

PENGARUH KEMATANGAN EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS DIMEDIASI OLEH KONTROL DIRI PADA SISWA SMA NEGERI DI KOTA MALANG

Retno Handasah

ABSTRAK

Agresivitas secara umum banyak terjadi dikalangan remaja baik laki-laki maupun perempuan. Perilaku agresif berkaitan erat dengan kematangan emosi. Masa remaja akhir merupakan masa dimana kematangan emosinya mulai stabil atau baik. Penelitian dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas dan pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri pada remaja. Penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode analisis *Path Analysis*. Penelitian melibatkan 312 siswa SMA Negeri di Kota Malang dengan teknik *cluster random sampling*. Pengambilan data menggunakan instrument *Emotional Maturity Scale (EMS)*, *Self Control Scale (SCS)*, dan *Aggression Scale (AS)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa besarnya pengaruh kematangan emosi terhadap kontrol diri sebesar 4,6% dengan $p < 0,001$ dan $R = 0,190$. Kontrol diri juga menyumbang pengaruh terhadap kemunculan agresivitas sebesar 1,5% dengan $p < 0,050$ dan $R = -0,175$. Pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas secara langsung sebesar yaitu $\beta = -0,429$. Pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri sebesar $\beta = -0,033$, sehingga pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas secara langsung lebih kuat dibandingkan pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri.

Kata kunci: kematangan emosi, agresivitas, kontrol diri

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang identik atau cenderung banyak mengalami konflik, frustrasi dan tekanan-tekanan sosial lain, sehingga kemungkinan besar akan mudah bertindak agresif. (Hurlock, 2001).

Salah satu faktor yang sering memicu terjadinya agresivitas adalah faktor emosional yang ada pada individu. Ketika seseorang mengalami suatu kondisi yang kurang menyenangkan, maka emosi yang sering terlihat adalah emosi marah. Perasaan marah berlanjut pada keinginan untuk melampiaskannya dalam satu bentuk tertentu dan pada objek tertentu (Sarwono & Meinarno, 2009).

Pastey dan Aminbahmi (2006) menyatakan bahwa masa remaja adalah masa dimana remaja banyak mengalami tekanan baik di sekolah, keluarga dan juga teman sebayanya, dan tekanan-tekanan tersebut terkadang sangat sulit untuk diatasi sehingga remaja merasa frustrasi dan terkadang melakukan

tindakan yang agresif untuk meluapkan emosinya. Agresivitas di kalangan remaja yang paling banyak adalah agresivitas fisik yang dimanifestasikan sebagai tawuran. Tawuran pelajar merupakan hal yang sudah terlalu sering didengar bahkan cenderung dianggap biasa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kasus-kasus agresivitas yang terjadi pada remaja merupakan salah satu manifestasi dari emosi yang kurang stabil dalam diri remaja (Hidayat, 2002).

Agresivitas pada remaja dapat berdampak pada kehidupan remaja secara langsung seperti penolakan orang tua terhadap anak yang melakukan agresivitas, penurunan prestasi dalam hal akademik, salah dalam memilih teman yang dapat membuat remaja menggunakan obat-obatan terlarang (Sittner & Hautala, 2015). Penelitian di Australia mengemukakan bahwa remaja yang melakukan agresivitas bersama teman sebayanya lebih cenderung untuk gagal melanjutkan tahap pendidikan lanjut (Moore. et. al (2015).

Agresivitas pada masa remaja adalah hal yang menarik untuk diteliti. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pada masa remaja inilah perilaku agresivitas paling sering muncul. Penelitian yang dilakukan oleh Loeber dan Hay (1997) menunjukkan bahwa agresivitas berada pada level tertinggi pada usia 15 hingga 16 tahun dan mulai menunjukkan penurunan setelah umur 17 tahun. Penelitian tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Karriker-Jaffe, Foshee, Ennett, dan Suchindran (2008) yang menunjukkan bahwa agresivitas pada masa remaja memuncak pada usia 14 hingga 16 tahun dan kemudian menurun pada usia 17 dan 18 tahun. Hasil penelitian tersebut berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Xie, Drabick, dan Chen (2011) pada remaja berusia 10 hingga 18 tahun yang menunjukkan bahwa agresivitas menurun pada usia 14 hingga 16 tahun lalu kemudian meningkat pada masa remaja akhir. Kesenjangan antara hasil penelitian inilah yang menjadi dasar peneliti untuk melakukan studi tentang agresivitas pada remaja.

Ada beberapa permasalahan yang harus dihadapi pada masa remaja seperti emosi, fisik, pribadi, sosial dan juga perilaku. Karena kurang matangnya emosi yang dimiliki oleh remaja maka mereka merespon permasalahan tersebut dengan agresivitas (Gill, 2015). Emosi remaja dapat dikaitkan terutama dengan tekanan sosial dan tingkat kepercayaan diri yang mereka miliki untuk menghadapi kondisi baru. Emosi memainkan peranan penting dalam kehidupan individu karena membuat hidup bervariasi, menarik dan mendebarkan. Hidup tanpa emosi menjadi kusam, monoton dan bagaikan mesin. Jika emosi tidak diungkapkan dengan hati-hati, maka dapat menciptakan masalah dalam kehidupan seseorang, karena mereka mempengaruhi persepsi pikiran kita, sikap dan minat. Remaja dikatakan telah mencapai kematangan emosional jika mereka mampu mengendalikan dan

mengungkapkan emosinya pada saat ada orang lain yang hadir, dan menunggu waktu yang tepat dan tempat untuk melepaskan emosinya dengan cara yang dapat diterima secara sosial. Indikasi lain yang penting dari kematangan emosi adalah bahwa individu menilai situasi kritis sebelum menanggapi secara emosional, bukannya bereaksi tanpa berpikir seperti seorang anak atau orang yang dewasa (Shanaz, 2013).

