

**HUBUNGAN PERSEPSI KESESAKAN DAN KONTROL DIRI DENGAN
PERILAKU AGRESI PADA REMAJA YANG TINGGAL DI PONDOK
PESANTREN ROUDLATUL QUR'AN METRO**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung

Oleh :

**Rifkia Azzimatunur
1731080053**

Program Studi : Psikologi Islam



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
2021/1442 H**

**HUBUNGAN PERSEPSI KESESAKAN DAN KONTROL DIRI DENGAN
PERILAKU AGRESI PADA REMAJA YANG TINGGAL DI PONDOK
PESANTREN ROUDLATUL QUR'AN METRO**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung

Oleh :

**Rifkia Azzimatinur
1731080053**

Program Studi : Psikologi Islam

Pembimbing 1 : Dr.M. Afif Ansori, M.Ag.

Pembimbing 2 : Faisal Adnan Reza, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
2021/1442 H**

ABSTRAK

Hubungan Antara Persepsi Kesesakan Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Pada Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren

Oleh :
Rifkia Azzimatinur

Masa remaja ditandai dengan terjadinya permasalahan di dalam diri remaja yang disebabkan oleh perubahan fisik dan psikologis. Persepsi kesesakan dan kontrol diri diduga menjadi faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku agresi pada diri remaja yang tinggal di pondok pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi kesesakan dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan antara persepsi kesesakan dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren, ada hubungan antara persepsi kesesakan dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren, dan ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren.

Populasi dalam penelitian ini ialah siswa/siswi kelas XI SMA TMI Roudlatul Qur'an Metro dengan jumlah 136 siswa/siswi. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *Random Sampling* dan yang menjadi sampel pada penelitian ini sebanyak 58 siswa/siswi. Teknik penumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi meliputi skala perilaku agresi, skala persepsi kesesakan dan skala kontrol diri. Skala perilaku agresi berjumlah 32 aitem ($\alpha=0,910$), skala persepsi kesesakan berjumlah 24 aitem ($\alpha=0,867$), dan skala kontrol diri berjumlah 27 aitem ($\alpha=0,972$). Teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis regresi berganda yang dibantu dengan SPSS 23.0 *for windows*.

Hasil penelitian menunjukkan $R_{x1.2-y} = 0,708$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi kesesakan dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. Hasil tersebut memberikan sumbangan efektif sebesar 50,1%. Hasil kedua dengan $r_{x1-y} = 0,640$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan hubungan positif signifikan antara persepsi kesesakan dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. Hasil ketiga dengan $r_{x1-y} = -0,404$ dan $p = 0,002$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren.

Kata kunci : *Perilaku Agresi, Persepsi Kesesakan, Kontrol Diri*



KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat: Jl. Lerkoi II, Endraliman, Sekeloa Baru Bandar Lampung Telp. 0721)703531, 780421

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Persepsi Kesesakan dan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren
Nama : Rifkia Azzamatur
NPM : 1731080053
Program Studi : Psikologi Islam
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

MENYETUJUI

Untuk dimaafkan dan dipertahankan dalam sidang
Munqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. M. Afif Ansoni, W. Ag.
NIP. 196003131989031004

Pembimbing II

Faisal Adnan Rizki, S. Psi, M. Psi, Psikolog
NIP. 19920916201901031019

Mengetahui
Ketua Prodi Psikologi Islam

Ahdu Oehar, M.Si



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Sutarto, Sukarano Bandar Lampung, Telp: (0721) 703331, 780421

PENGESAHAN


Skripsi dengan judul : Hubungan Persepsi Kecsakaan dan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren disusun oleh Rifkia Azzimattur NPM : 1731080053, Program studi : Psikologi Islam, Fakultas : Ushuluddin Dan Studi Agama, telah dimunaqsyahkan pada hari, tanggal :

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua	: Abd. Qohar, M.Si	(.....)
Sekretaris	: Annisa Fitriani, S.Psi, MA	(.....)
Penguji utama	: Dr. Rika Dumayanti, M.Kep, NS.SP.Kep.J	(.....)
Penguji pendamping I	: Dr. M. Afif Anshori, M.Ag	(.....)
Penguji pendamping II	: Faisal Adnan Reza, S.Psi, M.Psi, Psikolog	(.....)

