

HUBUNGAN KOMPETENSI KONTROL DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU AGRESIF SISWA SMK BENGKULU UTARA

Retno Purwasih, I Wayan Dharmayana, Illawaty Sulian
Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bengkulu
Retnopurwasih99@gmail.com, dharmayana@unib.ac.id, illawaty@unib.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan penguasaan konten terhadap kontrol diri dan pengaruh tingkat kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku agresif siswa kelas XI Teknik Sepeda Motor SMK Negeri 07 Bengkulu Utara. Penelitian ini menggunakan rancangan pre-eksperimen. Subjek penelitian adalah XI teknik Sepeda Motor yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala kontrol diri dan skala perilaku agresif. Teknik analisis data yang digunakan adalah *paired sample t test* dan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh layanan penguasaan konten terhadap kontrol diri. Hasil uji *t-test* menunjukkan bahwa taraf signifikansi (2-tailed) adalah 0,000 ($p < 0,05$) sehingga H_0 ditolak. Dengan demikian kontrol diri meningkat melalui layanan penguasaan konten. Hasil analisis regresi menunjukkan signifikansi 0,010 ($p < 0,05$). Nilai R Square yang diperoleh sebesar 0,317, ini berarti bahwa kontrol diri memiliki kontribusi sebesar 31,7% terhadap perilaku agresif siswa kelas XI Teknik Sepeda Motor (TSM) SMK Negeri 07 Bengkulu Utara.

Kata kunci: kompetensi kontrol diri, perilaku agresif, layanan penguasaan konten

THE EFFECT OF SELF CONTROL COMPETENCY ON AGGRESSIVE BEHAVIOR TENDENCY OF STUDENTS OF SMK BENGKULU UTARA

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of content mastery services on self-control and the influence of self-control level against the tendency of aggressive behavior of students of class XI majoring in Motorcycle Engineering SMK Negeri 07 Bengkulu Utara. This research used pre-experiment design. The subject of this study are students of class XI of the Department of Motorcycle Engineering taken with purposive sampling technique. Data were collected using self-control scale and aggressive behavior scale. Data analysis techniques used are paired sample t test and regression analysis. The result of the research shows the influences of content mastery service to self-control. The t-test results show that the significance level (2-tailed) is 0,000 ($p < 0.005$) so H_0 is rejected. Thus, self-control increases through content mastery services. The result of regression analysis showed a significance of 0.010 ($p < 0.005$). R Square value obtained by 0.317, this means that self-control has a contribution of 31.7% to the aggressive behavior of students class XI Motorcycle Engineering Department SMK Negeri 07 Bengkulu Utara.

Keywords: self control competency, aggressive behavior, content mastery service

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa yang rentan. Pada usia ini remaja merasa bebas bergaul dengan siapapun di lingkungannya. Kebebasan pada anak tersebut harus disertai dengan pengawasan orang tua, lingkungan dan yang terpenting adalah harus disertai dengan kontrol diri. Setiap individu memiliki kemampuan mengontrol diri dalam diri masing-masing. Kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengendalikan diri. Jika manusia tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri maka apa yang akan terjadi dengan dirinya. Bisa saja mereka berperilaku tidak normal seperti orang pada umumnya. Karena pada dasarnya manusia memiliki dorongan-dorongan yang kuat untuk melakukan atau memenuhi suatu keinginan yang ada pada dirinya (Yuliandita, 2015: 1). Individu dengan kontrol diri rendah cenderung berperilaku beresiko dan melanggar aturan tanpa memikirkan efek jangka panjangnya. Individu dengan kontrol diri yang tinggi akan menyadari akibat dan efek jangka panjang dari perbuatan menyimpang (Aroma dan Suminar, 2012: 3).

Fenomena yang banyak terjadi pada masa kini adalah banyak siswa berperilaku yang mengarah pada perilaku agresif, seperti saling bully, tidak sopan, berbicara

kotor, suka mengganggu, suka marah-marah, berkelahi, dan merusak. Seperti yang terjadi pada pelajar SMK N 1 dan SMA N 4 Rejang Lebong yang terlibat tawuran di Desa Teladan, Curup Selatan, pada hari Jumat siang tanggal 18 November 2016. Pemicu dari tawuran ini adalah adanya surat kaleng yang mengatasnamakan pelajar SMA N 4 menantang pelajar SMK N 1 untuk berkelahi. Surat itu berisi kata-kata kasar dan kotor. Mendapat surat tantangan tersebut, para pelajar SMK N 1 tidak terima dan kemudian menyerang pelajar SMA N 4 sehingga terjadi tawuran (Harian Rakyat Bengkulu, 3 Februari 2017).