Kematangan emosi pada individu mampu untuk menurunkan tingkat agresivitas (Guswani & Kawuryan, 2011). Penurunan agresivitas tersebut disebabkan oleh meningkatnya kontrol diri pada individu (DeWall, Baumeister, Stillman & Gailliot, 2007; DeWall, Finkel & Denson, 2011). Kontrol diri yang baik pada individu dipengaruhi juga oleh kematangan emosi (Pастey & Aminbhavi, 2006). Jadi dapat disimpulkan bahwa pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas terjadi secara tidak langsung, melalui kontrol diri.

Kontrol diri (*self-control*) didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku, emosi, dan kognisi sesuai dengan situasi dan kondisi (Meldrum, Young & Weerman, 2009).

Perilaku agresif terkait dengan konflik sebaya dimungkinkan berhubungan dengan kontrol diri remaja. Kontrol diri yang rendah memiliki resiko terjadinya agresivitas dan perilaku kriminal (Muraven & Baumeister, 2000). Kurangnya kemampuan kontrol diri untuk mengendalikan rasa marah pada remaja menyebabkan munculnya perilaku melawan (Orpinas & Frankowski, 2001) dan persepsi ancaman yang mereka rasakan menimbulkan rasa dendam dan dorongan untuk membalasnya dengan perilaku yang agresif (Yager, Trzes-niewski, Tirri, Nokelainen, & Dweck, 2011). Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kurangnya kemampuan kontrol diri

seseorang akan memunculkan perilaku agresif. Kematangan emosi memungkinkan individu untuk memperoleh perspektif situasi dengan kontrol diri sebelum bereaksi impulsif sehingga mampu menurunkan agresivitas.

Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas dan untuk mengetahui pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri.

Agresivitas

Agresivitas merupakan suatu perilaku atau kecenderungan perilaku yang bertujuan untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis (Buss & Perry, 1992; Baron & Byrne, 2004). Mereka yang frustrasi (merasa gagal mencapai tujuannya) adalah orang yang paling mudah melakukan tindakan agresi. Orang-orang yang frustrasi sering marah terhadap orang-orang yang dianggap sebagai penyebab atau perantara terjadinya rasa sakit. Disakiti atau dilukai perasaannya atau kepentingannya, itulah yang dijadikan alasan seseorang untuk bertindak agresif. Mereka frustrasi dengan apa yang terjadi, dan kemudian melakukan perilaku yang merugikan orang lain. Berkowitz dan Harmon-Jones (2004) memberikan pembagian yang sangat sederhana terhadap agresivitas, yaitu agresivitas fisik dan agresivitas verbal. Agresivitas fisik merupakan tindakan dengan tujuan menyakiti orang lain seperti memukul atau menendang. Sedangkan agresivitas verbal merupakan pernyataan verbal yang bertujuan untuk menyakiti orang lain seperti umpatan, makian dan juga ancaman. Sedangkan menurut Buss dan Perry (1992) ada 4 jenis perilaku, yaitu kemarahan, permusuhan, agresi verbal, dan agresi fisik. Santrock (2003) mengemukakan beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi agresivitas seperti, identitas diri, kontrol

diri, usia, jenis kelamin, harapan terhadap pendidikan dan nilai-nilai di sekolah, kehidupan dalam keluarga, pengaruh teman sebaya, kelas sosial ekonomi serta kualitas tempat tinggal.

Kematangan Emosi

Emosi ialah suatu keadaan yang kompleks yang berlangsung biasanya tidak lama, yang mempunyai komponen pada badan dan pada jiwa individu itu; pada jiwa timbul keadaan terangsang dengan perasaan yang hebat serta biasanya juga terdapat impuls untuk berbuat sesuatu yang tertentu; pada badan timbul gejala-gejala dari pihak susunan syaraf vegetatif umpamanya pada pernapasan, sirkulasi dan sekresi (Maramis, 2005). Ali dan Asrori (2004) menyatakan bahwa perkembangan berkaitan erat dengan pertumbuhan. Berkat adanya pertumbuhan maka pada saatnya anak akan mencapai kematangan. Pertumbuhan dan kematangan merupakan proses yang saling berkaitan dan keduanya merupakan perubahan yang berasal dari dalam diri individu. Tetapi hal ini tidak berarti bahwa faktor lingkungan tidak memegang peranan.

Pertumbuhan dan kematangan dapat dipercepat dengan rangsangan-rangsangan dari lingkungan dalam batas-batas tertentu. Kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosi yang pantas bagi anak-anak. Istilah kematangan atau kedewasaan emosi seringkali membawa implikasi adanya kontrol emosional. Bagian terbesar orang dewasa mengalami pula emosi yang sama dengan anak-anak, namun mereka mampu menekan atau mengontrolnya lebih baik, khususnya di tengah-tengah situasi sosial. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk mengontrol emosinya

secara tepat, tidak meledak-ledak dan tidak kekanak-kanakan (Chaplin, 2005).

Gill (2015) mengemukakan bahwa kematangan emosi merupakan keadaan emosi yang dimiliki seseorang dimana apabila mendapatkan stimulus emosi tidak menunjukkan gangguan kondisi emosi. Gangguan kondisi emosi yang terjadi tersebut dapat berupa keadaan kebingungan, berkurangnya rasa percaya diri dan terganggunya kesadaran sehingga orang tersebut tidak dapat menggunakan pemikirannya secara efektif dan rasional. Kematangan emosi memiliki pengertian sebagai kemampuan untuk memikirkan emosi yang membantu meningkatkan kemampuan untuk menguasainya atau mengendalikannya (Albin, 2005). Hal ini berarti, orang yang matang emosinya akan mampu menguasai dan mengendalikan emosinya agar dapat menyesuaikan diri dengan kondisi-kondisi tertentu. Green (2001) menyatakan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri, menempatkan diri, dan menghadapi berbagai kondisi dengan suatu cara tertentu. Apabila seorang remaja telah mampu untuk menempatkan diri dan menghadapi berbagai kondisi dengan cara tertentu, maka ia akan mampu untuk bertanggung jawab terhadap hubungannya dengan orang lain.

