

## Hubungan Empati Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa SMA Negeri 5 Padang

Devi Sakinah Nasution<sup>1</sup>, A Muri Yusuf<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

Email : [devisakinah2008@gmail.com](mailto:devisakinah2008@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih tingginya perilaku agresif siswa. Empati dan kontrol diri merupakan faktor yang diduga mempengaruhi perilaku agresif. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan. (1) empati, kontrol diri, dan perilaku agresif siswa, (2) hubungan empati dengan perilaku agresif siswa, (3) hubungan kontrol diri dengan perilaku agresif, (4) hubungan empati dan kontrol diri dengan perilaku agresif siswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis deskriptif korelasional. Populasi penelitian adalah siswa kelas X yang berjumlah 270 orang, sampel berjumlah 162 orang, yang dipilih dengan Teknik proportional random sampling. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa, (1) secara rata-rata gambaran empati berada pada kategori tinggi, (2) kontrol diri berada pada kategori tinggi, (3) perilaku agresif berada pada kategori rendah, dan (4) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara empati dan kontrol diri dengan perilaku agresif

**Kata Kunci:** *Empati, kontrol diri, perilaku agresif.*

### Abstract

This research is motivated by the high aggressive behavior of students. Empathy and self-control are factors that are thought to influence aggressive behavior. This study aims to describe. (1) empathy, self-control, and aggressive behavior of students, (2) the relationship of empathy with aggressive behavior of students, (3) the relationship of self-control with aggressive behavior, (4) the relationship of empathy and self-control with aggressive behavior of students. This research uses a quantitative descriptive correlational method. The research population was 270 class X students, the sample was 162 people, who were selected by proportional random sampling technique. The research findings show that, (1) on average, empathy is in the high category, (2) self-control is in the high category, (3) aggressive behavior is in the low category, and (4) there is a significant negative relationship between empathy and self-control with aggressive behavior

**Keywords:** *Empathy, self-control, aggressive behavior.*

### PENDAHULUAN

Perilaku agresif adalah perilaku yang secara sengaja bermaksud melukai orang lain (secara fisik dan verbal serta menghancurkan harta benda). Selanjutnya, agresif merupakan ungkapan perasaan dengan kemarahan yang disertai emosi tinggi sebagai sarana untuk mencapai tujuan tertentu (Atkinson & Hilgard, 2008). Perilaku agresif merupakan suatu perilaku atau kecenderungan perilaku yang niatnya untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun verbal, meliputi aspek physical aggression, verbal aggression, anger, hostility (Buss & Perry, 1992).

Hal serupa juga dinyatakan oleh Firman (2013) bahwa tindakan kejahatan dan perilaku terkadang disebabkan oleh persoalan kecil seperti, kesalahpahaman, ketidakpuasan, dan pertengkaran yang berakhir dengan pembunuhan, pembakaran, serta merusak fasilitas milik pribadi maupun umum. Perilaku agresif merupakan perbuatan yang mengakibatkan orang lain mengalami penderitaan sehingga mendatangkan kesusahan baik fisik maupun psikologis. Bentuk fisik dari agresif dapat melibatkan serangan dengan tinju, mendorong, menampar, menendang, bahkan dengan menggunakan senjata (Netrawati, 2018).

Data Infografis KPAI pada data kasus pendidikan terjadi peningkatan kasus dari tahun ketahunnya seperti yang tertera pada data tersebut pada tahun 2018 terdapat 481 kasus, tahun 2019 terdapat 321 kasus dan pada tahun 2020 terdapat 1451 kasus (Maradewa, 2020). Salah satu faktor yang menyebabkan individu terlibat dalam kekerasan atau berperilaku agresif adalah rendahnya empati, tidak memiliki toleransi dan tidak mampu memahami perasaan orang yang dianiaya (Brotoseno, 2008). Rendahnya sikap empati yang dimiliki seseorang jelas akan menimbulkan banyak dampak yang merugikan, seperti yang telah dipaparkan sebelumnya. Perilaku kekerasan, agresif, dan apatisme akan sangat mudah terjadi ketika seseorang tidak memiliki rasa empati yang baik. Berdasarkan dampak-dampak tersebut, maka empati pun memiliki faktor yang mempengaruhinya. Faktor kepribadian yang mempengaruhi munculnya perilaku agresif yaitu kontrol diri. Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan mengontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi yang lebih positif (Ghufron & Risnawati, 2010).

