada setiap kalangan, pada remaja digunakan sebagai media hiburan dan media yang membantu untuk menyelesaikan tugas sekolah maupun untuk belajar, sedangkan pada orang dewasa digunakan sebagai media hiburan, berinteraksi sosial serta melakukan pekerjaan.

Seiring berkembangnya teknologi pada *smartphone* menjadikan era digital yang penuh dengan inovasi dan kreatifitas dalam komunikasi. Perkembangan tersebut mengubah kebiasaan hidup bagi masyarakat Indonesia dan dunia, perubahan yang terjadi yaitu cara berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan sosial. Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan survei data pengguna internet di Indonesia yang menggunakan *smartphone* sangat mendominasi dengan presentase 95,4% dan didapatkan bahwa pengguna internet di Indonesia digunakan oleh anak-anak, remaja dan dewasa, berdasarkan kelompok umur didapatkan presentase pada anak-anak 5-12 tahun (9,55%), remaja 13-18 tahun (16,25%), dan dewasa 19+ (74,2%). Dapat diketahui bahwa terdapat kenaikan yang cukup tinggi pada pengguna internet di Indonesia berdasarkan pernyataan Asosiasi Penyelenggara Asosiasi Jasa Internet Indonesia (APJII) pada 2019-Kuartal ke-2 2020 didapatkan dari total populasi di Indonesia 266,9 juta, 25,5 juta (73,7%) adalah pengguna baru internet.

*Interconnected networking* adalah kepanjangan dari internet, artinya yaitu hubungan komputer dengan bermacam tipe yang membentuk sistem jaringan di seluruh seluruh dunia melalui jalur telekomunikasi termasuk satelit, radio, telepon, dan lainnya. Penggunaan internet ini memberikan dampak negatif maupun positif pada penggunaannya menurut Dharmawan (Ayu, dkk, 2018)

mengatakan bahwa remaja akan lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan sosial tanpa memikirkan dampak yang akan diterima ketika beraktivitas di internet.

Penggunaan internet oleh remaja digunakan sebagai media hiburan seperti *game online* yang dapat memunculkan berbagai dampak positif dan negatif. *Game online* yaitu permainan yang dimainkan menggunakan perangkat keras seperti *Smartphone* (Android/iOS), *Playstation*, *XBOX*, *NinTendo*, dan Komputer atau Laptop. Terdapat berbagai jenis atau *genre game online* seperti *role playing game* (RPG), *first person shoot* (FPS), *real time strategy* (RTS) , dan masih banyak jenis lainnya (Utami T.W. & Hodikoh A., 2020). Berdasarkan laporan dari *We Are Social* dari total populasi 247,5 juta di Asia Tenggara, Indonesia berkontribusi sekitar 43% *gamers* yang diketahui bahwa 56% pria dan 46% wanita, dan berdasarkan kelompok pada pria umur 10-20 tahun (21%) dan 21-35 tahun (26%), dan pada wanita umur 10-20 tahun (15%) dan 21-35 tahun (21%.) dalam hal ini dapat diketahui bahwa minat *gamers* Indonesia sangat luar biasa dan Indonesia menempati peringkat 16 di dunia (Randy F. F., 2020).

Terdapat berbagai dampak positif dan negatif dari *game online*. Menurut Irmawati (2019), dampak positif dalam bermain game online yaitu game online meningkatkan fokus pada pelajaran, memudahkan seseorang untuk mempelajari bahasa inggris, melatih kesabaran dan kerjasama kelompok. Hal ini dapat disimpulkan bahwa game online memberi dampak positif yaitu dapat melatih dan mengembangkan kemampuan berpikir, dan melatih individu dalam berinteraksi sosial dan meningkatkan kontrol diri.

Dampak negatif yang muncul akibat game online seperti ketagihan, pemborosan, mengganggu kesehatan, dan dampak psikologis pada tingkah laku agresif (Utami T.W. & Hodikoh A., 2020). Dampak negatif yang dapat muncul yaitu pada akademik seperti berkurangnya interaksi dengan teman di sekolahnya, dan menurunnya nilai hasil belajar individu. Remaja yang bermain *game online* secara terus menerus tanpa memiliki batas waktu bermain dapat

menimbulkan kemungkinan gangguan kesehatan baik secara psikologis maupun fisik.

Seseorang pada rentang usia 10 – 19 tahun disebut remaja. Masa remaja adalah sebuah masa perkembangan seseorang yang akan mendapatkan kematangan mental, fisik, sosial, emosional, serta pola peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Hurlock, 1991; Malahayati 2010). Masa remaja memiliki berbagai dampak permasalahan yang dapat terjadi pada remaja bersamaan dengan minat remaja dalam bermain *smartphone* dan penggunaan internet yang semakin meningkat pesat dari sepanjang tahun 2018–2020.

Agresivitas merupakan perilaku atau tindakan individu untuk melukai dan merusak benda milik orang, perilaku ini dapat menimbulkan kerugian atau bahaya (Franzoi, 2003; Anderson & Huesman, 2007). Terdapat 2 macam perilaku agresivitas yang sering remaja lakukan yaitu agresivitas verbal dan fisik (Febrina, 2014). Hidayat (2013) dalam penelitian yang dilakukannya menunjukkan jika tindakan agresif siswa dapat terlihat dari menyakiti orang secara fisik mendapatkan presentase 35,32%, tindakan agresif yang terlihat dari menyakiti orang secara verbal mendapatkan presentase 41,30%, dan tindakan agresif yang terlihat dari menghancurkan serta merusak harta benda mendapatkan presentase 30,42%.

Agresivitas merupakan cara individu untuk mengekspresikan perasaan negatif atau emosional dengan berperilaku seperti berkelahi, melukai, menghukum orang lain. Hal ini dapat terlihat dari kejadian yang telah terjadi di Sidoarjo yang melakukan tindakan membakar rumah tetangga oleh remaja yang berusia 15 tahun, karena sering dimarahi oleh orang tuanya akibat tidak mendapatkan uang untuk *top-up* di *game online* yang dimainkan (CNN Indonesia). Kejadian selanjutnya terjadi di Lampung Selatan, Kecamatan Tanjung Bintang yang dilatar belakangi oleh kekesalan pelaku berinisial AF (17) dan RM (19) terhadap korban berinisial AD (16), karena korban ketika bermain *game online* tidak dapat diajak kerja sama dan juga kedua pelaku kesal karena korban sering memanggilnya dengan nama orang tua mereka, oleh karena itu pelaku sebelumnya ingin merebut *smartphone* korban namun pelaku

memutuskan untuk menghabisi nyawa dengan memukul dan memasukkan korban ke dalam air hingga tewas (Kompas.com, 2020).

Bermain *game online* sangat menyenangkan, namun tidak dapat dihindari bagi pemain *game online* dalam merasakan tantangan untuk menuntaskan permainan secara berlebihan sehingga menimbulkan dampak negatif bagi pemain yaitu munculnya perilaku agresivitas dengan menyerang dan menyakiti baik secara verbal, fisik, ke diri sendiri serta orang lain, dan merusak harta benda. Saat ini semakin banyak jenis *game online* yang bermunculan dan menarik pemain untuk memainkannya, namun berdasarkan pendapat Krahe dan Moller (2004) menyatakan bahwa *video games* yang mengangkat tema kekerasan dapat meningkatkan agresivitas yang mengakibatkan frustrasi. Fenomena bermain *game online* ini sangat rentan pada kondisi psikologis remaja khususnya pada kepribadian individu yaitu pada perilaku agresivitas dan dapat mengganggu individu dalam berinteraksi sosial.

Ketika mewawancarai subjek berinisial S dengan usia 14 tahun mengenai bagaimana perasaannya ketika bermain game online dan intensitas bermain game. Berikut merupakan hasil wawancara yang telah dilakukan pada 7 Februari 2022, subjek mengungkapkan:

*“Waktu main game sih aku seringnya mudah kepancing buat ngata – ngatain gitu mas, apalagi kalau kalah mainnya yaudah deh langsung aku ejek – ejek mainnya gak becus gitu mas. Buat main game biasanya sih 5 jam mas.”*

Sedangkan pada subjek berinisial V, usia 13 tahun mengatakan,

*“Aku ngerasa kalau main game sering gampang marah, terus biasanya marahku itu kadang gak sengaja mukul sesuatu yang ada disekitar mas. Seringnya kalau marah pas lagi main game gitu digangguin terus juga waktu ketemu tim yang mainnya kalah gara-gara banyak bercanda mas, jadi makin bikin gampang marah. kalau aku main game biasanya paling lama sih 3 jam”*

Pada wawancara dengan subjek lain beranggapan ketika bermain dengan teman mudah marah. Ia sesuai dengan hasil wawancara yang dilaksanakan ke subjek berinisial A, usia 12 tahun.

*“Kalau main sama teman-teman gitu sih aku sering kali mudah marah mas, soalnya kalau main mereka tuh sering bercandanya gitu dan juga kadang tuh kayak mainnya salah gak sesuai perannya.”*

Pada wawancara lain dengan subjek berinisial N, usia 14 tahun pernah membentak karena keinginan tidak terpenuhi, subjek mengungkapkan bahwa

*“Jadi aku pernah marah ke orang tua mas, cuma gara-gara aku tuh pingin beli senjata baru sama karakternya itu, kan aku ada tabungan tinggal nambahin berapa doang yaudah deh aku minta ke bapak tuh mas, tapi bapak bilangnye gak usah cuman buat beli gituan doang dan uang jajannya juga udah dikasih beberapa hari lalu kok minta lagi.”*

Kesimpulan yang diambil dari hasil wawancara yaitu beberapa subjek menunjukkan kecenderungan perilaku agresivitas. Kecenderungan perilaku agresivitas ini ditunjukkan dari subjek yang tidak dapat mengontrol emosi saat bermain *game online*, dan memiliki keinginan yang kuat untuk mendapatkan yang diinginkan.

Salah satu faktor yang dapat menurunkan perilaku agresivitas adalah definisi kontrol diri. Muraven & Baumeister (2000) menjelaskan bahwa kontrol diri yaitu keterampilan individu untuk mengarahkan diri atas perilaku dirinya, ia dapat terjadi saat individu berusaha mengubah cara berpikir, berperilaku, serta merasakan. Potensi lain dari kontrol diri menurut Chalhoun & Acocella (1990) yaitu pengembangan diri seseorang selama proses kehidupan, seperti saat mengalami situasi yang memunculkan stress atau frustrasi.

Remaja dengan kemampuan kontrol diri yang baik, diharapkan dapat untuk mengendalikan dan menahan diri dari perilaku yang merugikan dan melukai diri sendiri ataupun orang lain. Namun remaja yang kurang mampu dalam mengontrol dirinya, memiliki kecenderungan sulit dalam berinteraksi sosial dan kurang mampu mengontrol emosionalnya. Setiap orang mempunyai kontrol diri berbeda-beda, namun individu dengan kontrol diri yang baik yaitu seseorang yang mampu mempertimbangkan konsekuensi yang dihadapi dan dapat memilih standar berpikir untuk mengambil pilihannya (Widiana, 2004).

Beberapa peneliti sebelumnya telah melakukan penelitian terkait agresivitas ini. Maqhfira (2020) dalam penelitiannya berjudul “Hubungan Antara Kontrol

Diri Dengan Agresivitas Pada Komunitas Game Online PUBG Di Kota Banda Aceh” dengan hasil terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan agresivitas pada komunitas game online PUBG di Banda Aceh. Penelitian ini berbeda dengan penelitian oleh Maqfira (2020) yaitu dari populasi, lokasi penelitian, serta karakteristik sampel penelitian. Arwanto (2020) dalam penelitiannya yaitu “Agresivitas Pemain Game Online PUBG Mobile Ditinjau Dari Kontrol Diri” dengan hasil terdapat hubungan negatif yang signifikan antara agresivitas dengan kontrol diri pemain game online PUBG mobile. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Arwanto (2020) adalah pelibatan subjek dan lokasi penelitian.