DEKAN

Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama


Dr. H. Afif Anshori, M.Ag
NIP. 196003131989031004

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamua'alaikum Wr.Wb

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Rifkia Azzimatinur

NPM : 1731080053

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Persepsi Kesesakan dan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi pada Remaja yang tinggal di Pondok Pesantren” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Bandar Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Bandar Lampung,.....April 2021
Yang menyatakan,



Rifkia Azzimatinur
1731080053

MOTTO

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ
عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ۚ

Artinya : “(yaitu) orang yang berinfak, baik di waktu lapang maupun sempit, Dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang lain. Dan Allah mencintai orang yang berbuat kebaikan”. (Q.S Ali-Imran: 134)

PERSEMBAHAN

Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW. Segala syukur kuucapkan kepadaMu Ya Rabb, karena sudah menghadirkan orang-orang berarti disekeliling saya. Yang selalu memberi semangat dan doa, sehingga skripsi saya ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini, maka saya persembahkan untuk:

1. Untuk ayahku Drs. Zainuddin, M.Sc dan ibuku Aminah terimakasih sudah memberiku cinta dan kasih sayang, sudah membimbingku, mendidikku, memberiku pelajaran tentang semua kehidupan, serta doa kalian sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk kakekku H. Anta Wijaya dan nenekku Hj. Tarwi terimakasih sudah memberiku cinta dan kasih sayang, memberikan nasehat serta dukungan kepadaku, selalu memberikan semangat, serta doa kalian sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini.
3. Untuk Kakak-kakakku tersayang Komariyah dan Rosyidi, terimakasih atas semangat, motivasi yang engkau berikan kepadaku hingga saat selesainya skripsi ini.

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap Rifkia Azzimatinur, dilahirkan di Pajar Bulan pada tanggal 19 September 1999. Anak kedua dari dua bersaudara, dengan ayah yang bernama DRS. Zainuddin, M.Sc dan ibu yang bernama Aminah. Untuk pertama kali menempuh pendidikan di:

1. TK Al-Ikhlas Betung Sukosari Sekincau Lampung Barat, Lulus tahun 2005
2. SD Negeri 1 Sekincau Lampung Barat, Lulus tahun 2011
3. MTS Nurul Iman Sekincau Lampung Barat, Lulus tahun 2014
4. MA Nurul Iman Sekincau Lampung Barat, Lulus tahun 2017

Pada tahun 2017 terdaftar sebagai salah satu mahasiswa pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirohim

Assalamuallaikumwarahmatullahiwabarakatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin. Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan segala kenikmatan, Ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama serta selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan, nasihat serta bimbingan dalam proses bimbingan skripsi dan telah menyetujui skripsi saya untuk disidangkan.
2. Bapak Abdul Qohar, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam dan Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama Universitas Islam Negeri raden Intan Lampung serta selaku dosen pembimbing akademik yang telah

memberi arahan serta nasihat dalam proses menjalani pembelajaran mata kuliah yang ada di prodi Psikologi Islam.

3. Bapak Faisal Adnan Reza, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk mendampingi saya, memberi arahan, semangat dan memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran serta dedikasi yang luar biasa untuk saya.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah mendidik serta memberikan ilmu kepada penulis selama perkuliahan.
5. Dewan guru SMA TMI Roudlatul Qur'an Metro yang telah membantu peneliti untuk melakukan penelitian di SMA TMI Roudlatul Qur'an Metro dan mempermudah proses administrasi serta izin penelitian.
6. Siswa kelas XI SMA TMI Roudlatul Qur'an Metro yang sudah meluangkan waktu untuk mengisi skala penelitian ini.
7. Untuk kakak tingkat terbaik saya Dinda Putri Mahendra, S.Psi dan Ayu Miwesfa Sukma JR, S.Psi terimakasih karena kesabaranmu atas segala jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang belum saya pahami mengenai penyusunan skripsi ini, terimakasih untuk cinta dan kasih yang kau berikan, selalu memberiku *support* dan juga bantuan untukku.
8. Untuk sahabat saya sejak awal perkuliahan hingga saat ini Dimas Prastia Putra P, S.Psi, Desti Chintia Romadhon, M. Rizky Prabowo, S.Psi, Afrizal Miba, Ratna Sari, Uswatun Hasanah, Indriani Safitri, S.Psi, Alifia Rizla

Humairo, S.Psi, Dio Majid, Agustina Safitri, Ericho Dwi Pangestu, Dimas Seto Wardana, Abdul Fatah yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membantu dan mendengarkan keluh kesahku, memberikan canda tawa dariawal perkuliahan hingga terselesaikan perkuliahan ini semoga persahabatan kita sampai akhir hayat.

9. Untuk sahabat sejak kecil saya Eli Septiana, Annisa Ramadhani, Devi Cornelia, Salwa Sagita Madyarani terimakasih telah menemani hingga saat ini, memberi kasih sayang, mendengarkan keluh kesahku, dan memberikan canda tawa selama kita bersama.
10. Untuk sahabat saya sejak masa sekolah hingga saat ini Nia Yustina, Nur Hasanah, S.Pd, Siti Wahyuni, Khoirul Asiyah, Siti Romdona Adawiyah terimakasih untuk cinta dan kasih kalian yang selalu menemani perjalanan ku selama ini agar aku dapat menyelesaikan skripsi ku dengan baik, perbedaan Universitas tidak mematahkan kita untuk saling memberi kasih sayang dan support.
11. Untuk sahabat-sahabatku Dwi Agustin dan Tuti Alawiyah terimakasih untuk waktu yang telah diluangkan untukku, untuk mendengar segala keluh kesahku, nasihatmu, energi semangat yang diberikan untuk ku.
12. Untuk semua teman-teman kelas C Psikologi Islam angkatan 2017 terimakasih atas kebersamaan selama penulis menempuh perkuliahan dan semoga kebersamaan ini terus berlanjut sampai akhir hayat, Aamiin.
13. Teman-teman seperbimbingan yang telah memberikan dukungan dan kebersamaan serta motivasi.