Kontrol diri

Kontrol diri dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menahan diri atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik ketika di hadapkan dengan godaan-godaan (keadaan dimana remaja mampu berkata iya tetapi ia menahan diri sehingga mengatakan tidak) (Baumeister, Forster, & Vohs, 2012). Ketika individu tidak menyampingkan keinginan *impulsive*-nya (memberikan respon kepada stimulus tanpa pemikiran yang matang) untuk merespon emosinya dengan tindakan agresif maka mereka gagal melakukan kontrol diri.

Individu dapat mengendalikan keinginan *impulsive*-nya dengan menolak godaan dan menahan diri dari tindakan yang tidak diinginkan karena stimulus yang direspon secara emosional (Baumeister & Exline, 2000).

Kontrol diri terjadi ketika individu mencoba untuk mengubah bagaimana seharusnya individu tersebut berpikir, merasa, atau berperilaku (Muraven & Baumeister, 2000). Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mempertimbangkan berbagai konsekuensi untuk perilaku tertentu (Wolfe & Higgins, 2008). Dijelaskan kembali bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan diri atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik ketika dihadapkan dengan godaan-godaan (Hofmann, Baumeister, Förster, & Vohs, 2012).

Kontrol diri adalah kemampuan untuk menahan dan mengendalikan perilaku sosial yang tidak pantas (DeWall, Baumeister, Stillman, & Gailliot, 2007). Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian DeWall, Finkel, dan Denson (2011) yang menyatakan bahwa kegagalan individu dalam melakukan kontrol diri dapat memberikan kontribusi munculnya tindakan agresif yang disertai kekerasan. Ketika agresi mendesak menjadi aktif, kontrol diri dapat membantu seseorang mengabaikan keinginan untuk berperilaku agresif, dan akan membantu seseorang merespon sesuai dengan standar pribadi atau standar sosial yang dapat menekan perilaku agresif tersebut. Kontrol diri merupakan fungsi utama dari diri dan kunci penting untuk kesuksesan dalam hidup.

Dalam penelitian Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) ditunjukkan bahwa kontrol diri yang tinggi juga memiliki keterkaitan dengan penyesuaian diri yang lebih baik (diantaranya berkurangnya psikopatologi, dan meningkatnya *self-esteem*), berkontribusi terhadap keberhasilan dibidang akademis, mengurangi makan yang berlebihan dan mengurangi penyalahgunaan alkohol, memiliki hubungan yang lebih baik dan

memiliki keterampilan interpersonal yang baik. Kontrol diri memungkinkan manusia untuk hidup dan bekerja bersama-sama dalam suatu sistem budaya yang dapat menguntungkan berbagai pihak (DeWall, Baumeister, Stillman, & Gailliot, 2005), serta masih banyak manfaat positif yang lainnya.

Pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas

Pola emosional yang terdapat pada remaja seringkali berbentuk sifat yang sensitif, reaktif yang kuat, emosi yang bersifat negatif dan tempramental (mudah marah), mudah dirangsang, dan cenderung meledak. Kontrol terhadap dirinya bertambah sulit sehingga mereka cepat marah dan melampiaskannya dengan perilaku agresif. Perilaku agresif ini terjadi karena adanya kecemasan terhadap dirinya sehingga muncul reaksi yang kadang-kadang tidak wajar. Perilaku agresif dapat terjadi karena faktor kematangan emosi, remaja yang belum stabil dan kurang matang emosinya dapat lebih mudah muncul perilaku agresinya daripada yang telah matang emosinya (Rahayu, 2008).

Kematangan emosi pada akhir masa remaja sudah mulai bagus. Remaja sudah tidak meledakkan emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat yang tepat dengan cara-cara yang lebih tepat dan dapat diterima (Santrock, 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Murdoch (1972) menyebutkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan agresivitas. Dimana semakin tinggi kematangan emosi maka agresivitas rendah, dan begitu pula sebaliknya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Khan, Hassan dan Khan (2012) juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan agresivitas.

Pengaruh kematangan emosi terhadap kontrol diri

Seseorang dikatakan sudah mencapai kematangan emosi jika individu dapat mengerti situasi tanpa harus diberikan

arahan oleh orang lain serta mengerti kewajiban dan tanggungjawabnya (Chaube, 2002). Selain itu, Hurlock (2004) juga menambahkan remaja mencapai kematangan emosi jika pada akhir masa remajanya tidak sembarangan dalam meluapkan emosinya di hadapan orang lain, tetapi menempatkannya secara tepat dan dengan cara-cara yang dapat diterima oleh orang lain. Kematangan emosi juga dapat ditunjukkan dengan kemampuan remaja untuk menilai suatu situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional dan memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu suasana hati ke suasana hati yang lain.