Dari penjelasan tersebut, kontrol diri mempunyai utama untuk menurunkan atau mengurangi perilaku agresivitas yang terjadi pada remaja, kemungkinan perilaku agresivitas yang muncul akan semakin rendah jika kontrol diri yang dimiliki individu semakin tinggi. Ia dapat di dasarkan dengan penelitian dari Khusnul Fuadina (2021) yang menjelaskan jika kontrol diri memiliki pengaruh dalam pembentukan terjadinya agresivitas verbal, apabila kontrol diri yang dimiliki rendah, maka agresivitas verbal yang dimiliki akan tinggi. Hal ini sesuai dengan penjelasan dari Rahayu (2018) bahwa kontrol diri memberikan efek yang signifikan pada penurunan agresivitas yang dimiliki oleh seseorang baik pada tingkat agresivitas tinggi maupun rendah. Kesimpulan yang dapat diambil yaitu kontrol diri mempunyai pengaruh positif dalam mengurangi atau menurunkan perilaku agresivitas yang terjadi pada remaja. Peneliti tertarik pada penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi kontrol diri dengan agresivitas siswa SMP yang bermain game online.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan permasalahan pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan kontrol diri terhadap perilaku agresivitas pada remaja SMP yang bermain game online.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi hubungan kontrol diri yang bermain game online terhadap perilaku agresivitas remaja SMP.

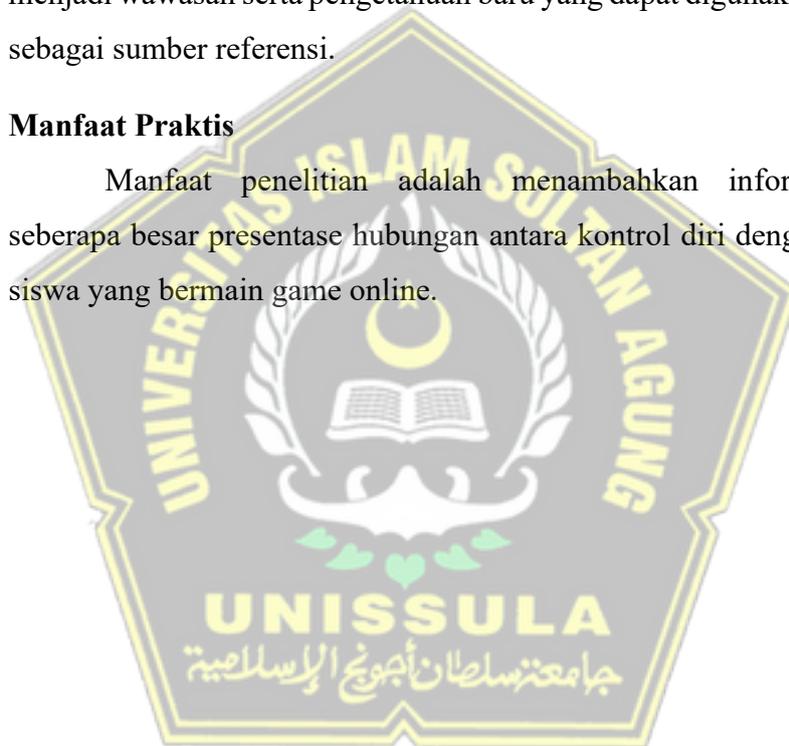
### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat penelitian ini adalah meningkatkan kajian teori keilmuan psikologi khususnya di ranah psikologi sosial. Penelitian ini juga dapat menjadi wawasan serta pengetahuan baru yang dapat digunakan peneliti lain sebagai sumber referensi.

#### **2. Manfaat Praktis**

Manfaat penelitian adalah menambahkan informasi tentang seberapa besar presentase hubungan antara kontrol diri dengan agresivitas siswa yang bermain game online.



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Perilaku Agresivitas

##### 1. Pengertian Perilaku Agresivitas

Perilaku agresivitas merupakan siksaan dengan tujuan merusak harta benda atau melukai orang lain (Atkinson, 2008). Pendapat lain dari Baron dan Bryne (2005) mengatakan perilaku agresivitas yaitu jenis perilaku individu yang disengaja guna melukai orang lain, dan bertujuan untuk menyerang dan menyiksa secara fisik dan juga lisan. Berdasarkan pendapat tersebut Widyastuti (2014) mendefinisikan agresivitas yaitu perilaku verbal maupun fisik dengan tujuan guna menyakiti orang lain. Tidak jauh berbeda dengan yang didefinisikan oleh Bandura (2019) yaitu agresivitas sebagai perilaku yang melukai diri dan merusak benda.

Agresivitas sebagai sebuah tindakan yang sengaja dibuat guna menyakiti orang lain secara fisik dan psikis (Jeane, dkk., 2017). Bukan hanya dapat melukai atau menyakiti orang lain semata, namun mencederai diri sendiri, dan dapat merusak hubungan interpersonal. Serupa dengan yang dijelaskan oleh Anderson & Bushman (2002) bahwa agresivitas manusia adalah bentuk dari berbagai perilaku yang terarah dalam melakukan tindakan untuk melukai yang dapat merugikan pada individu lain, selain itu tindakan pelaku yang telah termotivasi untuk melukai orang lain, maka perilaku tersebut tidak dapat dihindari. Pada penjelasan lain yang diungkapkan oleh Patricia D Barry (2002) bahwa agresivitas sebagai gabungan emosi dari frustrasi dan kebencian, emosi tersebut merupakan emosi yang ada dalam diri kita sebagai bagian bentuk perilaku yang dilakukan atau diekspresikan seseorang untuk melukai seseorang.

Perilaku agresivitas muncul diakibatkan oleh berbagai faktor yang memberikan dorongan bagi individu untuk melakukan agresivitas. Hal ini dijelaskan oleh Mu'arifah (2015) bahwa seseorang yang melakukan perilaku agresivitas disebabkan munculnya dorongan dari dalam diri seseorang secara biologis serta aspek emosional yang timbul dan individu melakukan agresivitas (Mu'arifah, 2015). Pada penjelasan lain dikatakan bahwa perilaku agresivitas

bertujuan untuk menyakiti, menyerang, dan merusak benda serta orang disekitar dengan dorongan yang muncul dari perasaan tidak puas dan pertahanan diri (Saad, 2003).

Berdasarkan KBBI, agresivitas adalah tindakan kasar ataupun perasaan marah yang berasal dari rasa kecewa, kegagalan-kegagalan untuk memenuhi keinginan dan tujuan tindakan dapat diarahkan pada orang atau benda (Kusumawati & Nu'man, 2007). Berdasarkan penjelasan dari Mac Neil & Stewart diketahui perilaku agresivitas adalah tindakan atau perilaku yang ditujukan dalam bersikap secara destruktif dengan melakukan tindakan agresivitas fisik dan verbal yang ditujukan pada objek tertentu (Syarif, 2017). Agresivitas turut melibatkan semua bentuk penyiksaan secara emosional termasuk mengancam, menakut-nakuti, serta mempermalukan. (Breakwell, 2003).

Kesimpulan yang dapat diambil dari penjelasan beberapa ahli tersebut yaitu agresivitas adalah gabungan emosi dari frustrasi serta kebencian yang ditimbulkan dari dorongan biologis dan aspek emosional yang kemudian diekspresikan dengan cara melakukan tindakan yang disengaja untuk menimbulkan dengan tujuan untuk melukai, menyerang, dan merusak secara fisik, verbal, dan benda sehingga dapat membahayakan diri serta orang lain sebagai dorongan dalam mempertahankan diri dan akibat dari rasa ketidakpuasan.

## 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresivitas

Berdasarkan penjelasan Baron & Branscombe (2012) terdapat empat faktor penyebab agresivitas yaitu:

### a. Faktor Sosial (*Social*)

Agresivitas yang terjadi pada faktor sosial ini sering terjadi sebagai bentuk respon terhadap sesuatu yang dikatakan atau dilakukan seseorang. perilaku agresivitas dapat terpengaruh oleh beberapa hal yaitu:

#### 1) Frustrasi

Ketika individu frustrasi sering kali disebabkan oleh apa yang diinginkannya tidak terpenuhi, namun hal tersebut tidak selalu muncul

dalam melakukan tindakan agresivitas tetapi dapat berupa respon kesedihan, keputusasaan, dan depresi, jadi pada hal ini dapat diketahui bahwa frustrasi merupakan salah satu dari penyebab munculnya agresivitas.

## 2) Provokasi

Menurut Harris (Baron & Branscombe, 2017) adapun bentuk provokasi yang memiliki dorongan yang kuat untuk memunculkan perilaku agresivitas adalah ketika seseorang merendahkan dengan ekspresi sombong dan menghina. Kemudian kritik keras serta tidak beralasan, khususnya kritik yang ditunjukkan untuk menyerang adalah sebuah bentuk provokasi, dan kebanyakan yang terkena kritik tersebut merasa sangat sulit untuk menghindari marah dan membalas dengan segera atau nanti (Baron & Branscombe, 2017).

## 3) Kekerasan Dalam Media

Perilaku agresivitas yang disebabkan oleh media, hal ini dapat muncul karena disebabkan oleh bentuk kekerasan yang terjadi pada media seperti video game, televisi, dan film. Hasil penelitian beberapa di antaranya menunjukkan bahwa jika video game, televisi, dan film yang menampilkan kekerasan dan ditonton anak-anak semakin banyak, maka penampilan kekerasan tersebut dapat meningkatkan agresivitas menjadi semakin tinggi.

## b. Faktor Budaya (*Cultural*)

Agresivitas yang berasal dari budaya dapat terpengaruh dengan beberapa hal diantaranya peran pada laki-laki, kecemburuan seksual, dan kehormatan pada budaya.

### 1) Kehormatan Pada Budaya

Beberapa norma atau aturan pada suatu budaya yang kuat akan menunjukkan perilaku agresivitas atas kehormatan budayanya yang dihina, norma atau aturan budaya tersebut hingga sekarang telah membantu dalam menjelaskan perbedaan tingkat agresi berdasarkan geografis budaya yang berbeda.

## 2) Kecemburuan Seksual

Agresivitas yang timbul dari kecemburuan seksual ini muncul pada hubungan intim individu dengan pasangan. Berdasarkan perspektif evolusioner menunjukkan bahwa pria yang mengalami kecemburuan atas perselingkuhan karena hubungan dalam keluarga yang tidak menentu, sedangkan perempuan mengalami kecemburuan atas perselingkuhan emosional karena kebutuhan mereka untuk mendukung dalam membesarkan anak.

## 3) Peran Pada Laki-laki

Peran laki-laki sangatlah kuat dikatakan memiliki kematangan emosional yang optimal, namun hal ini menjadikan dalam beberapa tindakan lebih memutuskan untuk membuat tindakan agresivitas.

### c. Faktor Pribadi (*Personal*)

Agresivitas yang terjadi pada faktor pribadi ini dapat mempengaruhi beberapa hal meliputi:

#### 1) Kepribadian

Individu yang memiliki kepribadian yang kompetitif, terburu-buru, mudah marah dan melakukan tindakan agresivitas menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki kecenderungan perilaku agresivitas yang tinggi, selain itu dapat memungkinkan pada beberapa situasi tertentu individu melakukan tindakan yang bertujuan untuk melukai korban maupun memiliki keinginan untuk mendapatkan pujian dari orang lain dengan cara bersikap kasar atau agresif.

#### 2) Narsisme

Narsisme merupakan sebuah perilaku yang dapat memunculkan perilaku agresivitas. Perilaku agresivitas dapat muncul dari reaksi individu yang berlebihan terhadap orang lain yang mengkritik penampilannya sehingga individu merasa terancam akan harga dirinya sehingga hal tersebut dapat meningkatkan untuk terjadinya tindakan agresivitas.

#### 3) Jenis Kelamin

Agresivitas berdasarkan jenis kelamin lebih sering ditujukan pada laki-laki karena pria akan bertindak agresif secara fisik, namun tidak dapat dipungkiri juga bahwa wanita bertindak agresif secara verbal. Jadi laki-laki dan perempuan memungkinkan akan munculnya perilaku agresivitas, selain itu respon agresivitas perempuan serta laki-laki mempunyai perbedaan di mana laki-laki dengan kecenderungan lebih terpengaruh provokasi dibandingkan dengan perempuan yang memiliki kecenderungan yang lebih sedikit.

d. Faktor Situasi (*Situational*)

Agresivitas sering kali terpengaruh dengan faktor sosial dan terkadang terpengaruh dari sifat pribadi, namun selain itu juga dipengaruhi oleh situasi, ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi faktor situasi diantaranya suhu tinggi yang membuat tidak nyaman, alkohol, dan ketersediaan senjata

1) Suhu Tinggi

Suhu Tinggi memiliki kecenderungan untuk meningkatkan agresivitas, tetapi hal ini hanya sampai di titik tertentu, pada beberapa level tertentu akan sulit dalam menurunkan agresivitas pada suhu yang tinggi.