Fakta di atas menunjukkan bahwa pengendalian diri yang rendah dari para pelajar. Oleh karena itu perlu dilakukan suatu tindakan bimbingan agar siswa memiliki kontrol diri yang baik untuk meminimalisir timbulnya perilaku agresif pada siswa. Pemberian layanan bimbingan yang tepat dapat menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada para siswa di sekolah.

Layanan bimbingan konseling yang tepat untuk membimbing pengendalian diri siswa adalah layanan penguasaan konten. Prayitno (2004: 2) menyatakan layanan penguasaan konten adalah bantuan yang diberikan kepada individu (sendiri-sendiri

maupun dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi (konten) tertentu melalui kegiatan belajar. Layanan penguasaan konten memungkinkan siswa mengem-bangkan sikap, kebiasaan dan perilaku yang los kontrol.

Melalui layanan ini peneliti memberikan pembelajaran untuk penguasaan kompetensi kontrol diri kepada siswa yang dilakukan secara langsung bertatap muka secara klasikal. Pembelajaran kontrol diri berkaitan dengan kecenderungan siswa berperilaku agresif.

Kontrol diri (*self-control*) adalah suatu kemampuan yang dimiliki individu dalam mengendalikan dirinya, baik dalam perilaku, pemikiran, emosi maupun dalam pengambilan keputusan sehingga sebelum bertindak atau memutuskan sesuatu individu akan mempertimbangkan akibat yang mungkin terjadi. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki individu maka semakin baik dalam mengendalikan perilakunya.

Ghufron dan Risnawita (2014: 21) menyatakan bahwa kontrol diri adalah suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi yang positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang penting dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses kehidupan,

dalam menghadapi situasi-situasi di lingkungan sekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari *stressor-stressor* lingkungan (Ghufron dan Risnawita, 2014: 21).

Menurut Averril (dalam Ghufron dan Risnawita, 2014: 31) kontrol diri terdiri aspek-aspek kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, dan kemampuan mengambil keputusan.

Perilaku agresif adalah suatu tindakan yang sengaja dilakukan dengan maksud untuk melukai atau menyakiti orang lain secara fisik maupun verbal sebagai bentuk pelampiasan dari perasaan negatif untuk memperoleh kepuasan atau tujuan yang diinginkan. Agresivitas secara fisik dapat berupa merusak suatu benda mati, memukul orang lain, menendang, melempar dan lain-lain. Agresivitas yang dilakukan secara verbal dapat berupa berbicara kasar, mengolok, mencaci maki dan lain-lain (Nisfiannor & Yulianti, 2005; Zamzami, 2007; Dini & Indrijati, 2014)

Inti dari penjabaran di atas adalah individu dengan kontrol diri yang rendah

memiliki kecenderungan untuk berperilaku agresif. Individu dengan kontrol diri yang tinggi mampu mengendalikan diri terhadap kecenderungan berperilaku agresif. Layanan penguasaan konten merupakan layanan bimbingan konseling yang tepat untuk meningkatkan kemampuan mengontrol diri siswa. Apabila kemampuan kontrol diri siswa meningkat maka dapat mengurangi perilaku agresif siswa. Pertanyaan peneliti yang diajukan apakah kontrol diri siswa yang meningkat mengurangi perilaku agresif siswa?

Metode Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah layanan penguasaan konten, kontrol diri, dan kecenderungan perilaku agresif. Layanan penguasaan konten adalah layanan yang digunakan untuk membantu siswa dalam menguasai konten tertentu. Dalam penelitian ini konten pada layanan adalah penguasaan kompetensi kontrol diri.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimental dengan rancangan *one group pre-test and post-test*. Penelitian dilakukan pada siswa kelas XI Teknik Sepeda Motor (TSM) SMK Negeri 07 Bengkulu Utara yang berjumlah 20 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala kontrol diri dengan reliabilitas = 0,868 dan skala perilaku agresi dengan

reliabilitas = 0,858. Analisis data untuk melihat pengaruh layanan penguasaan konten terhadap kontrol diri menggunakan teknik *Paired Sample t Test* dengan bantuan program statistik SPSS versi 16 untuk windows. Sedangkan untuk mengetahui hubungan kompetensi kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana dengan bantuan program statistik SPSS versi 16 untuk windows. Taraf signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini sebesar 5%.