Hasil wawancara dengan guru BK pada tanggal 26 November 2021 dan pengalaman peneliti menjadi guru BK di SMAN 5 Padang diperoleh informasi adanya perilaku-perilaku agresif yang terjadi di SMAN 5 Padang cukup tinggi, seperti berkata kasar, menghina, membentak, memukul, mencaci maki, melawan guru dan merusak fasilitas sekolah. Informasi dari guru BK di SMAN 5 Padang menyatakan bahwa ada beberapa faktor penyebab terjadinya perilaku agresif yaitu pengaruh HP, media sosial serta media televisi sehingga sangat mempengaruhi perilaku agresif siswa, selain itu pengaruh lingkungan tempat tinggal siswa dan teman sebaya juga menjadi faktor terjadinya perilaku agresif, bahkan terdapat perilaku agresif yang termasuk kategori parah yaitu adanya perkelahian yang memicu pemukulan antar siswa yang mengakibatkan salah satu siswa tersebut cedera fisik. Tidak semua siswa di SMAN 5 Padang berperilaku agresif, hanya beberapa orang atau sebagian kecil dari siswa tersebut berperilaku agresif, informasi diperoleh dari guru BK di SMAN 5 Padang. Hal ini biasanya akan diproses oleh guru BK, lalu mereka berjanji tidak akan mengulangi perilaku-perilaku agresif.

Peran pelayanan bimbingan dan konseling (BK) di sekolah sangatlah penting guna mengungkap dan mengenal penyebab terjadinya agresivitas di kalangan siswa, membantu siswa untuk menanamkan sikap toleransi dengan segala perbedaan yang ada seperti jenis kelamin, perbedaan budaya, agama, status sosial ekonomi, dan sebagainya agar tidak menimbulkan konflik dan memicu agresivitas siswa.

Berdasarkan fenomena yang telah dikemukakan, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih mendalam mengenai "Hubungan Empati dan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif pada Siswa SMA Negeri 5 Padang".

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian jenis deskriptif korelasional dengan metode kuantitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan empati ( $X_1$ ) dan kontrol diri ( $X_2$ ) dengan perilaku agresif ( $Y$ ). Populasi penelitian ini seluruh siswa SMA Negeri 5 Padang yang berjumlah 270 orang dengan sampel sebanyak 162 siswa yang dipilih dengan *Proportional Random Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner empati dan kontrol diri dengan perilaku agresif. Data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan teknik *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS for windows 26.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **DESIGN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasional. Penelitian deskriptif korelasional ialah penelitian yang menggambarkan hubungan antara variabel yang akan diteliti (Yusuf, 2014). Penelitian ini mendeskripsikan hubungan mengenai empati dan kontrol diri dengan perilaku agresif siswa. Adapun variabel dalam penelitian ini yang terdiri dari empati ( $X_1$ ) dan kontrol diri ( $X_2$ ) yang merupakan variabel bebas serta perilaku agresif ( $Y$ ) merupakan variabel terikat.

## PARTICIPANT

Kelas	Rincian Kelas	Jumlah Siswa
Kelas X	Fase 1	18
	Fase 2	18
	Fase 3	18
	Fase 4	18
	Fase 5	15
	Fase 6	15
	Fase 7	15
	Fase 8	15
	Fase 9	15
	Fase 10	15
<b>Jumlah</b>		<b>162</b>

## INSTRUMENT

Dengan hal ini, instrumen yang digunakan sebagai alat bantu untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah skala model *Likert*. Skala yang digunakan untuk mengukur empati, kontrol diri dan perilaku agresif. Variabel dikembangkan dengan indikator-indikator dan kisi-kisi yang disusun terlebih dahulu oleh peneliti berdasarkan teori yang digunakan.

### Empati

Temuan penelitian empati dapat dilihat gambarnya sebagai berikut.