2) Alkohol

Mengonsumsi alkohol meningkatkan perilaku agresivitas baik pada perempuan dan laki-laki, ia karena berkurangnya kemampuan seseorang dalam memproses beberapa jenis informasi dan menurunnya kontrol diri seseorang.

3) Ketersediaan Senjata

Ketersediaan senjata dapat memberikan dorongan terhadap tindakan agresivitas. Ada beberapa bukti bahwa kepemilikan senjata merupakan faktor pelindung terhadap agresivitas, namun kenyataannya hal tersebut menjadi resiko untuk melakukan tindakan penipuan.

Myers (2012) juga menjelaskan bahwa agresivitas dapat dipengaruhi beberapa hal-hal antara lain:

a. Pengalaman Yang Tidak Menyenangkan

Sebuah pengalaman yang tidak hanya mencakup perasaan frustrasi saja melainkan ketidaknyamanan, rasa sakit, serta menyakiti diri secara verbal dan fisik.

b. Dorongan

Dorongan muncul dari berbagai sumber, bahkan dapat berupa melakukan kegiatan fisik atau rangsangan seksual, selain itu dapat berubah menjadi bentuk lain emosi seperti marah.

c. Isyarat Agresivitas

Isyarat agresivitas dapat terjadi, ketika individu melihat kekerasan atau senjata yang dapat memungkinkan peningkatan perilaku agresivitas terutama pada orang yang terprovokasi.

d. Pengaruh Media

Pengaruh media telah mengubah persepsi individu dengan kehidupan sehari-hari dan apa yang dilihat pada media tersebut merupakan perilaku agresivitas. Pengaruh ini dapat ditimbulkan oleh perilaku individu dalam menonton kekerasan dan juga menonton pornografi yang dapat meningkatkan keinginan dalam melakukan tindakan agresivitas dan juga dapat terjadinya penyimpangan seksual. Menonton atau melihat, bermain game yang berunsur kekerasan juga dapat meningkatkan agresivitas pada pemikiran, perasaan, dan perilaku yang bahkan dapat lebih dari apa yang telah dilihatnya.

e. Pengaruh Kelompok

Keadaan dimana individu dalam berinteraksi dengan orang lain yang memprovokasi individu dengan cara memberikan tanggung jawab dan tindakan menentang pada kelompok sehingga memperkuat reaksi agresivitas.

Adapun penjelasan lain bahwa perilaku agresif ini hampir sebagian besar orang memiliki keinginan untuk menyakiti seseorang. Hal ini menurut Taylor, Peplau, Sears (2006) terdapat beberapa faktor dalam membangkitkan perilaku agresivitas yaitu:

a. Penyerangan

Salah satu sumber kemarahan adalah penyerangan atau gangguan dari orang lain. Sebagai contoh ketika sedang membaca koran dan tanpa sengaja seseorang telah menumpahkan segelas air di bahu. Dalam hal ini seseorang yang telah melakukan sesuatu yang membuat kita tidak nyaman akan membuat kita marah, namun reaksi kita terhadap orang tersebut tergantung pada kita dalam menanggapi hal tersebut sebagai gangguan atau penyerangan.

b. Frustrasi

Frustrasi disebabkan oleh adanya gangguan dan penghalang dalam pencapaian suatu tujuan. Ketika individu ingin pergi ke suatu tempat, melakukan suatu tindakan atau untuk mencapai sesuatu dan dicegah untuk melakukannya, individu tersebut mungkin akan mengalami frustrasi.

c. Keinginan Balas Dendam

Pada sebuah penelitian eksperimental menunjukkan bahwa pria yang pernah marah dan berharap untuk membalas akan cenderung lebih untuk mengingat informasi yang negatif, informasi negatif yang tidak terkait dengan penyebab awal kemarahan. Pada individu yang berkeinginan untuk membalas kemungkinan akan menjadi lebih marah dalam bermacam hal, namun sebaliknya saat individu yang tidak memiliki keinginan untuk membalas baik dalam kondisi marah dan tidak marah maka tidak akan mengalami perbedaan dalam mengingat informasi negatif. Jadi individu yang memiliki keinginan untuk membalas perbuatan seseorang, maka dapat terjadi peningkatan agresivitas.

d. Kompetisi

Menurut Deursch (1993) menyarankan bahwa “Agresivitas Tanpa Pengaruh” merupakan agresivitas yang tidak tergantung pada kondisi emosional, kemungkinan tidak sengaja telah tertanam oleh kondisi yang memunculkan persaingan. Namun khususnya ia menyarankan bahwa keadaan kompetitif sering kali menjadi pola awal terjadinya destruktif dari kemarahan, argumen, dan agresivitas.

Berdasarkan penjelasan diatas agresivitas terpengaruh dengan beberapa faktor seperti internal serta eksternal. Faktor internal dipengaruhi oleh kepribadian yang cenderung kurang mampu untuk mengontrol diri, terburu-buru dan narsis. Faktor eksternal dipengaruhi oleh kecenderungan dari keinginan individu yang tidak terpenuhi, menonton media, meminum alkohol, mendapatkan senjata, dan dorongan yang berupa rangsangan atau kecemburuan seksual.

### 3. Aspek-aspek Perilaku Agresivitas

Menurut Buss dan Perry (Hidayat & Khoiruddin, 2016) terdapat 4 aspek agresivitas diantaranya:

#### a. Agresivitas Fisik

Agresivitas fisik yaitu tindakan seseorang dengan tujuan mengganggu, menyakiti, hingga membahayakan orang lain lewat respon motorik.

#### b. Agresivitas Verbal

Agresivitas verbal merupakan sebuah tindakan dengan tujuan mengganggu maupun menyakiti orang lain berbentuk perkataan maupun ucapan yang mengancam.

#### c. Kemarahan

Kemarahan yaitu satu dari bentuk emosional disebabkan oleh keinginan yang tidak tercapai, selain itu kemarahan merupakan bentuk individu untuk mengekspresikan kepada orang lain. Namun hal tersebut dapat membahayakan hingga melukai diri sendiri serta orang lain.

#### d. Kebencian

Kebencian juga termasuk salah satu bentuk ekspresi seseorang untuk menunjukkan perasaan emosional kepada orang lain. Kebencian juga merupakan bentuk perasaan kecewa terhadap ketidakadilan terhadap diri individu.

Sementara itu Schneiders (Aryati, 2017) menyatakan terdapat beberapa aspek dari perilaku agresivitas antara lain:

#### a. Otoriter

Otoriter merupakan ciri kepribadian yang kaku ketika memandang maupun mempercayai nilai-nilai konvensional serta cenderung sulit dalam menghargai toleransi pada orang lain dan diri sendiri.

b. Superior

Superior adalah perasaan ketika menunjukkan diri sendiri sebagai individu yang lebih baik dari orang lain.

c. Egosentris

Egosentris adalah suatu keinginan yang penting bagi individu secara pribadi tanpa memperhatikan kepentingan orang sehingga hanya melibatkan keuntungan bagi diri sendiri.

d. Keinginan Untuk Menyerang Baik Terhadap Benda Maupun Manusia

Keinginan menyerang merupakan sebuah kecenderungan individu dalam melampiaskan keinginan maupun perasaan yang membuat individu tersebut tidak nyaman serta tidak puas terhadap lingkungan sekitarnya dengan menyerang objek atau benda serta orang lain.

Krahe (2013) telah mengklasifikasikan perilaku agresivitas menjadi 9 aspek yang masing-masing diantaranya yaitu:

a. Modalitas Respon (*Response Modality*)

Modalitas respon adalah bentuk respon seseorang baik secara verbal, fisik, bentuk tubuh, dan hubungan dengan seseorang yang akan mengakibatkan bahaya pada orang lain maupun diri sendiri.

b. Kesegeraan (*Immediacy*)

Kesegeraan merupakan salah satu bentuk tindakan individu yang memiliki keinginan untuk memukul seseorang secara langsung, dan menyebarkan informasi yang tidak benar secara tidak langsung kepada orang lain.

c. Kualitas Respon (*Response Quality*)

Kualitas respon adalah sebuah tindakan individu yang membuat orang lain berada pada situasi yang tidak diinginkan, dan selain itu juga dapat memberikan informasi yang penting yang salah pada orang lain.

d. Visibilitas (*Visibility*)

Visibilitas adalah sebuah tindakan untuk memermalukan seseorang dihadapan orang lain, selain itu juga dapat berupa bentuk ancaman melalui pesan singkat.

e. Dorongan (*Instigation*)

Dorongan adalah sebuah tindakan individu secara paksa pada orang lain maupun berteriak untuk membalas pada seseorang yang telah menyerang.

f. Arah Yang Dituju (*Goal Direction*)

Sebuah tujuan atau keinginan untuk melakukan tindakan menyerang seseorang yang diakibatkan marah, frustrasi, dan mengancam seseorang untuk mendapatkan apa yang diinginkan.

g. Tipe Yang Melukai (*Type Of Harm*)

Tipe Melukai terdapat dua jenis yaitu individu yang melukai atau menyerang orang lain secara fisik, dan melukai orang melalui mentalnya dengan memberikan rasa takut pada orang tersebut.

h. Efek Waktu (*Duration Of Effects*)

Efek waktu merupakan sebuah tindakan yang telah terjadi sehingga menimbulkan atau berakibat pada luka yang membekas pada tubuh, dan juga dapat menyulitkan seseorang dalam membangun hubungan kembali dengan orang lain.

i. Kelompok Sosial Yang Terlibat (*Social Units Involved*)

Unit sosial merupakan kelompok maupun individu yang terlibat dalam tindakan agresivitas yang dapat mengakibatkan bentuk kekerasan atau melukai orang lain secara fisik.

Berdasarkan uraian tersebut, agresivitas dicirikan dengan munculnya dorongan untuk melukai secara fisik dan verbal, kecenderungan yang mementingkan diri sendiri dan merasakan dirinya lebih baik dari yang lain, serta mempunyai kecenderungan emosional yang buruk atau perasaan benci dan marah yang kuat.

## B. Kontrol Diri

### 1. Pengertian Kontrol Diri

Kemampuan dalam mengarahkan perilaku serta kemampuan untuk menahan perilaku impulsif disebut sebagai kontrol diri (Chaplin, 2008). Tidak jauh berbeda dengan gagasan dari Muraven dan Baumeister (2000) bahwa kontrol diri terjadi saat individu berusaha mengubah cara bersikap, berfikir, serta merasakan. Hal ini didasarkan pada gagasan pada pandangan oleh Berk jika kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam melawan keinginan atau dorongan yang berlawanan dengan perilaku tidak berdasarkan norma sosial yang berlaku (Arwanto, 2020).

Kemampuan kepekaan seseorang untuk mengenali kondisi diri serta lingkungan dan mengendalikan perilaku berdasarkan kondisi interaksi sosial disebut kontrol diri (Hamonangan dan Widyarto, 2019). Berdasarkan pendapat dari Tangey, Baumeister & Boone menjelaskan kontrol diri yaitu kemampuan dalam menentukan perilaku sesuai kriteria tertentu termasuk aturan, nilai, serta moral dalam masyarakat yang mengacu ke arah perilaku positif (Marsela dan Supriatna, 2019). Sehingga dapat dijelaskan bahwa kontrol diri tidak terlepas dari pengaruh sosial seperti moral, hal ini dapat didasarkan pada pendapat Donson mengenai kurangnya perilaku kontrol diri pada remaja, sehingga kontrol diri remaja akan meningkatkan keinginan-keinginan pada dirinya sehingga remaja tersebut dapat menimbulkan perilaku kenakalan, namun kontrol diri juga dapat dicapai melalui mempertimbangkan aspek norma sosial yang berlaku untuk membantu remaja mengurangi perilaku agresivitas (Hapsari, dkk., 2012).

Kontrol diri merupakan hasrat seseorang dalam memilih berbagai resiko untuk perilaku tertentu (Wolfe dan Higgins, 2008). Menurut Averill kemampuan individu untuk mengatasi hal-hal negatif pada perilaku dan keadaan dirinya, sehingga mampu menciptakan keadaan yang lebih baik (Adani, 2018). Tidak jauh berbeda dengan pendapat dari Baumeister, Heatherton dan Tice yaitu kemampuan individu dalam mengatasi dan mencegah impuls yang

tidak diinginkan dalam mengatur perilaku, pikiran, dan emosi (Finkenauer, 2005).