14. Seluruh teman-teman Psikologi angkatan 2017 yang telah membantu dan belajar bersama selama kuliah.

15. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan namanya satu per satu yang telah berjasa membantu baik secara moril dan materil dalam penyelesaian skripsi.

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya akan menjadi pahala dan amal yang barokah serta mendapat kemudahan dari Allah SWT.Amin.

Wassalamuallaikumwarahmatullahiwabarakatuh

Bandar Lampung,April 2021



Rifkia Azzimatinur
1731080053

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGSAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vii
MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	9

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Agresivitas	
1. Pengertian Perilaku Agresi.....	12
2. Aspek - aspek Perilaku Agresi	13
3. Bentuk - bentuk Perilaku Agresi	15
4. Faktor - faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Agresi	16
5. Perilaku Agresi Dalam Perspektif Islam	20
B. Persepsi Kesusakan	
1. Pengertian Persepsi Kesusakan	23
2. Aspek - aspek Persepsi Kesusakan.....	26
C. Kontrol Diri	
1. Pengertian Kontrol Diri.....	27
2. Dimensi Kontrol Diri	28
3. Faktor-faktor Kontrol Diri	31
D. Remaja	

1. Pengertian Remaja	33
2. Tahap Perkembangan Remaja.....	33
E. Dinamika Hubungan Persepsi Kesesakan dan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi.....	35
F. Kerangka Berpikir.....	37
G. Hipotesis	38

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
B. Definisi Operasional.....	40
C. Subjek Penelitian.....	41
D. Metode Pengumpulan Data	43
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	45
F. Teknis Analisis Data	46

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL

A. Orientasi Kacah Dan Persiapan Penelitian	
1. Orientasi Kacah.....	47
2. Persiapan Penelitian	49
3. Pelaksanaan Tryout	50
4. Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen	51
5. Penyusunan Skala Penelitian.....	52
B. Pelaksanaan Penelitian	
1. Penentuan Subjek.....	53
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data	53
3. Skoring	54
C. Analisis Data	
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian.....	54
2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	55
3. Uji Asumsi	58
4. Uji Hipotesis.....	59
5. Pengujian Sumbangan Efektif Masing-Masing Variabel Independent.....	62
D. Pembahasan.....	63

BAB V KESIMPULAN

A. Kesimpulan	72
B. Saran	73

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	
Tabel 1. Populasi Penelitian.....	42
Tabel 2. Blueprint Perilaku Agresi	44
Tabel 3. Blueprint Persepsi Kesusakan	44
Tabel 4. Blueprint Kontrol Diri.....	45
Tabel 5. Distribusi Seleksi Aitem Valid dan Gugur Persepsi Kesusakan ...	52
Tabel 6. Sebaran Aitem Valid Persepsi Kesusakan	53
Tabel 7. Deskripsi Data Penelitian.....	55
Tabel 8. Kategorisasi Skor Variabel Perilaku Agresi	56
Tabel 9. Kategorisasi Skor Persepsi Kesusakan.....	56
Tabel 10. Kategorisasi Skor Kontrol Diri	57
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas	58
Tabel 12. Hasil Uji Linieritas.....	59
Tabel 13. R-Square.....	60
Tabel 14. Rangkuman Hasil Uji Hipotesis Kedua dan Ketiga.....	61
Tabel 15. Sumbangan Efektif.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Lampiran 1. Rancangan Skala Penelitian

Lampiran 2. Distribusi Data Uji Coba

Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas Hasil Uji Coba Skala

Lampiran 4. Skala Penelitian

Lampiran 5. Distribusi Data Penelitian

Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian

Lampiran 7. Hasil Uji Asumsi

Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis

Lampiran 9. Surat Perizinan Penelitian

Lampiran 10. Kartu Konsultasi

Lampiran 11. Turnitin

Lampiran 12. Bukti Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa terjadinya transisi dari anak-anak menuju masa dewasa, pada masa remaja terjadi proses pencarian jati diri yang dilakukan dengan berbagai upaya aktualisasi diri agar diakui oleh teman sebayanya. Proses pencarian jati diri banyak menimbulkan konflik baik bagi diri maupun orang lain. Menurut (Hurlock, 2004), bahwa masa remaja merupakan masa yang sangat rentan terjadinya konflik karena banyak terjadi perubahan baik secara fisik maupun psikisnya. Perubahan fisik seperti pertumbuhan tinggi dan berat badan, kematangan fungsi reproduksi dan organ seksual. Sedangkan pada psikis remaja merasa mampu memenuhi tanggung jawab seperti orang dewasa. Namun keadaan fisik dan psikis remaja masih belum memiliki kematangan layaknya orang dewasa. Namun banyaknya tuntutan sosial yang menyebabkan kegagalan sehingga hal tersebut menimbulkan frustrasi dan konflik tersendiri bagi remaja.