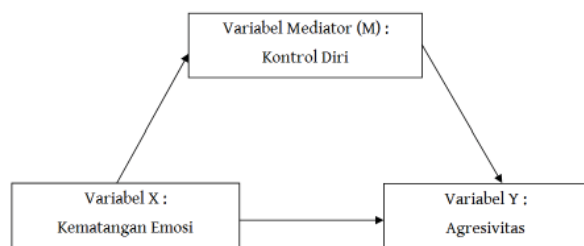
Kematangan emosi ini sangat berhubungan erat dengan kontrol diri. Jika kematangan emosi rendah maka akan menyebabkan kontrol diri rendah sehingga mengakibatkan munculnya perilaku-perilaku maladaptif seperti tindakan kriminal dan penggunaan narkoba (Tittle, Ward, & Grasmick, 2003; Conner, Stein & Longshore, 2009). Sebaliknya, apabila kematangan emosi pada individu tinggi maka kontrol dirinya juga tinggi sehingga individu tersebut akan memiliki kemampuan beradaptasi lebih baik, lebih sehat secara mental, dan sukses menjalin hubungan dengan orang lain (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004).

Pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri

Chapple (2005) menyatakan bahwa masa kanak-kanak akhir dan masa awal remaja merupakan masa-masa kritis yang berpengaruh terhadap kematangan (*maturity*) secara fisik maupun emosional, pembentukan identitas, dan untuk beberapa remaja cenderung untuk terlibat dalam kenakalan dan agresivitas.

Guswani dan Kawuryan (2011) menyatakan bahwa tinggi rendahnya tingkat agresivitas pada individu dapat dipengaruhi oleh kematangan emosi. Kematangan emosi

pada individu memberikan dampak positif yang signifikan. Individu dengan tingkat kematangan emosi yang tinggi mampu meredam dan mengendalikan emosi negatif, mampu membaca perasaan orang lain, serta dapat memelihara hubungan baik dengan lingkungan sosialnya (Rahayu, 2008). Selain itu, individu dengan kematangan emosi yang baik akan lebih mampu untuk mengontrol dirinya sehingga dapat menurunkan agresivitas (DeWall, Baumeister, Stillman & Gailliot, 2007; DeWall, Finkel & Denson, 2011). Jadi pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas tidak terjadi secara langsung melainkan melalui variabel mediator yaitu kontrol diri. Gambaran pengaruh antar variabel kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri dapat dilihat pada Gambar 1



Gambar 1. Kerangka Pemikiran

Hipotesis

- Hipotesis satu : Terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap kontrol diri pada siswa SMA Negeri di Kota Malang.
- Hipotesis dua : Terdapat pengaruh kontrol diri terhadap agresivitas pada siswa SMA Negeri di Kota Malang.
- Hipotesis tiga : Terdapat pengaruh secara langsung kematangan emosi terhadap agresivitas pada siswa SMA Negeri di Kota Malang.
- Hipotesis empat : Terdapat pengaruh secara tidak langsung kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri pada

siswa SMA Negeri di Kota Malang.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, dimana data yang diperoleh diolah dan dianalisis dengan program SPSS 22.0 dan menghasilkan prediksi bahwa suatu variabel mempengaruhi variabel lainnya. Variabel bebas yaitu kematangan emosi, variabel terikatnya yaitu agresivitas dengan menggunakan variabel mediator yaitu kontrol diri.

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengambilan data dilakukan pada 3 kecamatan, masing-masing terdiri dari beberapa SMA Negeri. Masing-masing kecamatan diwakili 1 sekolah yang diambil secara acak dari 3 sekolah, yaitu SMAN 4, SMAN 8, dan SMAN 10. Subjek penelitian adalah siswa kelas 3 pada Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Malang yang berusia 17 – 18 tahun berjumlah 312 orang. Mayoritas subjek berusia 17 tahun sebanyak 188 siswa dan siswa berusia 18 tahun sebanyak 124. Berdasarkan jurusan yang ada pada sekolah maka mayoritas siswa mengambil jurusan IPA sebanyak 167 siswa, siswa dengan jurusan IPS sebanyak 108 siswa dan terakhir siswa dengan jurusan bahasa sebanyak 37 siswa. Berikut adalah sajian data penyebaran responden berdasarkan jenis kelamin, usia dan jurusan yang diambil.

Tabel 1. Deskripsi Karakteristik Subjek Penelitian (n = 312)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	114	36,5%
Wanita	198	63,5%
Usia		
17 tahun	188	60,3%
18 tahun	124	39,7%
Jurusan		
IPA	167	53,5%

IPS	108	34,7%
Bahasa	37	11,8%
Total	312	100%

Skala agresivitas yang digunakan adalah *Aggression Scale* (AS), disusun oleh Orpinas dan Frankowski (2001) untuk mengukur aspek-aspek agresivitas, yaitu, agresivitas verbal, agresivitas non-verbal, dan kemarahan. Skala ini terdiri dari 11 item menggunakan pilihan respon berbentuk skala likert dengan bentuk pernyataan yang berisi tentang berapa kali subjek melakukan agresivitas dalam tujuh hari terakhir. *Aggression Scale* memiliki 7 pilihan jawaban dan pilihan jawaban tersebut sama dengan skor yang akan didapatkan, yaitu angka 0 kali melakukan perilaku dalam pernyataan memiliki skor 0, 1 kali memiliki skor 1, 2 kali memiliki skor 2, 3 kali memiliki skor 3, 4 kali memiliki skor 4, 5 kali memiliki skor 5, dan 6 kali lebih memiliki skor 6. Semakin tinggi skor yang didapatkan maka semakin tinggi agresivitas subjek dan skor rendah mengindikasikan subjek sedikit melakukan agresivitas. Cara mengerjakannya adalah dengan cara memberikan tanda *checklist* pada pilihan jawaban yang sesuai dengan subjek, respon mulai dari 0 kali hingga 6 kali lebih. Contoh item: "Saya mengganggu teman saya agar mereka marah". *Aggression Scale* diberikan kepada remaja akhir, memiliki konsistensi internal sebesar $\alpha = 0,82$ (Orpinas, 2001). Uji coba instrumen ini diberikan kepada siswa SMK Negeri 2 Malang dan diperoleh 10 item yang tersisa dari 11 item dengan konsistensi internal 0,80.