Berdasarkan beberapa definisi diatas, kesimpulan yang dapat diambil yaitu kontrol diri merupakan kemampuan dalam menekankan perilaku kompulsif melalui cara merubah perilaku, berpikir, merasakan, mengontrol informasi, serta mengambil resiko tindakan yang sesuai melalui perkembangan kognitif dan berdasarkan norma sosial yang berlaku.

## 2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Tangney, dkk (2004) mengemukakan tiga aspek kontrol diri, antara lain:

### a. *Breaking Habits* (Melanggar Kebiasaan)

Suatu kebiasaan yang berhubungan dengan perbuatan atau perilaku yang diluar kebiasaan sehari-hari yang dilakukan individu disebut melanggar kebiasaan. Individu memiliki kemampuan untuk mengatur pola perilaku yang diinginkan atau dianggap positif bagi individu.

### b. *Resisting Temptation* (Menahan Godaan)

Menahan godaan merupakan penilaian seseorang pada regulasi diri untuk menahan godaan yang dihadapi. Seseorang yang dapat menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa terpengaruh dengan hal yang diluar tanggung jawab individu walaupun hal itu terlihat menggembirakan, seseorang tersebut dapat memberi perhatian dalam suatu tanggung jawab yang dilaksanakan karena keinginan dalam mengambil keputusan dengan berhati-hati.

### c. *Self-Discipline* (Disiplin Diri)

Disiplin diri merupakan tindakan secara langsung dengan lingkungan sekitar. Individu yang memiliki kemampuan kontrol diri untuk memfokuskan diri dengan baik maka individu tersebut mampu untuk menentukan perilaku yang sesuai dengan kondisi untuk menghindari gangguan yang muncul.

Averill (Ghufroon & S, 2012) mengutarakan konsep bahwa ada tiga aspek kemampuan kontrol diri seperti berikut:

### a. *Behavioral Control* (Kontrol Perilaku)

Kontrol perilaku adalah kemampuan mengubah sebuah kondisi tertentu dari kondisi yang tidak menyenangkan menjadi kondisi yang dapat diterima. Terdapat dua komponen pada aspek ini yaitu:

1) *Regulated Administration* (Kemampuan Mengatur Pelaksanaan)

Kemampuan menentukan dalam mengontrol keadaan dengan diri sendiri atau orang lain. Individu akan mengontrol perilaku menggunakan kemampuan diri.

2) *Stimulus Modifiability* (Kemampuan Mengatur Stimulus)

Kemampuan untuk mengetahui stimulus yang dikehendaki, terdapat beberapa cara yang digunakan seperti menjauhi ataupun mencegah stimulus, membatasi intensitas serta menghentikan stimulus.

b. *Cognitive Control* (Kontrol Kognitif)

Kontrol kognitif adalah cara individu untuk memahami, menggabungkan serta menilai sebuah kejadian pada suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis. Terdapat dua komponen pada aspek ini yaitu:

1) *Information Gain* (Kemampuan Memperoleh Informasi)

Kemampuan seseorang dalam memperoleh informasi terkait suatu kondisi yang tidak menyenangkan, sehingga seseorang mampu untuk mengantisipasi kondisi tersebut dengan bermacam pertimbangan.

2) *Appraisal* (Kemampuan Menilai)

Kemampuan seseorang dalam menilai suatu kondisi dengan mempertimbangkan dari segi – segi positif dengan subjektif.

c. *Decession Control* (Kontrol Dalam Mengambil Keputusan)

Kontrol pengambilan keputusan adalah kemampuan individu dalam menentukan sebuah tindakan yang berdasarkan hal yang individu yakini, kontrol diri untuk mengambil keputusan akan berjalan dengan baik jika terdapat kemungkinan, kebebasan, atau kesempatan kepada seseorang dalam menentukan bermacam kemungkinan tindakan. Berdasar yang telah dikemukakan Skinner (dalam Feist & Feist, 2011) yaitu faktor lingkungan mengontrol perilaku seseorang.

Baumeister (2002) mengemukakan beberapa aspek kontrol diri, di antaranya:

a. Standar

Standar merupakan tujuan, pedoman, serta cita-cita, pedoman, dan norma yang memilih respon yang diinginkan sehingga ketika individu tidak menginginkan untuk berubah maka tidak diperlukan untuk kontrol diri. Seseorang dengan kontrol diri biasanya mempunyai tujuan jangka panjang dan standar tinggi seperti yang diinginkan.

b. Pemantauan

Pemantauan adalah proses mengamati perilaku terhadap perilaku yang diinginkan untuk melakukan tindakan.

c. Kapasitas Untuk Berubah

Kapasitas untuk berubah yaitu kemampuan seseorang dalam melakukan perubahan pada diri dengan kondisi maupun keadaan yang dialami dan sesuai seperti yang diinginkan.

Kesimpulan yang dapat diambil dari uraian tersebut yaitu terdapat beberapa aspek kontrol diri yaitu melanggar kebiasaan, menahan godaan, disiplin diri, kontrol kognitif, kontrol perilaku, pengambilan keputusan, dan kapasitas untuk berubah.

### **C. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Agresivitas Siswa Yang Bermain Game Online Di MTs NU Demak**

Perkembangan teknologi kini berkembang pesat, hampir setiap lapisan masyarakat telah menggunakan *smarthpone* sebagai media untuk berinteraksi sosial, mengerjakan tugas, pembelajaran, dan bermain *game online*. Bermain *game online* akan meningkatkan berbagai keterampilan positif bagi individu seperti fokus, belajar bahasa inggris, dan mengambil keputusan. Tetapi bermain *game online* juga dapat memunculkan dampak negatif bagi individu diantaranya kecanduan, dan terganggunya kesehatan fisik. Hal ini tidak cukup baik dalam proses perkembangan remaja. Santrock (2007) mendefinisikan remaja sebagai individu yang memiliki kecenderungan emosional dan labil karena mengalami perubahan yang berlangsung cepat.

Berbagai permasalahan yang dialami dalam perkembangan remaja dianggap dengan sebuah kegagalan saat proses berkembang. Menurut Havigurst, tugas remaja yaitu harus mempunyai tanggung jawab dan dapat memahami nilai-nilai yang wujud pada masyarakat (Monks, 2006). Hal ini penting untuk mengatur dan mengarahkan kontrol diri remaja yang mengalami hambatan yaitu perilaku agresivitas yang meliputi faktor kepribadian seperti gaya atribusi permusuhan, harga diri, pikiran yang kacau, kerentanan emosional, iritabilitas, dan kontrol diri, sedangkan yang diakibatkan oleh faktor situasional seperti temperatur, alkohol, karakteristik target, penyerangan, dan efek senjata (Krahe, 2001).

Menurut pendapat Bandura, perilaku agresif bukan perilaku yang dibawa individu sejak lahir, namun merupakan perilaku yang dipelajari (Setiowati, Suprihatin & Rohmatun, 2017). Individu dapat meniru melalui apa yang diamati pada perilaku model serta dampak yang muncul dari model. Hal ini sangatlah mengkhawatirkan dalam masa perkembangan remaja ketika individu meniru dan mengamati perilaku model yang tidak layak untuk ditiru, seperti yang dapat kita ketahui sekarang bahwa beberapa remaja yang bermain game online sering kali meniru perilaku model yang telah diamati kemudian individu tersebut meniru perilaku tersebut. Maka hal ini penting untuk individu memiliki kontrol diri untuk menghindari dampak yang akan muncul yang dapat mengganggu masa perkembangan remaja. Sesuai dengan pernyataan dari Baumeister, dkk (2007) bahwa kemampuan yang individu punya untuk mengubah respon dengan sengaja serta sadar sehingga menjadikan seseorang mampu menahan dan menghindarkan diri dari perilaku negatif (agresif) lalu mengubah menjadi respon yang lebih sesuai.

Penelitian yang dilakukan oleh Maqhfira (2020) membuktikan hal ini terkait hubungan antara kontrol diri dengan agresivitas pada komunitas *game online* PUBG di Kota Banda Aceh, yang membuktikan jika terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan agresivitas komunitas *game online* PUBG di Kota Banda Aceh. Penelitian lain juga dilakukan oleh Pratama (2020) yang meneliti tentang kontrol diri remaja terhadap perilaku agresif dalam bermain *game online* Mobile Legends di Squad Nematoda, menunjukkan bahwa kontrol diri yang digunakan oleh Squad Nematoda yaitu *self monitoring* dan *self reward*

sehingga dapat menekan perilaku agresif yang dapat memungkinkan muncul. Hal ini dapat mengindikasikan bahwa perilaku agresivitas akan semakin tinggi jika kontrol diri semakin rendah, maka perlu adanya bentuk perhatian bagi individu untuk dapat memiliki dan mengarahkan beberapa perilaku agresivitas tersebut dengan kontrol diri sehingga dapat menekan perilaku agresivitas yang dapat muncul. Jadi, jelas jika terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresivitas.

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis yang dibuat peneliti dari penjelasan yang dipaparkan tersebut adalah terdapat Hubungan Negatif Antara Kontrol Diri dalam bermain Game Online dengan perilaku Agresivitas Remaja SMP, artinya perilaku agresivitas akan semakin tinggi jika kontrol diri semakin rendah dan sebaliknya, perilaku agresivitas akan semakin rendah jika kontrol diri semakin tinggi.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Menurut Azwar (2015), variabel adalah simbol yang nilainya dapat bervariasi, yaitu angka dapat bervariasi dari subjek ke subjek, objek ke objek, atau kasus ke kasus lain. Variabel–variabel tersebut dilambangkan dengan huruf X (variabel bebas atau *independent*) dan Y (variabel tergantung atau *dependent*). Dari landasan teori yang telah dijelaskan tersebut, variabel yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu:

1. Variabel Bebas (X) : Kontrol Diri
2. Variabel Tergantung (Y) : Agresivitas

#### **B. Definisi Operasional**

##### **1. Agresivitas**

Agresivitas merupakan serangkaian perilaku individu dalam mengekspresikan emosional yang berupa perasaan frustrasi dan benci, sehingga memunculkan motivasi pada individu untuk melakukan serangkaian perilaku yang bertujuan untuk menyerang, melukai, merugikan, dan merusak yang ada disekitar.

Peneliti mengukur agresivitas menggunakan skala dari aspek yang dikemukakan Bush dan Perry meliputi agresivitas verbal, agresivitas fisik, kemarahan, kebencian (Hidayat & Khoiruddin, 2016). Skor tinggi atau rendah yang diperoleh dari skala menunjukkan tinggi atau rendahnya agresivitas pada individu.

##### **2. Kontrol Diri**

Kontrol diri adalah kemampuan seseorang dalam menghadapi dorongan–dorongan emosional yang muncul dalam diri individu sehingga mengarahkan seseorang ke arah positif dalam menentukan tindakan yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi.

Peneliti mengukur kontrol diri dari aspek kontrol diri yang diutarakan Averil yaitu *behavioral control*, *cognitive control*, serta *decisional control* (Ghufron & S, 2012). Skor tinggi atau rendah yang diperoleh dari skala menunjukkan tinggi atau rendahnya tingkat kontrol diri pada individu.

### C. Populasi, Sampel, dan Sampling

#### 1. Populasi

Populasi yaitu wilayah secara umum yang mencakup obyek ataupun subjek dengan kualitas serta ciri tertentu yang peneliti terapkan untuk dipelajari lalu ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2013). Populasi pada penelitian ini adalah siswa di MTs NU Demak. Berikut data jumlah siswa-siswi MTs NU Demak.

**Tabel 1. Data Jumlah Siswa-Siswi MTs NU Demak**

No	Kelas	Jumlah
1	VII A	40
	VII B	40
	VII C	40
	VII D	40
	VII E	10
	VII F	10
2	VIII A	40
	VIII B	40
	VIII C	40
	VIII D	40
	VIII E	40
	VIII F	40
3	IX A	40
	IX B	40
	IX C	40
	IX D	40
Jumlah		580

#### 2. Sampel

Sampel yaitu bagian dari jumlah serta ciri yang populasi miliki (Sugiyono, 2013). Maka dapat ditentukan sesuai ciri-ciri sampel pada penelitian ini yaitu siswa dan siswi kelas VII, VIII, dan IX di MTs NU Demak, dan aktif bermain *game online*.