Masa remaja dapat dikatakan sebagai masa *storm* and *stress*, yang diwarnai dengan *disequilibrium* atau ketidakseimbangan sikap dan emosi, sehingga membuat remaja mudah berubah, bergejolak, dan tidak menentu. Masa remaja juga merupakan masa transisi dimana pada masa itu diperlukan penyesuaian diri dari masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa tersebut kemungkinan akan, timbul masa kritis dengan ditandai kecenderungan munculnya perilaku menyimpang. Dalam kondisi tertentu, perilaku menyimpang akan berlangsung lebih lama dan akan menjadi perilaku mengganggu misalnya

menyerang, merusak dan beberapa bentuk agresivitas lainnya (Afandi et al., 2009).

Salah satu bentuk masalah dalam berperilaku adalah melakukan tindakan agresi. (Santrock, 2012) menjelaskan bahwa remaja cenderung memiliki emosi yang tidak stabil, tidak mampu untuk menahan dorongan nafsu dan lebih agresif. (Baron & Byrne, 2005) mengatakan ketidakmampuan dari seorang remaja dalam mengantisipasi adanya konflik dapat menyebabkan perasaan yang gagal sehingga akan mengarahkan pada situasi yang dapat membuat anak frustrasi. Reaksi yang terjadi saat anak frustrasi adalah dengan melakukan kekerasan berupa menyakiti orang lain ataupun diri sendiri yang dapat disebut dengan perilaku agresi. Perilaku agresi adalah suatu tindakan yang dilakukan dengan maksud dan tujuan melukai atau menyakiti seseorang baik secara verbal maupun secara lisan (Myers, 2010)

Perilaku agresif yang sering terjadi pada remaja antara lain seperti aksi-aksi kekerasan dan saling ejek. Aksi-aksi kekerasan dapat terjadi dimana saja seperti di jalan-jalan maupun di sekolah, seringkali perilaku agresif ditemukan dalam keseharian baik secara fisik maupun verbal. Perilaku agresif dapat dipahami sebagai suatu perilaku yang bertujuan untuk melukai orang lain baik secara verbal maupun nonverbal, secara fisik, psikis, langsung maupun tidak langsung.

Dalam Al-Qur'an dijelaskan tentang larangan perilaku agresi, yaitu dalam surat Al-Qaff ayat 28:

بِالْوَعِيدِ اِلَيْكُمْ قَدَّمْتُ وَقَدْ لَدِيَّ تَخْتَصِمُوا لَا قَال

Artinya : *"Janganlah kamu bertengkar di hadapan-Ku, Padahal Sesungguhnya aku dahulu telah memberikan ancaman kepadamu"*.

Surat Al-Qaff ayat 28 di atas menjelaskan tentang larangan berperilaku agresi, karena hal tersebut tidak ada gunanya dan Allah SWT sangat tidak menyukai pertengkaran serta kekerasan. (Allah berfirman) Maha Tinggi Dia (Janganlah kalian bertengkar di hadapan-Ku) maksudnya, tiada gunanya pertengkaran kalian di sini (padahal sesungguhnya Aku dahulu telah memberikan kepada kalian) sewaktu kalian hidup di dunia (ancaman) akan adanya azab di akhirat jika kalian tidak beriman, dan ini merupakan suatu kepastian yang tidak dapat dihindari lagi (Al-Mahally et al., 1990).

Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Retno Listyarti menilai sepanjang 2017-2019, kasus kekerasan anak yang terjadi di pondok pesantren cukup tinggi, meski tidak seluruhnya dilaporkan kepada KPAI. Namun hingga saat ini penyelesaian kasus-kasus yang terjadi sangat minim. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yang menyebabkan remaja melakukan perilaku agresi yaitu faktor personal meliputi gangguan pengamatan dan tanggapan remaja, gangguan berfikir dan *intelegency* remaja, serta gangguan perasaan/emosional remaja. Sedangkan, faktor lingkungan terdiri dari lingkungan sosial dan lingkungan fisik. Faktor dari lingkungan sosial yang berpengaruh terhadap agresifitas seperti kemiskinan, tinggal di lingkungan berbahaya, teman sebaya yang menyimpang, kurangnya area rekreasi yang aman bagi anak-anak kekerasan pada media yang terlihat jelas, pengasuhan yang buruk dan kurangnya dukungan sosial. Lingkungan fisik yang berpengaruh terhadap perilaku agresi antara lain

suara bising, kualitas udara, temperatur, serta kesesakan yang disebabkan oleh jumlah orang yang terlalu banyak.