Skala yang digunakan untuk mengukur kematangan emosi adalah *Emotional Maturity Scale* (EMS) yang dikembangkan oleh Singh & Bhargava (1990). EMS terdiri dari 48 item pernyataan yang dibagi ke dalam 5 aspek yaitu kestabilan emosi berjumlah 10 item, perkembangan emosional berjumlah 10 item, penyesuaian sosial berjumlah 10 item, integrasi kepribadian berjumlah 10 item, dan kemandirian berjumlah 8 item. EMS berbentuk skala likert dengan respon

jawaban yang bernilai 1 hingga 5 (5 = tidak pernah, 4 = terkadang, 3 = jarang, 2 = sering, 1 = setiap waktu). Salah satu contoh item dalam skala ini yaitu "Saya menghargai apa yang saya miliki". Cara menjawabnya, subjek memberikan tanda *checklist* dibawah kolom respon sesuai dengan pernyataan tiap item. Semakin tinggi nilai yang didapatkan maka semakin tinggi pula kematangan emosi yang dimiliki subjek, dan semakin rendah skornya maka semakin rendah pula kematangan yang dimiliki subjek. *Emotional Maturity Scale* diberikan kepada remaja akhir, memiliki konsistensi internal sebesar $\alpha = 0,75$ (Barthi, 2012). Uji coba diberikan kepada siswa SMK Negeri 2 Malang diperoleh 28 item yang tersisa dari 48 item dengan konsistensi internal 0,86.

Skala kontrol diri yang digunakan yaitu *The Grasmick Self Control Scale* dikembangkan oleh Grasmick, Tittle, Bursik Jr, & Arneklev (1993) terdiri dari 24 item. Skala ini diberikan berbentuk skala likert dengan tingkat persetujuan dari skala 1 hingga 4 (1 = sangat setuju, 2 = setuju, 3 = tidak setuju, dan 4 = sangat tidak setuju). Skala ini terdiri dari enam aspek yaitu aspek impulsivitas, aspek tugas sederhana, aspek mencari resiko, aspek kegiatan fisik, aspek keegoisan, dan aspek temperamen. Salah satu contoh item dalam skala ini yaitu "Saya bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu". Skor yang tinggi pada skala ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pula tingkat kontrol diri yang dimiliki oleh subjek. Sedangkan skor rendah menunjukkan bahwa subjek memiliki kontrol diri yang rendah. *The Grasmick Self Control Scale* koefisien reliabilitas 0,91 (Arneklev, 2006). Uji coba diberikan kepada siswa SMK Negeri 2 Malang dan diperoleh hasil item yang tersisa sebanyak 17 item dari 24 item dengan konsistensi internal 0,84.

Uji coba dalam penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 2 Malang. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengambilan data dilakukan pada 3 kecamatan, masing-

masing terdiri dari beberapa SMA Negeri. Pengambilan data yang dilakukan secara *random* yang dibantu oleh bagian kurikulum dan juga guru Bimbingan Konseling pada siswa dari jurusan IPA, IPS, dan Bahasa. Pengambilan data dilakukan pada jam istirahat saat Ujian Sekolah.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi dengan model analisis jalur (*path analysis*) dari Hayes yaitu analisis regresi berganda dimana dalam persamaan regresinya mengandung unsur interaksi yaitu perkalian dua variabel atau lebih (Ghozali, 2006) dengan bantuan SPSS v.22 for windows. Analisis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independent (kematangan emosi) terhadap variabel dependent (agresivitas) yang dimediasi oleh variabel kontrol diri. Dari hasil analisis data tersebut akan diketahui pengaruh langsung dan tidak langsung antara variabel bebas dengan variabel terikat serta dapat mengetahui pengaruh antar variabel.

HASIL PENELITIAN

Variabel yang diteliti adalah kematangan emosi, kontrol diri, dan agresivitas. Data variabel kematangan emosi menunjukkan bahwa rata-rata skor adalah 32,256 artinya bahwa kematangan emosi yang dimiliki oleh subjek penelitian adalah dalam tingkat yang sedang. Adapun rata-rata tingkat kontrol diri pada subjek penelitian adalah rendah, ditunjukkan oleh nilai mean sebesar 26,900. Begitu pula dengan variabel agresivitas. Subjek penelitian memiliki tingkat agresivitas yang rendah ditunjukkan oleh nilai mean sebesar 13,160. Secara ringkas rentang skor, mean dan standar deviasi dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Deskripsi Variabel Penelitian (n = 312)

Variabel	Rentang Skor	Mean	SD
Kematangan emosi	21- 46	32.25641	17.67767

Kontrol diri	21 – 40	26.90064	13.43503
Agresivitas	0 – 54	13.16026	38.18377

Keterangan: SD = Standar Deviasi

Korelasi antar Variabel

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa hubungan kematangan emosi dengan kontrol diri adalah signifikan dan positif ($r = 0,214$, $p = 0,000$). Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi pula kontrol diri yang dimiliki subjek. Hubungan kematangan emosi dengan agresivitas adalah signifikan dan negatif ($r = -0,225$, $p = 0,000$). Sehingga semakin tinggi kematangan emosi yang dimiliki individu maka agresivitasnya akan menjadi rendah dan begitu pula sebaliknya.

Hasil uji korelasi juga menunjukkan hubungan yang negatif dan signifikan ($r = -0,120$, $p = 0,033$) antara variabel kontrol diri dengan variabel agresivitas. Sehingga semakin individu memiliki kontrol diri yang tinggi maka semakin rendah perilaku agresivitasnya dan begitu pula sebaliknya. Berikut adalah sajian tabel hasil uji korelasi antar tiga variabel.