Tabel 1. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Empati Berdasarkan Indikator (n=162)

Indikator	Jumlah Item	Skor					Kategori %				
		Ideal	Max	Min	Mean	SD	ST	T	S	R	SR
Afektif	13	65	65	21	49,21	8,40	32,09	42,59	20,37	3,70	1,23
Kognitif	12	60	60	18	45,59	8,19	19,75	43,82	31,48	3,70	1,23

Tabel 1 mengungkapkan bahwa secara keseluruhan skor tingkat empati 94,8 yang berada pada kategori tinggi (86,41%). Selanjutnya pada aspek afektif rata-rata skor 49,21 yang berada pada kategori tinggi (42,59%), dan pada aspek kognitif rata-rata skor 45,59 yang juga berada pada kategori tinggi (43,82%).

### Kontrol Diri

Temuan penelitian kontrol diri dapat dilihat gambarnya sebagai berikut.

Tabel 2. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Kontrol Diri Berdasarkan Indikator (n=162)

Indikator	Jumlah Item	Skor					Kategori %				
		Ideal	Max	Min	Mean	SD	ST	T	S	R	SR
Kontrol Perilaku	14	70	70	28	52,93	7,62	20,98	53,08	23,45	2,46	0
Kontrol Kognitif	8	40	45	17	31,12	5,80	17,28	32,09	44,44	6,17	0
Kontrol Keputusan	10	50	45	17	32,77	5,28	20,98	43,82	33,95	1,23	0

Tabel 2 mengungkapkan bahwa secara keseluruhan skor kontrol diri yang berada pada kategori tinggi (96%). Selanjutnya pada aspek kontrol perilaku rata-rata skor 52,93 yang berada pada kategori tinggi (53,08%), pada kontrol kognitif rata-rata skor 31,12 yang juga berada pada kategori sedang (32,09%) dan kontrol keputusan rata-rata skor 32,77 yang juga berada pada kategori sedang (43,82%).

## Perilaku Agresif

Tabel 3. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Perilaku Agresif Berdasarkan Indikator (n=162)

Indikator	Jumlah Item	Skor					Kategori %				
		Ideal	Max	Min	Mean	SD	ST	T	S	R	SR
Agresif Fisik	10	50	45	11	26,15	4,73	1,23	0,61	27,16	64,19	6,79
Agresif Verbal	12	60	56	18	32,50	6,73	1,85	0,61	30,24	55,55	11,72
Amarah	8	40	34	10	21,83	4,93	0	2,46	34,56	54,32	8,64
Permusuhan	5	25	24	5	11,93	3,45	2,46	2,46	16,04	53,08	25,92

Tabel 3 mengungkapkan bahwa secara keseluruhan skor perilaku agresif yang berada pada kategori rendah (90%). Selanjutnya pada aspek agresif fisik rata-rata skor 26,15 yang berada pada kategori rendah (64,19%), pada agresif verbal rata-rata skor 32,50 yang juga berada pada kategori rendah (55,55%), aspek amarah rata-rata skor 21,83 yang juga berada pada kategori rendah (54,32%) dan aspek permusuhan rata-rata skor 11,93 yang juga berada pada kategori rendah (53,08).

### Hubungan Empati dan Kontrol Diri dengan Prilaku Agresif

Temuan penelitian hubungan empati dan kontrol diri dengan agresivitas siswa dapat dilihat gambarannya sebagai berikut:

Tabel 4. Korelasi Empati (X1) dan Kontrol Diri (X2) dengan Perilaku Agresif (Y)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	. Error of the imate
1	.120 <sup>a</sup>	.014	.002	9.206

Berdasarkan hasil pengolahan dengan menggunakan program SPSS 26, dapat dikemukakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara empati dan kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMA Negeri 5 Padang.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat empati siswa SMA Negeri 5 Padang berada pada kategori tinggi. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa secara umum empati siswa relatif tinggi. Hal iniberarti kebanyakan siswa SMA Negeri 5 Padang memiliki kemampuan empati yang baik. Aspek afektif, merupakan kecenderungan seseorang untuk mengalami perasaan emosional orang lain. Dengan kata lain, individu ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Aspek kognitif, merupakan proses intelektual untuk memahami perspektif/sudut pandang orang lain dengan tepat dan menerima pandangan mereka.