Maraknya perilaku remaja yang terkadang melanggar aturan baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat, misalnya masih sering ditemukan remaja berkelahi, tawuran, bolos sekolah, menggunakan kata-kata kotor, merokok, minum-minuman keras, menonton film porno, penyalahgunaan narkoba dan lain sebagainya. Kenakalan remaja tersebut dapat disebabkan oleh faktor sosiologis, faktor psikologis dan faktor biologis pada diri seseorang (Singgih, 2006). Kenakalan remaja yang terjadi terkadang dapat merugikan orang lain, seperti halnya takut, cemas bahkan trauma.

Lingkungan sekolah ataupun lembaga pendidikan berperan untuk mendidik, mengajar dan menanamkan tingkah laku yang baik seperti moral, etika dan memiliki pengetahuan serta mempersiapkan siswa yang mampu berperan dalam lingkungan masyarakat. Salah satu lembaga pendidikan adalah pondok pesantren, yaitu lembaga pendidikan berbasis Islam dan merupakan subkultural masyarakat Indonesia. Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang memiliki fokus tidak hanya pada ilmu pengetahuan umum tetapi juga ilmu agama (Hanafiah, 2020).

Menurut (Sanusi, 2012), pondok pesantren adalah salah satu lembaga yang mampu memberi pengaruh yang cukup besar dalam dunia pendidikan, baik jasmani, rohani, maupun intelegensi. Karena sumber nilai dan norma-norma agama merupakan kerangka acuan dan berfikir serta sikap ideal para santri.

Pondok pesantren yang seharusnya dapat mengarahkan santri menjadi insan yang berakhlakul karimah, akan tetapi masih terdapat santri yang melakukan agresivitas di pondok pesantren. Bentuk-bentuk perilaku agresi yaitu: menyerang secara fisik (memukul, merusak, mendorong), menyerang dengan kata-kata, mencela orang lain, menyerbu daerah orang lain, melanggar milik orang lain, tidak mentaati perintah, berteriak dan berbicara keras pada saat yang tidak tepat dan menyerang tingkah laku yang dibenci.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 11 Desember 2020 terhadap dua orang wanita yang berinisial JA dan RA yang merupakan santri putri di pondok pesantren Roudlatul Qur'an Metro, yang berusia 16 tahun dan duduk dibangku kelas 2 SMA. Santri pertama berinisial JA, JA setiap harinya bersekolah dari pukul 07.30 s.d 14.00. Menurut JA pada saat siang ketika dia pulang sekolah dia merasa jika emosinya lebih meningkat, karena menurut penuturannya kondisi ruangan yang panas dan kondisi tubuh yang lelah menyebabkan dia sulit mengatur emosinya yaitu berbicara dengan nada yang keras dan melontarkan kata-kata yang kasar. Sedangkan menurut santri kedua berinisial RA, berbanding terbalik dengan penuturan dari JA yaitu dia lebih mampu mengontrol emosinya walaupun kondisi ruangan yang panas serta kondisi fisiknya sedang lelah, namun dia dapat mengendalikan emosinya dengan cara tidak merespon ketika ada temannya yang mencoba menggangukannya. Selanjutnya berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 6 April 2021 pada guru BK di SMA TMI Roudlatul Qur'an Metro yang berinisial AW. AW menyampaikan bahwa dia kerap kali menangani kasus-kasus kekerasan seperti

pertengkaran dan *bullying*. Dia mengatakan bahwa pengurus pondok juga kerap kali menyampaikan kepada guru BK mengenai perilaku para santri ketika berada di lingkungan pesantren, ia sering menemui santri yang saling mengejek, saling membentak, berkata kasar bahkan sering ditemui para santri yang sering bertengkar.

Kemudian berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di pondok pesantren tersebut peneliti melihat keadaan kamar yang tidak cukup luas dan keadaan kamar yang tidak cukup rapi yaitu terdapat tumpukan kasur, baju-baju yang digantungkan, dan lemari-lemari para santri dengan banyak tumpukan buku-buku serta barang-barang lainnya. Sehingga dari hasil observasi peneliti dengan keadaan ruangan yang tidak cukup luas dan dengan jumlah orang yang cukup banyak menyebabkan ruang tersebut menjadi sesak karena bukan hanya dipenuhi oleh santri-santri tersebut akan tetapi barang-barang juga yang cukup banyak.

Salah satu faktor yang menyebabkan remaja-remaja yang tinggal di pondok pesantren melakukan perilaku agresi yaitu adanya persepsi kesesakan. Persepsi kesesakan adalah persepsi subjektif seseorang terhadap jumlah orang yang terlalu banyak dalam ruang atau lingkungan tersebut. Kesesakan akan terbentuk bila stimulus atau informasi dari lingkungan. (Keats & Schmidt, 2007) mengatakan bahwa stimulus di sini dapat berasal dari kehadiran banyak orang beserta aspek-aspeknya, maupun kondisi-kondisi fisik dari lingkungan sekitar yang menyebabkan bertambahnya kepadatan sosial. Berlebihnya informasi dapat terjadi karena beberapa faktor, seperti : kondisi lingkungan fisik yang tidak menyenangkan, jarak antar individu yang terlalu dekat, suatu percakapan yang

tidak dikehendaki, terlalu banyak mitra interaksi, interaksi yang terjadi dirasa terlalu dalam atau terlalu lama. Akibat terjadinya kesesakan dapat mengakibatkan menurunkan kemampuan perilaku sosial sehingga mampu mendorong seseorang untuk berperilaku agresif.