Hasil dan Pembahasan

Berikut Tabel hasil pre-test dan post-test kontrol diri siswa kelas XI Teknik Sepeda Motor SMK Negeri 07 Bengkulu Utara:

Tabel 1.
Deskripsi hasil pre-test kontrol diri

N	Mean	Std. Deviasi	Min	Max
20	47,65	3,688	41	56

Tabel 2.
Deskripsi hasil *post-test* kontrol diri

N	Mean	Std. Deviasi	Min	Max
20	81,1	7,04	66	92

Uji Hipotesis Kontrol Diri Paired Sampel t test

	t	Sig. (2-tailed)
<i>Pre-Test – Post-Test</i>	-17,274	0,000

Berdasarkan hasil analisis data hasil pre-test dan post-test kontrol diri sebelum dan setelah diberikan layanan penguasaan konten diperoleh nilai $t = -17,274$ dengan taraf signifikansi (2-tailed) adalah 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa H_0 ditolak. Hal ini berarti ada perbedaan kompetensi kontrol diri sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan penguasaan konten pada siswa kelas XI Teknik Sepeda Motor SMK Negeri 07 Bengkulu Utara.

Tabel 4.
Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

R	R Square	t	Sig.
0,563	0,317	2,892	0,010

Untuk analisis data kedua diperoleh nilai korelasi atau hubungan antara kompetensi kontrol diri dengan perilaku agresif yaitu sebesar 0,563. Nilai R Square atau koefisien determinasi sebesar 31,7%. Ini menunjukkan bahwa kompetensi kontrol diri memiliki pengaruh dengan kontribusi

sebesar 31,7% terhadap perilaku agresif dan 68,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

Hasil penelitian yang telah dijabarkan di atas menyimpulkan bahwa “Terdapat pengaruh layanan penguasaan konten terhadap kompetensi kontrol diri siswa Jurusan Teknik Sepeda Motor (TSM) SMK N 07 Bengkulu Utara”. Layanan penguasaan konten merupakan layanan bimbingan yang bersifat klasikal. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang ada dalam diri manusia yang dapat dikembangkan melalui layanan menguasai konten Prayitno (2004:2) bahwa layanan penguasaan konten adalah bantuan yang diberikan kepada individu (sendiri-sendiri maupun dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi (konten) tertentu melalui kegiatan belajar.

Sebelum diberikan layanan penguasaan konten tingkat kontrol diri siswa berada pada kategori rendah dengan *mean* sebesar 47,65 dan setelah diberikan layanan penguasaan konten tingkat kontrol diri siswa meningkat menjadi sangat tinggi dengan nilai *mean* 81,1. Terjadi peningkatan tingkat kontrol diri siswa kelas XI Teknik Sepeda Motor SMK Negeri 07 Bengkulu Utara.

Layanan penguasaan konten diberikan sebanyak 7 kali pertemuan

dengan materi yang berbeda sesuai aspek kontrol diri yang dikemukakan Averril (dalam Ghufron dan Risnawita, 2014: 29-31) yaitu kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, kemampuan mengambil keputusan. Hasil penelitian ini senada dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sakti (2015), dan Yusuf dkk (2016) bahwa layanan penguasaan konten cukup efektif untuk meningkatkan pengembangan diri siswa.

Beberapa penjelasan mengenai kontrol diri yang merupakan kemampuan dalam mengendalikan diri tentu berkaitan dengan pengendalian perilaku termasuk perilaku agresif. Berdasarkan pengujian terhadap hipotesis kedua dalam penelitian ini, diperoleh hasil nilai korelasi antara kompetensi kontrol diri dengan perilaku agresif sebesar 0,563 dan nilai R Square atau koefisien determinasi (KD) yaitu sebesar 31,7%, hal ini menunjukkan bahwa kompetensi kontrol diri memiliki kontribusi pengaruh sebesar 31,7% terhadap perilaku agresif dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain selain kompetensi kontrol diri, 68,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

Myers dkk (Nisfiannor dan Yulianti, 2005: 3) mengemukakan perbuatan agresif

adalah perilaku fisik atau lisan yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti atau merugikan orang lain. Saad (Nisfiannor dan Yulianti, 2005: 3) menyatakan bahwa agresi adalah perilaku dengan tujuan menyakiti, menyerang atau merusak terhadap orang maupun benda-benda di sekitarnya untuk mempertahankan diri maupun akibat dari rasa ketidakpuasan. Perilaku tersebut memiliki unsur kesengajaan, objek, serta akibat yang tidak menyenangkan bagi pihak yang terkena sasaran perilaku agresif tersebut.