### 3. Teknik Sampling

Teknik sampling yaitu teknik pengambilan sampel yang mengambil sebagian subjek penelitian dari populasi (Sugiyono, 2013). Teknik *Cluster Random Sampling* digunakan pada penelitian ini. Teknik sampling ini digunakan melalui pemilihan sampel secara random dengan populasi yang sangat luas, dan diterapkan secara acak ke kelas.

#### D. Metode Pengumpulan Data

Instrumen berupa skala psikologi digunakan sebagai metode pengumpulan data yaitu melalui pembagian skala berisi daftar pernyataan yang sudah disusun serta disiapkan sedemikian rupa hingga subjek dalam penelitian ini dapat menyelesaikannya dengan mudah. Ada dua skala yang digunakan pada penelitian ini yaitu skala kontrol diri serta skala agresivitas.

##### 1. Skala Agresivitas

Skala agresivitas diperlukan untuk mengungkap sejauh mana tingkat perilaku agresivitas di kalangan remaja. Terdapat aitem *favorable* dengan total 20 aitem pada penelitian ini. Peneliti menyediakan empat bentuk pilihan jawaban, yaitu SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), dan STS (sangat tidak sesuai). Skor memiliki rentang angka 1 sampai 4 dan dibedakan berdasarkan aitem *favorable* dengan jawaban SS mempunyai skor 4, S mempunyai skor 3, TS mempunyai skor 2, dan STS mempunyai skor 1 dan pada aitem *unfavorable* dengan jawaban SS mempunyai skor 1, S mempunyai skor 2, TS mempunyai skor 3, dan STS mempunyai skor 4.

**Tabel 2. Blueprint Skala Agresivitas**

No.	Aspek - aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Agresivitas Fisik ( <i>Physical Aggression</i> )	5	5	10
2.	Agresivitas Verbal ( <i>Verbal Aggression</i> )	5	5	10
3.	Kemarahan ( <i>Anger</i> )	5	5	10
4.	Kebencian ( <i>Hostility</i> )	5	5	10
	Jumlah	20	20	40

## 2. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri diperlukan guna mengetahui sejauh mana tingkat kontrol diri yang dimiliki oleh kalangan remaja. Penelitian ini terdiri dari aitem *favorable* dengan jumlah total 21 aitem dan aitem *unfavorable* dengan jumlah total 21 aitem. Dengan menyediakan 4 pilihan jawaban, yaitu SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai). Skor mempunyai rentang angka 1 sampai 4 yang masing-masing aitem dibedakan antara aitem *favorable* dengan jawaban SS mempunyai skor 4, S mempunyai skor 3, TS mempunyai skor 2, dan STS mempunyai skor 1 dan aitem *unfavorable* dengan jawaban SS mempunyai skor 1, S mempunyai skor 2, TS mempunyai skor 3, STS mempunyai skor 4.

**Tabel 3. Blueprint Kontrol Diri**

No.	Aspek - aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kontrol Perilaku ( <i>Behavioral Control</i> )	7	7	14
2.	Kontrol Kognitif ( <i>Cognitive Control</i> )	7	7	14
3.	Kontrol Dalam Mengambil Keputusan ( <i>Decisional Control</i> )	7	7	14
	Total	21	21	42

## E. Validitas, Estimasi Realibilitas, dan Uji Daya Beda Aitem

### 1. Uji Validitas

Validitas merupakan alat ukur guna melihat seberapa jauh skala dapat memberi data yang sesuai saat menjalankan fungsi pengukurannya (Azwar,

2012). Uji validitas yang digunakan pada penelitian ini yaitu validitas isi (*content validity*) membuktikan seberapa jauh aitem-aitem pada alat ukur yang telah mewakili seluruh aspek dalam penelitian dan tingkat relevansi. Uji validitas isi bukan hanya dapat didasarkan dengan keputusan secara akal sehat terkait keselarasan ataupun relevansi aitem pada penilaian peneliti sendiri, melainkan penilaian yang dilakukan oleh pendapat ahli (*expert judgement*) yaitu dosen pembimbing skripsi (Azwar, 2012).

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan instrumen ukur yang berkualitas baik dan dapat memberikan skor yang kecil eror pengukurannya pada kelompok subjek yang sama (Azwar, 2012). Koefisien *alpha cronbach* digunakan pada penelitian ini untuk memperoleh perhitungan konsistensi aitem-aitem pada alat ukur. Koefisien realibilitas terletak di rentang angka 0 hingga 1,00. Semakin mendekati 1,00 artinya semakin realibel. Pada pengujian reliabilitas dibantu oleh program SPSS 20 *for windows* guna pengolahan data.

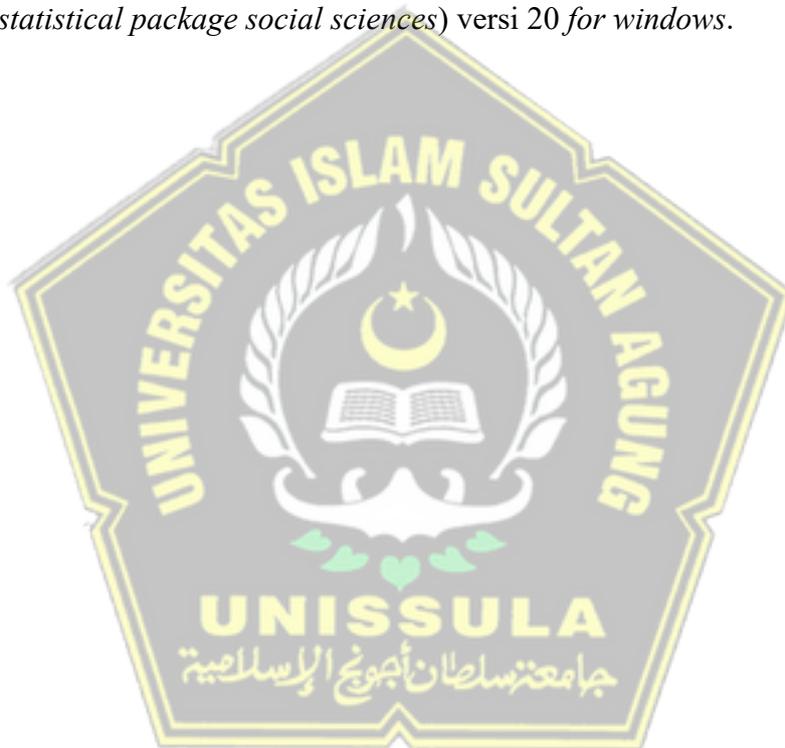
## 3. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh aitem dapat membedakan antara individu atau kelompok individu yang mempunyai dan tidak mempunyai atribut yang diukur. Pengujian daya beda aitem dilaksanakan melalui penghitungan koefisien korelasi antar distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala, komputasi tersebut dapat memberikan koefisien korelasi aitem total ( $r_{ix}$ ). Suatu aitem dapat dikatakan berdaya beda tinggi apabila mempunyai koefisien korelasi  $r_{ix} \geq 0,30$  namun apabila jumlah aitem yang berdaya beda tinggi tidak sesuai jumlah yang dikehendaki, bisa mempertimbangkan agar menurunkan batas kriteria koefisien korelasi sedikit menjadi 0,25 (Azwar, 2012).

Pada penelitian ini, uji daya beda aitem dihitung dengan program SPSS versi 20 *for windows* dan analisis korelasi *product moment* dari *pearson*.

## F. Metode Analisis Data

Analisis data yaitu aktivitas setelah terkumpul data dari semua responden (Sugiyono, 2013). Teknik analisis data penelitian yang diperlukan mengarah pada jawaban rumusan permasalahan dan uji hipotesis yang telah dinyatakan. Penelitian ini memerlukan metode analisis dalam mengolah data yaitu menggunakan uji statistik korelasi *product moment* berdasarkan tujuan penelitian yaitu guna mengetahui hubungan antara kontrol diri bermain game online pada perilaku agresivitas remaja. Hasil data yang diperoleh kemudian diolah dengan aplikasi SPSS (*statistical package social sciences*) versi 20 for windows.



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian**

##### **1. Orientasi Kanchah Penelitian**

Orientasi kanchah penelitian adalah langkah pertama untuk mendapatkan segala sesuatu yang dibutuhkan dan dilakukan sebelum kegiatan penelitian dimulai. Tujuannya agar penelitian dapat dilakukan secara efisien berdasarkan yang telah disusun. Langkah awal yang bisa dilakukan adalah memilih lokasi penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di MTs NU Demak.

Berdiri pada tahun 1967 MTs NU Demak berasal dari Pendidikan Guru Agama NU (PGA NU) yang dikepalai oleh KH. Anis Wahdi dan kemudian diserahkan kepada Bapak H. Romdhon, S.Ag, M.Pd.I hingga sekarang. MTs NU Demak merupakan lembaga pendidikan di bawah naungan Yayasan Pendidikan Nahdlatul Ulama (YPNU) yang berlokasi di Jalan Kauman 1, Bintoro, Kabupaten Demak. MTs NU Demak memiliki beberapa fasilitas yaitu 16 ruang kelas yang terdiri dari kelas 7 (A, B, C, D, E, F), kelas 8 (A, B, C, D, E, F) dan kelas 9 (A, B, C, D) dengan jumlah total keseluruhan siswa sebanyak 580 siswa, jumlah tenaga pengajar sebanyak 40 guru. Adapun fasilitas yang terdapat didalamnya yaitu 1 laboratorium dan 1 perpustakaan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan agresivitas siswa SMP yang bermain game online. Peneliti memilih MTs NU Demak menjadi lokasi penelitian berdasarkan pertimbangan di bawah:

- a. Terdapat permasalahan terkait agresivitas di MTs NU Demak
- b. Belum terdapat penelitian serupa yang dilakukan di MTs NU Demak.
- c. Adanya jumlah subjek yang memenuhi syarat.
- d. Mendapatkn perizinan oleh pihak MTs Nu Demak untuk dijadikan sebagai tempat penelitian.

## 2. Persiapan Penelitian

Tahapan persiapan penelitian yaitu tahapan yang diperlukan untuk meminimalisir kemungkinan terjadinya kesalahan saat penelitian sedang berlangsung. Persiapan penelitian meliputi beberapa tahap yaitu:

### a. Penyusunan Alat Ukur

Tahap awal adalah menyusun alat ukur. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala psikologi. Dua variabel yaitu agresivitas dan kontrol diri digunakan pada penelitian ini yang peneliti rumuskan berdasarkan aspek setiap variabel. Pada skala penelitian ini juga terdapat aitem yang memiliki karakteristik *favorable* yaitu aitem yang mendukung variabel yang diteliti dan *unfavorable* adalah aitem yang tidak mendukung variabel yang diteliti.

Skala tersusun dari beberapa pernyataan dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Adapun penilaian pada aitem *favorable* yaitu SS dengan nilai 4, S dengan nilai 3, TS dengan nilai 2, STS dengan nilai 1. Dan untuk penilaian pada aitem *unfavorable* yaitu SS dengan nilai 1, S dengan nilai 2, TS dengan nilai 3, STS dengan nilai 4.