Menurut (Sarwono, 2011) kesesakan (*crowding*) adalah persepsi terhadap kepadatan dalam artian jumlah manusia, dan arena. Kesesakan adalah persepsi maka sifatnya subjektif dan salah satu penyebab dari munculnya kesesakan adalah kepadatan. Oleh sebab itu, di pondok pesantren dengan jumlah santri yang banyak dalam sebuah ruangan yang tidak cukup luas, menyebabkan para santri sering kali susah mengendalikan perasaan negatifnya salah satunya adalah melakukan perilaku agresif.

Terdapat faktor lain yang berpengaruh, yakni kontrol diri yang rendah pada diri santri. Kondisi emosional yang tidak stabil pada diri santri yang disebabkan karena remaja dalam usia konflik. Menurut Krori (Herlina, 2013) masa remaja merupakan periode transisi, masa perkembangan, usia berkonflik, masa seseorang mencari jati diri dan masa peralihan menuju masa dewasa. Kontrol diri santri yang dapat terbentuk oleh lingkungan pondok pesantren yang religius, tentu dapat membimbing santri dalam mengendalikan diri terhadap lingkungan pondok pesantren. Kontrol diri merupakan kemampuan yang harus dimiliki oleh santri, karena kontrol diri sangat penting untuk mengatur perilaku santri di dalam lingkungan pondok pesantren.

(Goldfried & Merbaum, 1973) mendefinisikan kemampuan mengontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan

mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi positif. Selanjutnya kemampuan mengontrol diri berkaitan dengan bagaimana seseorang mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Sehingga ketika remaja memiliki kontrol diri yang baik, ia akan mampu mengatur perilaku agresinya dan mampu mengarahkan serta membimbing dirinya untuk tidak melakukan hal-hal yang bersifat agresifitas.

Menurut teori psikoanalisa (Freud, 1979), kontrol diri menghambat *impuls* (rangsangan) yang tidak pantas. Meskipun manusia memiliki kemampuan psikologis yang rendah untuk mengontrol keinginan yang tidak pantas, mereka bisa menggunakan kontrol diri untuk melakukannya karena mereka ingin menunda kepuasan instan untuk mendapat kepuasan jangka panjang yang tampaknya memiliki keuntungan lebih. Impulsif orang cenderung memilih kepuasan segera. Namun kontrol diri dapat membantu seseorang menentukan keputusan yang terbaik (Tavakolizadeh & Karimpour, 2014).

Dalam penelitian ini, dilaksanakan di SMA TMI Roudlatul Qur'an Metro, dengan menggunakan subjek remaja yang tinggal di pondok pesantren Roudlatul Qur'an Metro.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas rumusan masalah dari penelitian ini adalah :

1. Adakah hubungan persepsi kesesakan dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren?
2. Adakah hubungan persepsi kesesakan dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren?

3. Adakah hubungan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan di atas tujuan dari penelitian ini untuk melihat :

1. Hubungan Persepsi Kesesakan dengan Perilaku Agresi pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren.
2. Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren.
3. Hubungan Persepsi Kesesakan dan Kontrol diri dengan Perilaku Agresi pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara kolektif baik untuk keilmuan (teoritis) atau untuk peneliti dan subjek penelitian (praktis).

Manfaat tersebut adalah:

1. Secara teoritis dapat memberikan sumbangan untuk keilmuan dan pengetahuan bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dibidang psikologi sosial dan psikologi pendidikan yang mempelajari hubungan persepsi kesesakan dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat khusus kepada Pondok Pesantren Roudlatul Qur'an Metro, yakni sebagai rujukan dalam peningkatan kebijakan dalam pengawasan dan pembinaan terhadap peraturan pondok pesantren. Selanjutnya penelitian ini diharapkan dapat

memberikan manfaat khusus bagi guru BK sebagai rujukan dalam penentuan untuk memberikan pelatihan serta pengembangan spiritual pada santri. Dan selanjutnya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat khusus bagi santri sebagai masukan agar santri dapat memmanagement perilaku agresivitasnya serta dapat merileksasi diri sehingga dapat mengontrol perilaku agresi yang dapat muncul pada diri santri di pondok pesantren tersebut.

E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Agar dapat mendukung berbagai penjelasan serta pembahasan di atas, maka peneliti mengusahakan untuk dapat mencari berbagai literatur dari penelitian sebelumnya yang masih berkaitan dengan penelitian ini. Serta untuk menghindari adanya plagiat dalam penelitian, maka memenuhi kode etik penulisan penelitian ilmiah akan sangat dibutuhkan eksplorasi terhadap berbagai penelitian terdahulu yang relevan. Hal ini memiliki tujuan untuk dapat menegaskan penelitian, serta sebagai bagian dari pendukung teori guna menetapkan pola pikir dalam menyusun penelitian ini.