Tabel 3. Uji korelasi antar variabel

Variabel	Kemata- ngan emosi (X)	Kontrol diri (M)	Agresi- vitas (Y)
Kematangan emosi (X)	1	0.214**	-0.225**
Kontrol diri (M)	-	1	-0.120*
Agresivitas (Y)	-	-	1

Keterangan: * $p < 0.050$ ** $p < 0.01$

Uji Asumsi Klasik

Penentuan jenis analisis data dilakukan dengan uji asumsi klasik yang bertujuan untuk menguji bagus atau tidaknya suatu model regresi yang terbentuk. Pengujian yang dilakukan meliputi uji normalitas, uji heterokedastisitas, dan uji multikolinearitas. Uji asumsi klasik adalah prasyarat untuk dilakukannya analisis jalur menggunakan regresi.

Hasil uji asumsi yang pertama adalah uji normalitas memakai *Kolmogrov-Sminorv* menunjukkan bahwa data yang digunakan dalam penelitian berdistribusi normal ($Z = 0,68$, $p = 0,67$). Selanjutnya adalah uji homogenitas yang dilakukan untuk mengetahui bahwa populasi dalam penelitian memiliki varian yang sama. Hasil dari uji homogenitas menunjukkan bahwa variabel kematangan emosi memiliki varian yang sama dengan variabel agresivitas ($F = 21,543$, $p = 0,423$). Begitu juga dengan variabel kontrol diri memiliki varian yang sama dengan variabel agresivitas ($F = 19,157$, $p = 0,313$).

Hasil uji linearitas menunjukkan adanya hubungan linear yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sedangkan dari uji multikolinearitas menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas antar variabel penelitian ($VIF = 1,197$, $p = 0,000$). Uji terakhir yang dilakukan adalah uji heterokedastisitas untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual satu variabel ke variabel lain. Model regresi yang baik adalah yang tidak terjadi heterokedastisitas. Hasil dari uji heterokedastisitas menunjukkan bahwa tidak terjadi heterokedastisitas. Dengan demikian data yang didapatkan telah memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan model regresi.

Pengaruh kematangan emosi, kontrol diri terhadap agresivitas

Analisis pengaruh antar variabel dilakukan menggunakan analisis regresi linear. Analisis tersebut bertujuan untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Berdasarkan hasil analisis regresi diambil kesimpulan bahwa kematangan emosi berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri ($\beta = 0,190$, $p = 0,000$). Besarnya pengaruh tersebut signifikan sebesar 4,6%.

Kontrol diri dalam penelitian ini berpengaruh secara signifikan terhadap agresivitas ($\beta = -0,175$, $p = 0,033$). Pengaruh kontrol diri adalah sebesar 1,5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kontrol diri bisa menjadi variabel prediktor pengaruh terhadap agresivitas.

Hasil analisis regresi kematangan emosi terhadap agresivitas diketahui bahwa pengaruh langsung kematangan emosi terhadap agresivitas adalah positif dan signifikan sebesar 5,1% ($\beta = -0,429$, $p = 0,000$). Berikut adalah ringkasan hasil uji regresi pengaruh antar variabel.

Tabel 4. Hasil Uji regresi antar variabel

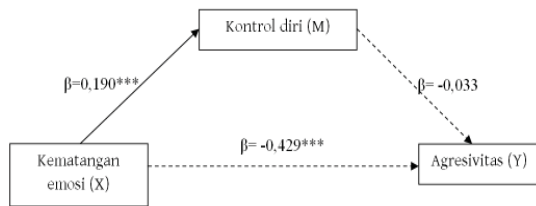
Variabel	Koefisien Beta	R ²
Kematangan emosi - kontrol diri	0,190***	0,046
Kontrol diri - Agresivitas	-0,175*	0,015
Kematangan emosi- Agresivitas	-0,429***	0,051

Keterangan: * $p < 0.050$, *** $p < 0.001$

Pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri

Untuk menentukan besarnya pengaruh tidak langsung variabel kematangan emosi terhadap variabel agresivitas maka digunakan analisis jalur. Analisis jalur yang digunakan harus memenuhi beberapa syarat seperti uji asumsi klasik dan adanya hubungan linear yang signifikan antar variabel. Setelah dilakukan uji regresi terhadap variabel-variabel penelitian maka langkah pertama untuk melakukan analisis jalur adalah mengetahui koefisien pengaruh antar variabel. Dari hasil analisis yang dilakukan didapatkan hasil bahwa pengaruh variabel kematangan emosi terhadap variabel kontrol diri adalah sebesar 4,6% dengan koefisien beta sebesar 0,1904. Pengaruh variabel kontrol diri terhadap agresivitas adalah sebesar 1,5% dengan koefisien beta sebesar -0,175. Pengaruh selanjutnya adalah pengaruh langsung antara variabel kematangan emosi dengan

variabel agresivitas, dimana pengaruhnya sebesar 5,1% dengan koefisien beta sebesar -0,429. Secara ringkas hasil analisis pengaruh antar variabel dan koefisien beta dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pengaruh antar variabel

Keterangan :

- : pengaruh antarvariabel dengan koefisien positif
- : pengaruh antarvariabel dengan koefisien negatif

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan mendukung penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa kematangan emosi mempengaruhi agresivitas (Guswani & Kawuryan, 2011). Penelitian tersebut mengemukakan bahwa semakin tinggi tingkat kematangan emosi individu maka agresivitasnya akan semakin menurun. Dalam penelitian ini, pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas secara langsung dalam penelitian ini adalah signifikan sebesar 5,1%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata subjek memiliki tingkat agresivitas yang rendah (Mean= 13,160) yang berarti mendukung teori yang menyatakan bahwa agresivitas akan mengalami penurunan setelah remaja berusia 17 tahun (Loeber & Hay, 1977; Karriker-Jaffe, Foshee, Ennett, dan Suchindran, 2013).