#### 1) Skala Agresivitas

Penyusunan skala agresivitas sesuai dengan aspek-aspek menurut Buss dan Perry yang terdiri dari kebencian (*hostility*), kemarahan (*anger*), verbal (*verbal aggression*), dan agresivitas fisik (*physical aggression*), (Hidayat & Khoiruddin, 2016). Pada skala ini terdapat 40 aitem mencakup 20 aitem *favorable* serta 20 aitem *unfavorable*. Distribusi sebaran nomor aitem pada skala ini yaitu dalam tabel di bawah ini :

**Tabel 4. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala Agresivitas**

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Agresivitas Fisik ( <i>Physical Aggression</i> )	31, 1, 21, 12, 11	30, 9, 40, 20, 10	10
2.	Agresivitas Verbal ( <i>Verbal Aggression</i> )	39, 8, 19, 7, 29	13, 32, 2, 22, 14	10
3.	Kemarahan ( <i>Anger</i> )	3, 33, 24, 23, 15	38, 6, 28, 18, 27	10
4.	Kebencian ( <i>Hostility</i> )	36, 5, 37, 26, 17	4, 25, 15, 34, 35	10
	Jumlah	20	20	40

## 2) Skala Kontrol Diri

Penyusunan skala kontrol diri menurut aspek-aspek dari Averil (1973) seperti kontrol kognitif (*cognitive control*), kontrol perilaku (*behavioral control*), dan kontrol dalam mengambil keputusan (*decisional control*) (Ghufron & S, 2012). Pada skala ini terdapat 42 aitem mencakup 21 aitem *favorable* serta 21 aitem *unfavorable*. Distribusi sebaran nomor aitem yaitu dalam tabel di bawah ini :

**Tabel 5. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala Kontrol Diri**

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kontrol Perilaku ( <i>Behavioral Control</i> )	38, 16, 1, 9, 8, 22, 31	37, 14, 15, 6, 30, 7, 21	14
2.	Kontrol Kognitif ( <i>Cognitive Control</i> )	20, 36, 5, 35, 13, 29, 28	10, 24, 17, 32, 23, 2, 39	14
3.	Kontrol Dalam Mengambil Keputusan ( <i>Decisional Control</i> )	3, 33, 11, 26, 18, 40, 25	42, 12, 34, 4, 27, 19, 41	14
	Jumlah	21	21	42

### b. Persiapan Perizinan

Tahap perizinan merupakan salah satu tahapan yang wajib dilakukan saat melaksanakan penelitian. Peneliti mengajukan permohonan penerbitan surat izin penelitian yang Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang keluarkan. Peneliti kemudian mendapat surat izin penelitian dengan nomor surat 505/C.1/Psi-SA/VI/2022. Kemudian menyerahkan surat izin yang telah diterima untuk diserahkan kepada kepala sekolah MTs NU Demak. Setelah mendapatkan izin, peneliti diinstruksikan untuk bertemu dengan guru bimbingan konseling untuk menyepakati jadwal *try out* dan penelitian.

### c. Uji Coba Alat Ukur

Langkah seterusnya adalah uji coba alat ukur guna mengidentifikasi reliabilitas serta uji daya beda aitem. Uji coba dilakukan di tanggal 14 Juli 2022 dengan melibatkan siswa dari kelas VII (B, C), siswa kelas VIII (E, F), dan siswa kelas IX (C). Subjek uji coba memiliki total 162 siswa. Pelaksanaan uji coba dilaksanakan menggunakan skala yang dicetak kemudian diberikan kepada subjek. Setelah skala terisi dengan lengkap, selanjutnya diberi skor hasil kemudian dianalisis untuk mengetahui daya beda aitem serta reliabilitas.

**Tabel 6. Sebaran Data Demografi Subjek Try Out**

NO	Kelas	Jumlah
1.	VII B	37
	VII C	34
2.	VIII E	31
	VIII F	35
3.	IX C	25
	Total	162

### d. Uji Daya Beda Aitem

Langkah selanjutnya setelah dilakukan skoring adalah melakukan uji daya beda aitem pada setiap skala. Uji daya beda aitem dilaksanakan guna mengidentifikasi seberapa jauh perbedaan antara aitem dalam

membedakan karakteristik seseorang dengan atribut untuk diukur atau tidak.

Daya beda aitem dianggap tinggi ketika nilai koefisien korelasi  $\geq 0,30$ . Hasil pengujian daya beda aitem serta reliabilitas setiap skala disajikan pada uraian di bawah:

### 1) Skala Agresivitas

Skala Agresivitas yang akan di uji daya bedanya tersusun dari 40 aitem kemudian didapatkan 28 aitem dengan daya beda tinggi serta 12 aitem berdaya beda rendah. Koefisiensi indeks daya beda aitem yang tinggi memiliki rentang angka 0,300 hingga 0,659. Sedangkan pada aitem berdaya beda rendah berada pada rentang angka 0,057 hingga 0,299. Koefisien reliabilitas *alpha cronbach* diperoleh nilai korelasi yaitu 0,897 yang artinya skala tersebut adalah *reliable*. Distribusi aitem dengan daya beda tinggi selengkapnya yaitu sebagai berikut :

**Tabel 7. Distribusi Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Agresivitas**

No	Aspek	Nomor Aitem		Favorable		Unfavorable		
		Favorable	Unfavorable	DBT	DBR	DBT	DBR	
1.	Agresivitas Fisik (Physical Aggression)	31, 1, 11	30, 9, 20*, 10	5	0	3	2	
2.	Agresivitas Verbal (Verbal Aggression)	39, 8, 19, 7*, 29*	13, 32*, 2, 22, 14	3	2	3	2	
3.	Kemarahan (Anger)	3, 33, 24, 23*, 15	38, 6, 28, 18*, 27	4	1	3	1	
4.	Kebencian (Hostility)	36, 5, 37, 26, 17	4, 25*, 16*, 34*, 35*	5	0	1	4	
Jumlah					17	3	10	9

Keterangan : (\*) aitem gugur/daya beda rendah  
DBT : Daya Beda Tinggi

DBR : Daya Beda Rendah

## 2) Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri yang akan di uji daya beda aitem tersusun dari 42 aitem kemudian didapatkan 33 aitem dengan daya beda tinggi serta 9 aitem berdaya beda rendah. Koefisiensi indeks daya beda aitem yang tinggi memiliki rentang angka 0,364 hingga 0,618. sedangkan pada aitem berdaya beda rendah berada pada rentang angka -0,040 hingga 0,292. Koefisien reliabilitas *alpha cronbach* diperoleh nilai korelasi yaitu 0,913 yang artinya skala tersebut adalah *reliable*. Distribusi aitem dengan daya beda tinggi dan rendah selengkapnya yaitu sebagai berikut :

**Tabel 8. Distribusi Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kontrol Diri**

No	Aspek	Nomor Aitem		Favorble		Unfavorable	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	DBT	DBR	DBT	DBR
1.	Kontrol	38, 16,	37, 14,	4	3	6	1
	Perilaku ( <i>Behavioral Control</i> )	1, 9, 8*, 22*, 31*	15, 6, 30, 7*, 21				
2.	Kontrol	20*,	10, 24,	3	4	7	0
	Kognitif ( <i>Cognitive Control</i> )	36, 5*, 35, 13*, 29*, 28	17, 32, 23, 2, 39				
3.	Kontrol	3, 33,	42, 12,	7	0	6	1
	Dalam Mengambil Keputusan ( <i>Decisional Control</i> )	11, 26, 18, 40, 25	34, 4, 27, 19, 41*				
Jumlah				14	7	19	2

Keterangan : (\*) aitem gugur/aitem berdaya beda rendah  
 DBT : Daya Beda Tinggi  
 DBR : Daya Beda Rendah

### e. Penomoran Ulang

Langkah selepas melaksanakan uji coba daya beda pada aitem yaitu menomori ulang nomor pada aitem yang berdaya beda tinggi untuk dipakai dalam penelitian, sedangkan pada aitem yang berdaya beda rendah dihilangkan. Urutan penomoran ulang pada skala agresivitas dan kontrol diri adalah sebagai berikut :

**Tabel 9. Distribusi Nomor Aitem Baru Pada Skala Agresivitas**

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Agresivitas Fisik ( <i>Physical Aggression</i> )	31 (23), 1, 21 (16), 12 (10), 11 (9)	30 (22), 9 (7), 10 (8)	8
2.	Agresivitas Verbal ( <i>Verbal Aggression</i> )	39 (28), 8 (6), 19 (15)	13 (11), 22 (17), 14 (12)	6
3.	Kemarahan ( <i>Anger</i> )	3 (2), 33 (24), 24 (18), 15 (13)	38 (27), 6 (5), 28 (21), 27 (20)	8
4.	Kebencian ( <i>Hostility</i> )	36 (25), 5 (4), 37 (26), 26 (19), 17 (14)	4 (3)	6
Jumlah		17	11	28

Keterangan (...) nomor baru aitem pada skala penelitian

**Tabel 10. Distribusi Nomor Aitem Baru Pada Skala Kontrol Diri**

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kontrol Perilaku ( <i>Behavioral Control</i> )	38 (30), 16 (12), 1, 9 (6)	37 (29), 14 (10), 15 (11), 6 (5), 30 (23), 21 (16)	10
2.	Kontrol Kognitif ( <i>Cognitive Control</i> )	36 (28), 35 (27), 28 (22)	10 (7), 24 (18), 17 (13), 32 (24), 23 (17), 2, 39 (31)	10
3.	Kontrol Dalam Mengambil Keputusan ( <i>Decisional Control</i> )	3, 33 (25), 11 (8), 26 (20), 18 (14), 40 (32), 25 (19)	42 (33), 12 (9), 34 (26), 4, 27 (21), 19 (15)	13
Jumlah		14	19	33

Keterangan (...) nomor baru aitem pada skala penelitian

## B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal 7 Agustus–24 Agustus 2022 dengan melibatkan siswa kelas VII (A, D), siswa kelas VIII (B, C, D), dan siswa kelas IX (A) menggunakan teknik *cluster random sampling*. Subjek yang terlibat yaitu 159 siswa. Penelitian dilakukan dengan membagikan skala yang dicetak kemudian dibagikan kepada siswa–siswi. Setelah skala terkumpul selanjutnya memberikan skor. Kemudian analisis serta uji hipotesis untuk mengetahui hubungan antar variabel dengan bantuan program pengolahan data SPSS *for windows* versi 20.

**Tabel 11. Sebaran Data Demografi Subjek Penelitian**

No.	Karakteristik	Frekuensi	Jumlah
1.	Kelas		
	a. VII A	23	159
	b. VII D	19	
	c. VIII A	19	
	d. VIII B	28	
	e. VIII C	26	
	f. VIII D	25	
	g. IX A	19	
2.	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	90	159
	b. Perempuan	69	
3.	Jenis Game Yang Dimainkan		
	a. Mobile Legends	63	159
	b. Free Fire	33	
	c. Stumble Guys	43	
	d. PUBG	2	
	e. Bus Simulator	7	
	f. Call Of Duty	1	
	g. Hyper Front	1	
	h. Modern Of Warship	2	
	i. Minecraft	1	
	j. Roblox	3	
	k. Genshin Impact	1	
	l. Ark Survival	1	
	m. PES 2022	1	

## C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

### 1. Uji Asumsi

Uji asumsi yaitu salah satu proses saat analisis data. Data terkumpul selanjutnya dianalisis dengan melakukan uji asumsi pada variabel dengan melakukan uji normalitas serta uji linearitas.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilaksanakan dengan tujuan guna untuk mengidentifikasi apakah data penelitian berdistribusi normal ataupun tidak. Teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Z* digunakan dalam penelitian ini. Dalam menentukan distribusi normal ataupun tidak normal dalam penelitian yaitu apabila taraf signifikan  $> 0,05$  yang mempunyai makna jika distribusi data yang diperoleh dari penelitian bersifat normal, dan jika taraf signifikan  $< 0,05$ , distribusi data dapat disimpulkan bersifat tidak normal. Hasil pengujian normalitas kedua variabel adalah sebagai berikut :

**Tabel 12. Tabel Uji Normalitas**

Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Kontrol Diri	99,26	13,86	0,826	0,503	$P > 0,05$	Normal
Agresivitas	61,07	10,40	0,631	0,820	$P > 0,05$	Normal

Dari hasil uji normalitas, dapat diketahui bahwa dalam variabel agresivitas diraih skor KS-Z sejumlah 0,631 dengan taraf signifikan 0,820 ( $p > 0,05$ ), sehingga memiliki arti sebaran distribusi data bersifat normal. Kemudian dalam variabel kontrol diri diperoleh skor KS-Z sebesar 0,826 dengan taraf signifikan 0,503 ( $p > 0,05$ ), bermakna distribusi data bersifat normal.

#### b. Uji Linearitas

Uji linieritas bertujuan untuk mengidentifikasi variabel agresivitas dan variabel kontrol diri berhubungan secara linier atau tidak. Uji linearitas dianggap terdapat hubungan linier apabila *p value (Linearity)* kurang dari 0,05.

Hasil uji linearitas pada variabel agresivitas dengan variabel kontrol diri diraih nilai  $F_{\text{linier}}$  sebesar 38,843 dengan taraf signifikansi *p* sejumlah

0,000 ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan jika terdapat hubungan yang linier antara agresivitas dengan kontrol diri.