Dari hasil pencarian terhadap berbagai penelitian lampau, peneliti mendapatkan beberapa penelitian lampau yang berkaitan dengan penelitian ini. Meskipun memiliki keterkaitan dalam membahas, namun pada penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu yang didapatkan dari hasil pencarian peneliti:

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Sapi'i, 2019) dengan judul penelitian "Hubungan Antara Budaya Pesantren dan Kontrol Diri Dengan Agresivitas Santri pada Pondok Pesantren" terdapat hubungan yang sangat signifikan

diantara budaya pesantren dan kontrol diri dengan nilai signifikan sebesar 13,9% yang menandakan bahwa terdapat hubungan antara budaya pesantren dan kontrol diri dengan agresivitas santri pada pondok pesantren.

Subjek dalam penelitian ini adalah santri diniyyah pondok pesantren Maba'ul Gayau sakti Kec. Seputih Agung, Kab. Lampung Tengah yang berjumlah 85 santri untuk mendukung penelitian ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara budaya pesantren dan kontrol diri dengan agresivitas santri pada pondok pesantren. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda dan SPSS 21.0 *for windows*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Sari, 2017) dengan judul “Hubungan Antara Kesesakan dengan Agresivitas pada Remaja yang tinggal di Kawasan Tambak Lorok Semarang” terdapat hubungan positif antara kesesakan dengan agresivitas pada remaja yang tinggal Kawasan Tambak Lorok Semarang dengan nilai signifikan sebesar 33,4% yang menandakan bahwa terdapat hubungan antara kesesakan dengan agresivitas pada remaja yang tinggal di Kawasan Tambak Lorok Semarang.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 230 remaja yang tinggal di Kawasan Tambak Lorok Semarang yang dipilih melalui teknik *simple random sampling*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kesesakan dengan agresivitas pada remaja yang tinggal Kawasan Tambak Lorok Semarang. Hasil analisis data menggunakan teknik analisis regresi sederhana.

3. Penelitian yang dilakukan oleh (Ramadani, 2018), Yusmansyah, Ratna Widiastuti dengan judul “Hubungan Antara *Self Control* Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro” terdapat hubungan *negative* dan signifikan antara *self control* dan perilaku agresi.

subjek penelitian ini yaitu 250 siswa. Peneliti mengambil sampel penelitian sebesar 25% dari populasi yaitu sebesar 64 siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro. Hasil analisis data menggunakan teknik korelasi Product Moment dengan bantuan SPSS (*Statistical Package for social science*) 22.0.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku Agresi

1. Pengertian Perilaku Agresi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, agresi adalah perbuatan bermusuhan yang bersifat menyerang secara fisik maupun psikis kepada pihak lain, agresi merupakan tindakan kasar akibat kekecewaan dalam mencapai pemuasan atau tujuan yang dapat ditujukan kepada orang lain atau benda. (Buss & Perry, 1992) menyatakan perilaku agresi sebagai perilaku yang niatnya untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun secara psikologis.

(Baron & Byrne, 2005) menyebutkan bahwa perilaku agresi merupakan tingkah laku individu yang ditunjukkan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Definisi perilaku agresif dari Baron ini mencakup empat faktor, yaitu: tingkah laku, tujuan untuk melukai atau mencelakakan (termasuk mematikan atau membunuh) individu menjadi korban, dan ketidakinginan si korban menerima tingkah laku si pelaku.

Perilaku agresi sepertinya telah menjadi sesuatu hal yang sangat biasa terjadi pada kehidupan sosial individu saat ini. (Myers, 2010) menjelaskan bahwa agresi merupakan perilaku fisik maupun verbal yang disengaja maupun tidak disengaja namun memiliki maksud untuk menyakiti, menghancurkan atau merugikan orang lain yang diniatkan untuk melukai objek yang menjadi sasaran agresi. Perilaku agresi dapat dimunculkan secara fisik maupun verbal.

Perilaku agresi fisik yaitu perilaku agresi yang dilakukan dengan cara melakukan kekerasan secara fisik, seperti menampar, memukul, melempar dengan benda terhadap orang lain di sekitarnya. Perilaku agresi verbal yaitu perilaku agresi yang dilakukan dengan cara mengeluarkan kata-kata untuk menyerang orang lain, dapat berupa ejekan, hinaan, maupun caci maki.