Kematangan emosi yang cukup tinggi pada individu akan meningkatkan kontrol diri sehingga individu tidak berperilaku agresif. Karena dengan kontrol diri tersebut individu mampu menimbang dan mengambil keputusan yang tepat untuk masalah-masalah yang dihadapinya (Meldrum, Young & Weerman, 2009). Sejalan dengan Orpinas dan Frankowski (2001),

kurangnya kemampuan kontrol diri untuk mengendalikan rasa marah pada remaja menyebabkan munculnya perilaku melawan sehingga muncul perilaku agresivitas. Dengan meningkatnya kematangan emosi maka kemampuan individu dalam mengontrol diri akan meningkat sehingga individu mampu membaca situasi diri dan lingkungannya serta mampu mengontrol dan mengelola faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku, emosi, dan kognisi sesuai dengan situasi dan kondisi yang terjadi.

Penelitian ini juga mendukung teori Hurlock (2001) yang berpendapat bahwa remaja cenderung memiliki emosi yang bergejolak sehingga kurang mampu mengontrol dirinya dan sering terlibat dengan perilaku agresif. Di usia remaja, kematangan emosinya sangat kurang sehingga kemampuan untuk mengontrol diri belum berkembang secara matang. Adanya kematangan emosi yang baik dapat membantu seseorang dalam mengontrol dirinya untuk tidak terlibat dalam perilaku yang negatif terutama ketika sedang mengalami masalah dan tekanan. Ini berarti, kemampuan dalam mengontrol diri mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengontrol perilaku, emosi dan kognisinya sehingga dengan adanya dapat membuat seseorang mengarahkan perilakunya menjadi lebih bertanggung jawab.

Kontrol diri pada individu dapat meningkat seiring dengan meningkatnya kematangan emosi. Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa kematangan emosi dapat meningkatkan kemampuan individu dalam mengontrol dirinya. Dengan kata lain semakin tinggi kematangan emosi pada individu maka semakin tinggi pula kemampuannya untuk mengontrol dirinya. Pengaruh kematangan emosi terhadap kontrol diri adalah signifikan sebesar 4,6%. Adapun ciri-ciri individu yang dapat melakukan kontrol diri dengan baik ialah memiliki hubungan interpersonal yang baik, sikap hati-hati, mudah beradaptasi,

toleransi terhadap frustrasi, pandangan yang positif, peka terhadap perasaan orang lain, melakukan introspeksi dan relaksasi, lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif serta tidak mudah putus asa.

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas. Pengaruh tidak langsung kematangan emosi terhadap agresivitas melalui kontrol diri ($\beta = -0,033$, $p = 0,000$) lebih kecil daripada pengaruh langsung kematangan emosi terhadap agresivitas ($\beta = -0,429$, $p = 0,001$). Hal tersebut menunjukkan bahwa pengaruh langsung kematangan emosi terhadap agresivitas lebih kuat dibandingkan dengan pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas yang dimediasi oleh kontrol diri. Sehingga variabel kontrol diri tidak tepat sebagai variabel yang memediasi pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil studi yang dilakukan memperoleh hasil bahwa kematangan emosi berpengaruh terhadap kontrol diri dan agresivitas. Variabel kontrol diri sebagai variabel moderator berpengaruh terhadap agresivitas, namun tidak tepat untuk digunakan sebagai variabel yang memediasi pengaruh kematangan emosi terhadap agresivitas.

Saran

Diharapkan bagi peneliti berikutnya untuk mengembangkan penelitian ini dengan subjek pada range usia yang berbeda agar lebih dapat membedakan hasil pengaruh antar variabel berdasarkan usia dan jenis kelamin. Selain itu juga diharapkan mengembangkan penelitian dengan variabel lainnya dengan mempertimbangkan faktor internal (kepribadian, intelegensi, regulasi emosi) maupun faktor eksternal (teman sebaya, komunikasi anak dan orangtua, status sosial keluarga) yang mempengaruhi

timbulnya agresivitas pada remaja selain kematangan emosi dan kontrol diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Albin, R.S. (2005). *Emosi : Bagaimana mengenal, menerima dan mengarahkannya*. Yogyakarta. Kanisius.
- Ali, M., & Asrori M. (2004). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. Jakarta. PT. Bumi Aksara.
- Baron, R.A. & Byrne, D. (2004). *Psikologi sosial*. Jakarta. Erlangga.
- Barthi, S. (2012). Adjustment and Emotional Maturity Among First Year College Students. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 10(2), 32-37.
- Baumeister, R. F., & Exline, J. J. (2000). Self-control, morality, and human strength. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 29.
- Berkowitz, L., & Harmon-Jones, E. (2004). Toward an understanding of the determinants of anger. *Emotion*, 4(2), 107.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of personality and social psychology*, 63(3), 452.
- Chaube, S.P. (2002). *Psychology of adolescents in India*. New Delhi. Concept Publishing Company.
- Chapple, L.C., (2005). Self-control, Peer Relations, and Delinquency. *Justice Quarterly*. 22(1), 89-96.
- Chaplin, C. P. (2005). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta. Rajawali Press Grafindo Persada.
- Conner, B.T., Stein, D.A., & Longshore, D. (2009). Examining Self-Control as a Multidimensional Predictor of Crime and Drug Use in Adolescents with Criminal Histories. *Journal of Behavior Health*