## 2. Uji Hipotesis

Tujuan uji hipotesis guna mengidentifikasi hubungan antara variabel agresivitas dengan kontrol diri. Uji hipotesis dilakukan menggunakan teknik *product moment* didapatkan nilai koefisien korelasi  $r_{xy}$  -.424 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Berdasarkan hasil tersebut mengindikasikan jika terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel agresivitas dengan variabel kontrol diri, dapat disimpulkan jika hipotesis yang peneliti ajukan diterima.

### D. Deskripsi Variabel Penelitian

Tahap selanjutnya menyusun deskripsi hasil penelitian dengan tujuan untuk menyajikan data terkait kondisi atau skor skala pada setiap subjek penelitian yang dipergunakan untuk pengukuran. Azwar (2012) membuat norma kategorisasi guna meletakkan subjek pada kelompok yang terpisah dengan tahap yang telah ditentukan sesuai pengukuran atribut. Di bawah ini norma kategorisasi yang digunakan :

**Tabel 13. Norma Kategorisasi**

Rentang Skor		Kategorisasi
$\mu + 1.5 \alpha$	$X <$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \alpha$	$< X \leq$	Tinggi
$\mu - 0.5 \alpha$	$< X \leq$	Sedang
$\mu - 1.5 \alpha$	$X \leq$	Rendah
X	$\leq$	Sangat Rendah

### 1. Deskripsi Data Skor Agresivitas

Skala Agresivitas disusun dari 28 aitem berdaya beda tinggi yang setiap aitem memiliki skor berkisar 1 hingga 4. Skor minimum yang diperoleh variabel agresivitas sebesar 28 yang diperoleh dari  $(28 \times 1)$  dan skor maksimum yaitu 112 yang berasal dari  $(28 \times 4)$ . Mean hipotetik pada skala agresivitas sebesar 70 yang berasal dari  $[(112+28):2]$  dan standar deviasi hipotetik sebesar 14 yang berasal dari  $[(112-28):6]$ .

Dari hasil penelitian, deskripsi skor empirik mendapatkan skor minimum yaitu 38, skor maksimal 96, mean empirik 61,07, serta standar deviasi empirik 10,40. Deskripsi skor skala agresivitas sebagai berikut:

**Tabel 14. Deskripsi Skor Skala Agresivitas**

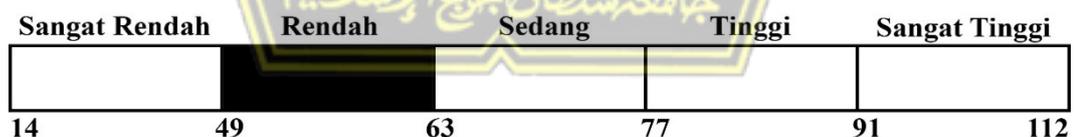
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	38	28
Skor Maksimum	96	112
Mean (M)	61,07	70
Standar Deviasi (SD)	10,40	14

Berdasarkan norma kategorisasi skala agresivitas, diperoleh mean empirik yaitu 61,07, sedangkan mean hipotetik yaitu 70. Hasil ini menandakan bahwa skor mean empirik yang diperoleh termasuk kategori rendah. Berikut adalah tabel kategorisasi nilai subjek skala agresivitas :

**Tabel 15. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Agresivitas**

	Norma	Kategori	Jumlah	Presentase
91	<	Sangat Tinggi	1	0,6%
77	< X ≤	Tinggi	8	5%
63	< X ≤	Sedang	61	38,4%
49	< X ≤	Rendah	68	42,8%
14	≤	Sangat Rendah	21	13,2%
		Jumlah	159	100%

Dari rincian tabel tersebut, jelas jika subjek yang memiliki jumlah terbanyak yaitu 68 siswa berada pada kategori rendah dengan rentang nilai 49 hingga 63.



**Gambar 1. Rentang Skor Skala Agresivitas**

## 2. Deskripsi Data Skor Kontrol Diri

Skala kontrol diri tersusun dalam 33 aitem berdaya beda tinggi yang setiap aitem memiliki skor berkisar 1 hingga 4. Skor minimum yang diraih variabel kontrol diri sebesar 33 yang diraih ( $33 \times 1$ ) serta skor maksimum yang diraih yaitu 132 berasal dari ( $33 \times 4$ ). Mean hipotetik pada skala kontrol diri



### E. Pembahasan

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan agresivitas pada siswa MTs NU Demak. Berdasarkan hasil melalui teknik uji korelasi *product moment* yang telah dilaksanakan, dapat diketahui jika nilai korelasi  $r_{xy} = -.424$  dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Berdasarkan hasil ini dapat disimpulkan jika terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan agresivitas pada siswa MTs NU Demak, berarti agresivitas akan semakin rendah jika kontrol diri semakin tinggi, begitupun sebaliknya agresivitas akan semakin tinggi jika kontrol diri semakin rendah.

Agresivitas adalah bentuk emosi seseorang yang menunjukkan perilaku atau perkataan yang dapat melukai orang lain, sehingga kontrol diri dapat mencegah perilaku agresivitas dan sebaliknya jika tidak memiliki kontrol diri dapat meningkatkan kemungkinan terjadi perilaku agresivitas (Hastuti, 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dewall, dkk (2005) mengenai *self-control inhibits aggression* menjelaskan jika mekanisme *neural* otak terlibat saat mengatur emosi serta kognitif dalam kontrol diri akan mengurangi agresivitas. Berdasarkan definisi yang dikemukakan oleh Goldfried dan Merbaun jika kontrol diri yaitu sebuah proses yang bisa membentuk perilaku pada remaja (Wibisono, 2022). Namun pada remaja dengan kontrol diri rendah dapat memberi dorongan perilaku agresivitas lebih besar, sehingga dapat mengakibatkan hambatan dan dampak negatif bagi remaja dan orang lain. Sedangkan remaja yang memiliki kontrol diri mampu mengatasi permasalahan agresivitas. Ia sesuai dengan pandangan Dewal, dkk (2011) jika remaja yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi dapat membantu menurunkan dorongan perilaku agresivitas.

Kontrol diri yaitu kemampuan yang cukup mempengaruhi penurunan perilaku agresivitas. Ia sesuai dengan penelitian dari Brooking, dkk menyatakan bahwa agresivitas yang kuat merupakan indikasi perilaku marah dan seberapa kuat kontrol diri yang merupakan indikasi kurangnya perilaku marah (Khoir, 2019). Menurut pendapat Syarif (2017) kematangan emosi juga merupakan dasar dalam bersikap toleransi, dapat mengendalikan diri, merasa diterima, dan menyampaikan emosi secara kreatif serta konstruktif. Kematangan emosi merupakan bagian dari proses

perkembangan remaja, sejalan dengan pandangan Chaplin bahwa kematangan emosi adalah perkembangan emosi untuk menunjukkan dengan baik kepada orang lain (Jamal & Sugiarti, 2018).

Remaja sangat membutuhkan kontrol diri, sebab dorongan pada remaja akan menyebabkan remaja kehilangan kontrol diri. Oleh karena itu perlu memberikan dorongan positif pada remaja dengan berdasarkan pandangan dari Dewal, dkk (2011) mengatakan bahwa mendorong secara positif pada remaja untuk mengubah keinginan bertindak agresivitas terbukti dapat membantu mengurangi tindakan yang berbahaya secara fisik. Remaja dengan kontrol diri yang baik akan terhindar dari dorongan dalam berperilaku agresivitas dan dapat menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan.

Penelitian ini selaras dengan penelitian dari Arwanto (2020) berjudul “Agresivitas Pemain Game Online PUBG Mobile Ditinjau Dari Kontrol Diri” menjelaskan jika ada korelasi negatif antara agresivitas dengan kontrol diri dalam pemain game online *PUBG mobile*. Penelitian tersebut melibatkan sebanyak 50 responden di kota Semarang. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, membuktikan terdapat hubungan signifikan antar variabel diperoleh nilai  $-0,391$ . Selain itu penelitian yang dilaksanakan oleh Jamal dan Sugiarti (2021) tidak jauh berbeda berjudul “Kontrol Diri Terhadap Agresivitas Pada Remaja Pemain Pro Game Online ” menyimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kontrol diri dengan agresivitas pemain pro game online. Penelitian tersebut melibatkan 103 orang dengan diperoleh hasil nilai korelasi sebesar  $-0.60$ .

Berdasarkan hasil pendeskripsian skor pada variabel kontrol diri termasuk dalam kategori tinggi dengan persentase 39. Ia bermakna subjek mempunyai kemampuan kontrol diri yang baik yaitu subjek mampu dalam mengendalikan emosional, dapat menentukan keputusan dalam menyelesaikan masalah, serta dapat menolak keinginan yang bertentangan dengan norma sosial. Deskripsi skor untuk variabel agresivitas termasuk dalam kategori sangat rendah dengan persentase 42,8. Hal ini berarti subjek mampu dalam mengatasi permasalahan secara emosional dan menghindari perilaku yang akan merugikan pada diri subjek serta orang lain. Nilai

efektif yang didapat dari kontrol diri sejumlah 17,5% dari hasil analisis data koefisien determinasi ( $r^2$ ) sejumlah 0,175 dan 82,5% disebabkan oleh faktor lain.

#### **F. Kelemahan Penelitian**

Peneliti menyadari jika ada kelemahan dalam penelitian ini, antara lain adalah:

1. Peneliti tidak mencantumkan jenis – jenis game online yang dimainkan dalam skala yang diberikan.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian yaitu hipotesis penelitian ini diterima di mana ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan agresivitas pada siswa MTs NU Demak. Artinya, ketika agresivitas yang dimiliki individu semakin rendah, maka kontrol diri akan semakin tinggi, dan sebaliknya ketika agresivitas yang dimiliki individu semakin tinggi, maka kontrol diri akan semakin rendah.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Subjek Penelitian**

Individu diharapkan tetap mampu mempertahankan kontrol diri dikarenakan tingkat kontrol diri yang subjek miliki berada di tingkat tinggi. Untuk mempertahankan kontrol diri subjek dapat melakukan cara dengan melakukan aktifitas-aktifitas yang bermanfaat seperti berolahraga dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, tetap tenang dalam menghadapi dan memutuskan permasalahan dengan berpikir secara tenang, lebih bersabar dalam bertemu dan bermain dengan teman yang dapat memancing emosi ketika bermain game dan bersabar dengan keinginan untuk membeli *item* yang belum dapat terpenuhi.

##### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti mengharapkan penelitian yang dilakukan dapat menjadi sumber pengetahuan baru terhadap peneliti selanjutnya dan peneliti menyarankan supaya dalam penelitian dilakukan dengan teliti serta berhati – hati dalam menyusun dan menyebarkan alat ukur sehingga dapat memberikan hasil yang baik serta maksimal. Peneliti juga menyarankan untuk menambahkan variabel maupun faktor lain yang berpengaruh terhadap agresivitas seperti provokasi, frustrasi, kecemburuan seksual, kecemburuan sosial, kecerdasan emosional, jenis kelamin, narsisme, kelompok, media, dan persaingan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adani, N. (2018). Pengaruh Keterlibatan Ayah Terhadap Kontrol Diri Pada Remaja Akhir Di Jakarta *Tesis*. Univeristas Negeri Jakarta. <http://repository.unj.ac.id/3224/>.
- Aditama, M. (2021). Dua Remaja Nekat Curi Kotak Amal Masjid Akibat Kecanduan Game Online. *Nextren*. Diakses dari <https://nextren.grid.id/read/012757217/dua-remaja-nekat-curi-kotak-amal-masjid-akibat-kecanduan-game-online?page=all>.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, 27–51. <https://doi.org/doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135231>.
- APJII. Buletin APJII Edisi 74. Diakses pada Maret 22, 2022 dari <https://apjii.or.id/content/read/104/503/BULETIN-APJII-EDISI-74---November-2020>.
- Aristaningtyas, Y. (2018). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresivitas Pada Anak Sekolah Dasar. *Tesis*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/3812/>.
- Arwonto, A. (2020). Agresivitas Pemain Game Online PUBG Mobile Ditinjau Dari Kontrol Diri. *Tesis*. Universitas Semarang. <https://eskripsi.usm.ac.id/detail-F11A-475.html>.
- Averill, J. R. (1973). Personal Control Over Aversive Stimuli and its Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286–303. <https://doi.org/10.1037/h0034845>.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-dasar Psikometri Edisi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. Persentase Penduduk Usia 5 Tahun ke Atas yang Pernah Mengakses Internet dalam 3 Bulan Terakhir Menurut Kelompok Umur 2019-2021. Diakses Pada Maret 19, 2022 dari <https://www.bps.go.id/indicator/2/840/1/-persentase-penduduk-usia-5-tahun-ke-atas-yang-pernah-mengakses-internet-dalam-3-bulan-terakhir-menurut-kelompok-umur.html>.
- Bandura, A. (2019). *Aggression a Social Learning Analysis*. United Stated of America: International Psychotherapy Institute.