Perilaku agresif dapat disebabkan karena rendahnya kontrol diri atau pengendalian diri dari individu tersebut sehingga dengan mudah melakukan tindakan yang agresif tanpa memikirkan akibat dari yang dilakukannya. Moyer (1976) mengemukakan bahwa agresivitas berkaitan dengan kurangnya kontrol terhadap emosi dalam diri individu. Individu dengan kontrol diri rendah cenderung berperilaku agresif, seperti yang dikemukakan Praptiani (Yusuf Dkk, 2016: 2) remaja yang memiliki kontrol diri tinggi maka agresivitasnya rendah sedangkan remaja yang memiliki kontrol diri rendah agresivitasnya tinggi. Hasil penelitian ini senada dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Auliya dan

Nurwidawati (2014), Zamzami (2007), dan Fadly (2015) bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif.

Dari pembahasan di atas diketahui bahwa masih ada faktor lain yang mempengaruhi perilaku agresif, selepas tindak lanjut bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian untuk mencari faktor-faktor lain selain kontrol diri yang mempengaruhi perilaku agresif.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian ini, peneliti menarik kesimpulan bahwa adanya pengaruh layanan penguasaan konten terhadap tingkat kontrol diri siswa kelas XI TSM setelah diberikan layanan penguasaan konten sebanyak 7 kali pertemuan dengan materi yang berbeda disetiap pertemuan. Terdapat hubungan antara kompetensi kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif siswa kelas XI TSM. Semakin tinggi tingkat kemampuan kontrol diri siswa maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresif siswa dan juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kemampuan kontrol diri maka semakin tinggi kecenderungan perilaku agresif siswa.

Daftar Pustaka

- Anonim. (2016). Pelajar SMK N 1 dan SMK N 4 Tawuran, dari <http://www.harianrakyatbengkulu.com>, diunduh 3 Februari 2017.
- Aroma, Iga Serpianing dan Dewi Retno Suminar. (2012). "Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja". *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. Vol. 01 No. 02, Juni 2012.
- Auliya, Miftahul & Nurwidawati, Desi. (2014). "Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Pada Siswa Sma Negeri 1 Padang Bojonegoro". *Jurnal UNESA*. Vol.2, No.3, tahun 2104.
- Dini, Ferina Oktavia & Indrijati, Herdina. (2014). "Hubungan Antara Kesenangan dengan Perilaku Agresif Pada Anak Didik di Lembaga Pemasarakatan Anak Blitar". *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol.03 No.03. Desember 2014.
- Fadly, Rendy Tubagus. (2015). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok Pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Preduan Sumenep. *Skripsi*. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Ghufro, M. Nur dan Rini Rismawita. (2014). "Teori-teori Psikologi". Yogyakarta : Ar-ruzz Media.
- Nisfiannoor, M & Yulianti, Eka. (2005). "Perbandingan Perilaku Agresif Antara Remaja Yang Berasal Dari Keluarga Bercerai Dengan Keluarga Utuh". *Jurnal Psikologi*. Vol.3, No.1, Juni 2005.

- Prayitno. (2004). “*L.1 – L.9*”. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Sakti, Daru Dewa. (2015). Upaya Meningkatkan Kemampuan Manajemen Diri Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Self Instruction. *Skripsi*. Kudus : Universitas Muria Kudus.
- Yuliandita, Selvy. (2015). “*Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Pemahaman Self-Control Siswa Kelas IX Di SMPN1 Wanasari Kabupaten Brebes*”. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Yusuf dkk. (2016). “Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa”. *Psikopedagogia*. Vol. 5, No. 1, 2016.
- Zamzami, Afif. (2007). “Agresivitas Siswa SMK DKI Jakarta”. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. No. 069. Tahun ke-13, November 2007.