Hasil penelitian dari tingkat kontrol diri siswa SMA Negeri 5 Padang berada pada kategori tinggi. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa secara umum kontrol diri siswa relatif tinggi. Hal iniberarti kebanyakan siswa SMA Negeri 5 Padang memiliki kemampuan kontrol diri yang baik.

Menurut Fiman (2016) kontrol diri merupakan kemampuan individu mengontrol dan mengelola perilaku sesuai dengan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengatur perilaku agar sesuai dengan orang lain, menyenangkan orang lain, konform dengan orang lain dan menutupi perasaan yang sedang dialami. Oleh sebab itu, siswa perlu memahami perasaan orang lain dan mengontrol diri agar dapat mengelola emosi negatif yang tidak terkendali seperti berkata kasar

Tingkat agresivitas siswa SMA Negeri 5 Padang berada pada kategori sedang. Dengan demikian dapat dipahami bahwa tingkat agresivitas siswa relatif sedang yang artinya sebagian siswa melakukan tindakan agresivitas. Menurut Atkinson, Atkinson, dan Hilgard (2008) aspek-aspek dalam prilaku agresif yang timbul pada individu yaitu aspek fisik dan aspek verbal berikut uraian masing-masing aspek.

Salah satu bentuk perilaku agresif adalah physical Aggression, yaitu perilaku agresif dengan menggunakan kekuatan fisik ketika mengungkapkan kemarahan atau agresifnya contohnya memukul. Agresifitas yang terjadi pada siswa, didominasi oleh emosi negatif. Oleh sebab itu, siswa perlu mengontrol diri agar dapat mengelola emosi negatif yang tidak terkendali seperti merugikan orang lain secara fisik. Remaja yang melakukan tindakan

agresif yang menyakiti orang secara verbal lebih sering dalam keadaan tertekan, dalam keadaan berkelahi pun remaja mengeluarkan kata-kata kasar untuk menyakiti orang lain.

Selanjutnya penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara empati dengan agresivitas siswa SMA Negeri 5 Padang. dengan koefisien sebesar  $-0,120$  dan taraf signifikansi  $0,000$ . Hubungan yang signifikan negatif ini dapat diartikan, semakin tinggi empati maka tingkat perilaku agresif semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah empati maka tingkat perilaku agresif semakin tinggi. Sama halnya dengan kontrol diri hubungan yang signifikan negatif ini dapat diartikan, semakin tinggi kontrol diri maka tingkat perilaku agresif semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka tingkat perilaku agresif semakin tinggi.

Menurut Decety dan Jackson (dikutip dari Andreasson, 2010) empati secara alami merupakan pengalaman subjektif yang memiliki kesamaan antara perasaan yang diekspresikan oleh diri sendiri dan orang lain tanpa mengabaikan perasaan yang lainnya. Empati tidak hanya melibatkan pengalaman efektif keadaan emosi atau penafsiran orang lain, tetapi juga sedikit pemikiran dalam memahami kondisi emosional orang lain. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Paul A. Miller dan Nancy Eisenberg (1988) yang berjudul "The Relation of Empathy to Aggressive and Externalizing/Antisocial Behavior" dari hasil penelitian ini diperoleh kesimpulan bahwa empati memiliki hubungan negatif dengan agresi.