- Barry, P. D. (1998). *Mental Health & Mental Illness*. Lippincott. Diakses dari <https://books.google.co.id/books?id=LIUrprTgHhIC&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false>.
- Budikunconingsih, S. (2017). Pengaruh Teman Sebaya dan Persepsi Pola Asuh Orang Tua Terhadap Agresivitas Siswa di Sekolah Dasar Gugus Sugarda. *JSSH (Jurnal Sains Sosial Dan Humaniora)*, 1(2), 85. <https://doi.org/10.30595/jssh.v1i2.1704>.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.63.3.452>.
- Chaplin, J.P. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah. Dr. Kartini Kartono. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- CNN Indonesia. Gagal Curi Uang Untuk Gim Online, Remaja Bakar Rumah Tetangga. Diakses pada November 10, 2021 dari <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20210510195027-12-641099/gagal-curi-uang-untuk-gim-online-remaja-bakar-rumah-tetangga>.
- Ellis Omrod, J., M Anderman, E., & Anderman, L. (2017). *Educational Psychology: Developing Learners (9 Ed.)*. Pearson Education.
- de Ridder, D. T. D., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking Stock of Self-Control: A Meta-Analysis of How Trait Self-Control Relates to a Wide Range of Behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76–99. <https://doi.org/10.1177/1088868311418749>.
- Finkenauer, C., Engels, R. C. M. E., & Baumeister, R. F. (2005). Parenting Behaviour and Adolescent Behavioural and Emotional Problems: The role of self-control. *International Journal of Behavioral Development*, 29(1), 58–69. <https://doi.org/10.1080/01650250444000333>.
- Fitrianisa, A. (2018). Identifikasi Faktor-Faktor Perilaku Agresif Siswa SMK Piri 3 Yogyakarta. *Tesis*. Universitas Negeri Yogyakarta. <https://eprints.uny.ac.id/61941/>.
- Fuadiana, K. (2021). Hubungan Self Control Dengan Agresivitas Verbal Pada Siswa SMP Al-Islam Krian. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. [http://digilib.uinsby.ac.id/47256/2/Khusnul%20Fuadiana\\_J71216064.pdf](http://digilib.uinsby.ac.id/47256/2/Khusnul%20Fuadiana_J71216064.pdf).

- Hamonangan, R. H., & Widiyanto, S. (2019). Pengaruh Self Regulated Learning Dan Self Control Terhadap Hasil Belajar Bahasa Indonesia. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 7(1), 5–10. <https://doi.org/10.24269/dpp.v7i1.1056>.
- Hanina. (2018). Analisis Tingkat Agresivitas Remaja Terhadap Keberadaan Computer Game Online. *Makalah*. Universitas Asahan Kisaran. 10.31227/osf.io/spx97.
- Hapsari, M. F., Indrawati, E. S., & Desiningrum, D. R. (2013). Agresivitas Ditinjau Dari Kontrol Diri Pada Remaja Pemain Game Online Di Kota Semarang. *Jurnal Empati*, 2(4), 288–295. <https://doi.org/doi.org/10.14710/empati.2013.7414>.
- Hastuti, L. W. (2018). Kontrol Diri dan Agresi : Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 26(1), 42–53. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.32805>.
- Hidayat, H., Yusri, & Ilyas, A. (2013). Profil Siswa Agresif dan Peranan Guru BK. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(2), 7–10. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/view/1644>.
- Illahi, U., Neviyarni, Said, A., & Ardi, Z. (2018). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Perilaku Agresif Remaja Dan Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 3(2), 68. <https://doi.org/10.29210/3003244000>.
- Hidayat, K., & Bashori, K. (2016). *Psikologi Sosial : Aku, Kami, dan Kita* (O. M. Dwiasri (ed.); 1st ed.). Jakarta; Erlangga.
- Irianto, A. B. P., Wisnu, A. M. P., Aprilli, D. I. P., Hermawan, H. R., & Immanuel, V. (2019). Game Online Dan Pengaruhnya Terhadap Komunikasi Dalam Keluarga (Studi Kasus Tambakbayan Yogyakarta). *Sebatik*, 23(2), 381–386. <https://doi.org/10.46984/sebatik.v23i2.786>.
- Isliko, A. J. S. (2020). Hubungan Kelekatan Ayah dan Kontrol Diri Pada Mahasiswa. *Tesis*. Universitas Islam Indonesia. <https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/17543>.
- Ismail, Y. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja Di Rubbuk School Semarang. *Tesis*. Universitas Semarang. <https://eskripsi.usm.ac.id/detail-F11A-332.html>.
- Juliawati, D., Yandri, H., & Afrifadela, N. (2020). Self Control Belajar Siswa di Sekolah Dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0. *Tarbawi : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 16(1), 71–80. <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v16i01.557>.

- Kurniati, R., Menanti, A., & Hardjo, S. (2019). Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter dan Kematangan Emosi Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa SMP Negeri 2 Medan. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(1), 59–68. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v1i1.277>.
- Maqhfira. (2020). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Agresivitas Pada Komunitas Game Online PUBG Di Kota Banda Aceh. *Tesis*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/15448/>.
- Mertika, M., & Mariana, D. (2020). Fenomena Game Online di Kalangan Anak Sekolah Dasar. *Journal of Educational Review and Research*, 3(2), 99. <https://doi.org/10.26737/jerr.v3i2.2154>.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle?. *Psychological Bulletin*, 126, 247–259. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.2.247>.
- Santrock, J. W. (2012). Life-Span Development (Perkembangan Masa-Hidup) Edisi Ketigabelas Jilid I S. Noviettha I (ed.); (13th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148–158. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>.
- Nugroho, D. P. S. (2020). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Kecenderungan Agresivitas Gamers. *Universitas Negeri Semarang*. <https://doi.org/10.21009/jiv.0901.4>.
- Nur Ghufron, M. 1978- (pengarang); Rini Risnawitaq S. (pengarang); Rose Kusumaningratri (editor). (2017). *Teori-teori psikologi / M. Nur Ghufron & Rini Risnawitaq S. ; editor, Rose Kusumaningratri*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media.
- Oktalia, P. (2020). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Perilaku Agresif Siswa Di SMP Negeri 4 Ungaran. *Tesis*. Universitas Ngudi Waluyo. <http://repository2.unw.ac.id/1120/>.
- Pratama, M. A. (2020). Kontrol Diri Remaja Terhadap Perilaku Agresif Dalam Bermain Game Online Mobile Legends Di Squad Game Nematoda. *Tesis*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/40974/>.
- Putri, P. W. (2017). Efektivitas Anger Management Training (AMT) Terhadap Penurunan Agresivitas Remaja Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Tesis*.

- Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. <http://repository.untag-sby.ac.id/552/>.
- Rahayu, L. P. (2018). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Agresif. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 257–266. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4567>.
- Righetti, F., & Finkenauer, C. (2011). If You Are Able to Control Yourself, I Will Trust You: The Role of Perceived Self-Control in Interpersonal Trust. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(5), 874–886. <https://doi.org/10.1037/a0021827>.
- Rohman, K. (2019). Agresifitas Anak Kecanduan Game Online. *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak*, 2(1). <https://doi.org/10.21274/martabat.2018.2.1.155-172>.
- Saad, H. M. (2003). *Perkelahian Pelajar: Potret Siswa SMU di Jakarta* (S. Kartono & I. Gusmian (eds.); (1st ed.). Galang Offset. Diakses dari [https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=mk5mR8cegJkC&oi=fnd&pg=PA1&dq=Saad,+H.+M.+\(2003\).+Perkelahian+pelajar:+Potret+siswa&ots=-SGE7ER4Ws&sig=AKMaI\\_xSs9zna5DMMDXhjqqjuQ&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=mk5mR8cegJkC&oi=fnd&pg=PA1&dq=Saad,+H.+M.+(2003).+Perkelahian+pelajar:+Potret+siswa&ots=-SGE7ER4Ws&sig=AKMaI_xSs9zna5DMMDXhjqqjuQ&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false).
- Sadewo, M. I. P. (2019). Kecanduan Game Online dan Agresivitas Di Kalangan Remaja. *Tesis*. Universitas Islam Indonesia. <https://dspace.uin.ac.id/handle/123456789/17552>.
- Salasa, F., Muswardi, R., & Shinta, M. (2017). Peningkatan Self Control Melalui Konseling Kelompok Teknik Modelling Pada Siswa Kelas VIII. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(3). <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/13820>.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence Seventeenth Edition*. New York: McGraw-Hill Education.
- Sari, A. P., Ilyas, A., & Ifdil, I. (2017). Tingkat Kecanduan Internet Pada Remaja Awal. *JPPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 3(2), 110–117. <https://doi.org/10.29210/02018190>.
- Sari, R. (2018). Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Kontrol Diri Pada Mahasiswa. *Tesis*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. <http://repository.uin-suska.ac.id/id/eprint/14239>.
- Sentana, M. A., & Kumala, I. D. (2017). Agresivitas Dan Kontrol Diri pada Remaja Di Banda Aceh. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 51–55. <https://doi.org/10.17977/um023v6i22017p051>.

- Setiowati, E. A., Suprihatin, T., & Rohmatun. (2017). Gambaran agresivitas anak dan remaja di area beresiko. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, 170–179. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/view/2187>.
- Siddiqah, L. (2010). Pencegahan dan Penanganan Perilaku Agresif Remaja Melalui Pengelolaan Amarah (Anger Management). *Jurnal Psikologi*, 37(1), 50–64. Diakses dari <https://media.neliti.com/media/publications/127368-ID-pencegahan-dan-penanganan-perilaku-agres.pdf>.
- Syarif, F. (2017). Hubungan Kematangan Emosi Dengan Perilaku Agresi Pada Mahasiswa Warga Asrama. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 199–207. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i2.4364>.
- Utami, T. W., & Hodikoh, A. (2020). Kecanduan Game Online Berhubungan Dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 17–22.
- Vinka, A. M., & Michele, N. (2021). Pengaruh Teknologi Internet Terhadap Pengetahuan Masyarakat Jakarta Seputar Informasi Vaksinasi Covid-19. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 8(1), 1–13.
- Wahdianto, A. (2017). Hubungan Online Dissociative Social Interaction Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja Penggemar Game Online Genre War. *Tesis*. Universitas Negeri Semarang. <http://lib.unnes.ac.id/id/eprint/30222>.
- Wahyuni, F. (2020). Hubungan Antara Self Control Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja Di SMA Negeri 10 Kota Bengkulu. Institut Agama Islam Negeri Bengkulu. Diakses dari <http://repository.iainbengkulu.ac.id/4820/1/-SKRIPSI> FEBY WAHYUNI-.pdf.
- Wibisono, D. D. (2022). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Agresi Pemain Game Online Pada Siswa SMP Al-Washilah Panguragan Kabupten Cirebon Jawa Barat. *Tesis*. Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri. <http://repository.uinsaizu.ac.id/id/eprint/12860>.
- Wibowo, N. E., & Fuad Nashori, H. (2017). Self Regulation and Aggressive Behavior on Male Adolescence. *Jurnal Riset Aktual Psikologi*, 8(1), 48–59.
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020). Analisis Perilaku Agresif Pada Remaja Di Sekolah Menengah Pertama. *JHS (Journal of Health Studies)*, 4(1), 38–45. <https://doi.org/10.31101/jhes.1358>.
- Yunalia, E. M., & Suharto, I. P. S. (2020). Penurunan Tingkat Perilaku Agresif Pada Remaja Putra Dengan Terapi Regulasi Emosi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 361–368.

Yusuf, A., Krisnana, I., & Ibrahim, A. (2019). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Komunikasi Interpersonal Dan Interaksi Sosial Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(2), 71–77.

Zahri, H., & Savira, I. (2017). Pengaruh Self-Control Terhadap Agresivitas Remaja Pada Pelajar SMP dan SMU di Sekolah Perguruan Nasional. *Jurnal JP3SDm*, 1–10. Diakses dari [ejournal.borobudur.ac.id](http://ejournal.borobudur.ac.id).