- Services* 36(2), 137-149. doi:10.1007/s11414-008-9121-7.
- DeWall, C. N., Finkel, E. J., & Denson, T. F. (2011). Self-control inhibits aggression. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(7), 458-472.
- DeWall, C. N., Baumeister, R. F., Stillman, T. F., & Gailliot, M. T. (2007). Violence restrained : Effects of self-regulation and its depletion on aggression. *Journal of Experimental social psychology*, 43(1), 62-76.
- Gill, S. B. D. S. (2015). Emotional Intelligence In Relation To Emotional Maturity And Emotional Competence Of Secondary School Students. *Global Journal of Multidisciplinary Studies*, 4(6), 200-204.
- Ghozali, I. (2006). *Structural equation modeling metode alternatif dengan partial least square*. Semarang. Badan Penerbit UNDIP.
- Green, C. D. (2001). *Classics in the History of Psychology*. Canada: York University.
- Guswani, A. M. & Kawuryan, F. (2011). Perilaku Agresi Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2), 86-92.
- Hidayat, S. (2002). Hubungan perilaku kekerasan fisik ibu pada anaknya terhadap munculnya perilaku agresif pada anak SLTP. *Jurnal Provitae* 1, 50-52
- Higgins, G. E., Wolfe, S. E., & Marcum, C. D. (2008). Digital piracy: An examination of three measurements of self-control. *Deviant Behavior*, 29(5), 440-460.
- Hofmann, W., Baumeister, R. F., Förster, G., & Vohs, K. D. (2012). Everyday temptations: an experience sampling study of desire, conflict, and self-control. *Journal of personality and social psychology*, 102(6), 1318.
- Hurlock, E. B. (2001). *Developmental Psychology*. New York City : McGraw Hill.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi ke V. Jakarta: Erlangga.
- Karriker-Jaffe, K. J., Foshee, V. A., Ennett, S. T., & Suchindran, C. (2008). The development of aggression during adolescence: Sex differences in trajectories of physical and social aggression among youth in rural areas. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(8), 1227-1236. <http://doi.org/10.1007/s10802-008-9245-5>.
- Khan, M. J., Hassan, M., & Khan, R. A. (2012). Aggression as related to emotional stability among physically challenged adolescents. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 3(3), 765-767.
- Loeber, R., & Hay, D. (1997). Key issues in the development of aggression and violence from childhood to early adulthood. *Annual review of psychology*, 48(1), 371-410.
- Maramis, W. F. (2005). *Ilmu Kedokteran Jiwa*. Edisi 9., Surabaya. Airlangga University Press.
- Meldrum, R. C., Young, J. T., & Weerman, F. M. (2009). Reconsidering the effect of self-control and delinquent peers: Implications of measurement for theoretical significance. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 46(3), 353-376.
- Moore, S. E., Scott, J. G., Thomas, H. J., Sly, P. D., Whitehouse, A. J., Zubrick, S. R., & Norman, R. E. (2015). Impact of adolescent peer aggression on later educational and employment outcomes in an Australian cohort. *Journal of adolescence*, 43, 39-49.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle?. *Psychological bulletin*, 126(2), 247.
- Murdoch, B. D. (1972). Electroencephalograms, aggression and emotional maturity in psychopathic and non-psychopathic prisoners. *Psychologia Africana*, 14(3), 216-231.

- Orpinas, P., & Frankowski, R. (2001). The Aggression Scale: A self-report measure of aggressive behavior for young adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 21(1), 50-67.
- Pastey, G. S., & Aminbhavi, V. A. (2006). Impact of Emotional Maturity on Stress and Self Confidence of Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 32(1), 66-70.
- Rahayu, C. D. (2008). Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Konformitas dengan Perilaku Agresif (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Santrock, J. W. (2007). *Life-span development*. McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2003). *Psychology : essentials*. Boston: McGraw-Hill.
- Sarwono, S.W., & Meinarno, E.A. (2009) Psikologi Sosial. Jakarta: Salemba Humanika.
- Shanaz, F. (2013). Emotional Maturity and Aggression Among Adolescent. *Review of Research Journal*, 2(11), 1-5.
- Singh, Y & Bhargava, M. (1990). Manual for Emotional Maturity Scale (EMS). Agra: National Psychological Corporation.
- Sittner, K. J., & Hautala, D. (2015). Aggressive delinquency among North American indigenous adolescents: trajectories and predictors. *Aggressive behavior*, 42(3), 274-286. DOI: 10.1002/ab.21622.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of personality*, 72(2), 271-324.
- Tittle, C.R., Ward, D.A., Grasmick, H.G. (2003). Self-control and Crime/Deviance: Cognitive vs. Behavioral Measures. *Journal of Quantitative Criminology*, 19(4), 333-365.
- Wagde, A. D., & Ganaie, S. A. (2013). Study on Emotional Maturity and Coping Strategies among the Students Pursuing Rehabilitation Studies. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 2(8) 451-457.
- Wolfe, S. E., & Higgins, G. E. (2008). Self-control and perceived behavioral control: An examination of college student drinking. *Applied Psychology in Criminal Justice*, 4, 108-134
- Yeager, D. S., Trzesniewski, K. H., Tirri, K., Nokelainen, P., & Dweck, C. S. (2011). Adolescents' implicit theories predict desire for vengeance after peer conflicts: correlational and experimental evidence. *Developmental psychology*, 47(4), 90-107.
- Xie, H., Drabick, D. A. G., & Chen, D. (2011). Developmental Trajectories of Aggression from Late Childhood through Adolescence: Similarities and Differences across Gender. *Aggressive Behavior*, 37(5), 387-404. <http://doi.org/10.1002/ab.20404>.