Hal yang serupa juga dinyatakan oleh Jianghe Niu (2009) salah satu faktor internal yang terkait dengan agresi adalah faktor emosi. Adapun pada faktor emosi terdapat beberapa aspek yaitu marah, iri/cemburu, dan empati. Namun marah, iri/cemburu berhubungan positif terhadap perilaku agresif, sedangkan empati berhubungan negatif terhadap tindakan agresif.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh E. Koeswara (1988) Cara konkret yang dapat digunakan untuk mencegah berkembangnya tingkah laku agresif yaitu penanaman moral, pengembangan tingkah laku non agresif, pengembangan kemampuan memberikan empati. Dan salah satu cara untuk mengurangi agresivitas adalah pengembangan kemampuan empati yaitu Kemampuan memberikan empati merupakan cara yang perlu diambil dalam usaha mencegah berkembangnya tingkah laku agresif. Kemampuan seperti itu dapat berkembang dengan baik bila individu dilatih dan melatih diri untuk mampu menempatkan diri pada dunia batin sesamanya, mampu merasakan dan yang dialami atau yang diinginkan sesamanya. Cara ini pun perlu menjadi tanggung jawab bersama, bahkan segenap orang yang menginginkan terciptanya keamanan, ketertiban dan ketentraman.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dibahas pada bab terdahulu tentang hubungan empati dan kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa, maka dapat disimpulkan bahwa: (1) tingkat perilaku agresif siswa berada pada kategori sedang, (2) tingkat empati siswa berada pada kategori tinggi, (3) tingkat kontrol diri siswa pada kategori tinggi, (4) Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara empati dengan perilaku agresif siswa. Artinya, siswa yang memiliki tingkat empati tinggi akan memiliki perilaku agresif rendah, begitu jika sebaliknya, jika empati siswa rendah maka perilaku agresif tinggi, (5) Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa. Artinya, siswa yang memiliki tingkat kontrol diri tinggi akan memiliki perilaku agresif rendah, begitu jika sebaliknya, jika kontrol diri siswa rendah maka perilaku agresif tinggi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C. & Hilgard, E. R. 2008. Pengantar psikologi/ Edisi Kedelapan/ Jilid II. Alih Bahasa Oleh Nudjannah Taufik. Jakarta: Erlangga.
- Baron & Byrne. 2005. Psikologi sosial. Alih bahasa: Ratna Djuwita. Jakarta: Erlangga.
- Brotoseno. 2018. Stop Bullying. Blog.imanbrotoseno.com/?p=318. Di akses pada 10 juni 2022.
- Buss, A.H., & Perry, M. 1992. "The Aggression Questionnaire". *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 63, No. 3. 452-459.
- David G, Myers. 2012. Psikologi sosial (Edisi Sepuluh). Alih Bahasa oleh Aliya Tusyani. Jakarta: salemba humanika.
- Firman. 2013. "Penanggulangan Tindakan Kekerasan dan Agresifitas Remaja di Kota Padang". Makalah tidak diterbitkan. Padang: FIP UNP.
- Firman, Karneli, Y., Hariko, R. 2016. Pencegahan Tindakan Kekerasan Melalui Pengembangan Panduan

- Pelaksanaan Layanan Informasi Menggunakan Pendekatan Problem Solving Dalam Peningkatan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Kota Padang. Padang: FIP UNP.
- Firman & Karneli, Y. 2018. *Pedagogi: jurnal ilmu Pendidikan upaya guru bk/konselor untuk menurunkan perilaku agresif siswa dengan menggunakan konseling kreatif dalam bingkai modifikasi kognitif perilaku*. *Iccet*, 18(2), 113-119.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Goleman, D. 2015. *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Irianto, A. 2016. *Statistik Konsep Dasar, Aplikasi, dan Pengembangannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Koeswara, E. 1988. *Agresi manusia*. Bandung: Erasa.
- Nashori, F. 2008. *Psikologi Sosial Islam*. Bandung: Refika Aditama.
- Netrawati. 2018. Relationship of authoritarian parents patterns (authoritarian parenting style) towards aggressive student behavior and its implications in counseling and counseling services. *Jurnal neo konseling*, 2(4), 1-7.
- Niu Jianghe. 2009. Internal factors related to relational aggression in childhood and adolescence. *Educational Research and Reviews*, 4(1), 001-008.
- Rega, M. 2020. Update data infografis KPAI. <https://www.kpai.go.id/author/rega-maradewa>. Diakses 10 Juni 2022.
- Sugiyono. 2006. *Psikologi Sosial*. Semarang: Unnes press.
- Supeni, M. G. 2014. Empati Perkembangan dan Pentingnya dalam Kehidupan Bermasyarakat. *Jurnal Psikologi*, Vol. 40, No. 1.
- Taufik. 2012. *Empati pendekatan psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Yufiarti, I. H., & Ulfatul. 2016. Empati dan Kontrol Diri Guru dalam Mengajar di Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. Vol. 5, No. 1.
- Yusuf, A. M. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Yusuf, A. M. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenada Media.