Selanjutnya menurut (Myers, 2010) agresi merupakan suatu ledakan emosi dan kemarahan-kemarahan hebat, perbuatan-perbuatan yang menimbulkan permusuhan yang ditujukan kepada seseorang atau suatu benda. (Atkinson, 2000) menjelaskan agresi adalah perilaku yang secara sengaja bermaksud melukai orang lain (secara fisik atau verbal) atau menghancurkan harta benda. Agresi sendiri menurut (Berkowitz, 2006) selalu mengacu pada beberapa jenis perilaku, baik secara fisik maupun simbolis yang dilakukan dengan tujuan menyakiti.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat dipahami bahwa perilaku agresi adalah suatu perilaku atau tindakan yang bersifat menyerang orang lain dengan tujuan untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun verbal.

2. Aspek-aspek Perilaku Agresi

Menurut (Buss & Perry, 1992) terdapat empat aspek perilaku agresi yang didasari dari tiga dimensi dasar yaitu motorik, afektif, dan kognitif. Empat aspek perilaku agresi menurut Buss dan Perry yaitu sebagai berikut:

a. *Physical aggression*

Physical aggression yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, mengganggu atau membahayakan orang lain melalui respon motorik dalam bentuk fisik, seperti memukul, menendang, dan lain-lain.

b. *Verbal aggression*

Verbal aggression yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, mengganggu atau membahayakan orang lain dalam bentuk penolakan dan ancaman melalui respon vokal dalam bentuk verbal.

c. *Anger*

Anger merupakan emosi negatif yang disebabkan oleh harapan yang tidak terpenuhi dan bentuk ekspresinya dapat menyakiti orang lain serta dirinya sendiri. Beberapa bentuk *anger* adalah perasaan marah, kesal, sebal, dan bagaimana mengontrol hal tersebut. Termasuk di dalamnya adalah *irritability*, yaitu mengenai temperamental, kecenderungan untuk cepat marah dan kesulitan mengendalikan amarah.

d. *Hostility*

Hostility yaitu tindakan yang mengekspresikan kebencian, permusuhan, antagonisme ataupun kemarahan yang sangat kepada pihak lain. *Hostility* adalah suatu bentuk agresi yang tergolong *convert* (tidak kelihatan). *Hostility* mewakili komponen kognitif yang terdiri dari kebencian seperti cemburu dan iri terhadap orang lain dan kecurigaan seperti adanya ketidakpercayaan serta kekhawatiran.

Berdasarkan pernyataan yang telah dipaparkan maka dapat dipahami bahwa perilaku agresi terdiri atas 4 aspek yaitu *physical aggression*, *verbal aggression*, *Anger*, *Hostility*.

3. Bentuk-bentuk Perilaku Agresi

(Longo et al., 2012) menyebutkan ada empat bentuk perilaku agresi yang terkenal, yaitu:

- a. Agresi instrumental merupakan perilaku agresif yang muncul karena perilaku mempunyai tujuan lain selain menyakiti korban. Misalnya, seseorang pencuri memukul korbannya agar dapat mengambil uang milik korban.
- b. Agresi emosional merupakan perilaku agresif yang muncul ketika individu sedang marah dan mempunyai keinginan untuk menyakiti seseorang. Tujuan utama dari agresi emosional adalah menyakiti orang lain.
- c. Agresi langsung (*direct aggression*) merupakan perilaku agresif yang dilakukan seketika dan secara langsung. Misalnya, ketika seseorang mengejek pelaku, maka pelaku langsung merespon dengan cara memukul atau mengejek balik orang tersebut.
- d. Agresi tidak langsung (*indirect aggression*) merupakan perilaku agresif yang dilakukan kepada seseorang secara tidak langsung. Agresi tersebut biasanya dilakukan dengan cara menyebarkan cerita negatif mengenai korban dengan tujuan merusak nama baik korban.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresi

Perilaku agresi yang muncul pada individu berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadi dalam diri individu. Menurut (Sarwono, 2011), Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif yaitu :

a. Suhu udara yang panas

Suhu udara yang panas cenderung akan meningkatkan agresi, tetapi hanya sampai pada titik tertentu. Di atas tingkat tertentu atau lebih dari 80 derajat *fahrenheit* agresi menurun selagi suhu udara meningkat. Hal ini disebabkan pada saat suhu udara yang tinggi membuat orang-orang menjadi sangat tidak nyaman sehingga mereka kehilangan energi atau lelah untuk terlibat agresi atau tindakan kekerasan.

b. Rasa Sesak Berjejal (*Crowding*)

Rasa sesak berjejal juga memicu agresi di daerah perkotaan yang padat penduduk selalu lebih banyak terjadi kejahatan dengan kekerasan. Peningkatan agresivitas di daerah yang sesak berhubungan dengan penurunan perasaan akan kemampuan diri untuk mengendalikan lingkungan sehingga terjadi frustrasi.

c. Televisi (Media Massa)

Media massa televisi merupakan tontonan dan secara alami mempunyai kesempatan lebih bagi penontonnya untuk mengamati apa yang disampaikan secara jelas sehingga terjadi proses *modeling* pada anak.

Sedangkan menurut (Krahé, 2014) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku agresi, diantaranya :

a. Faktor Kepribadian

Jika dibandingkan dengan temuan-temuan mengenai faktor situasional peran kepribadian dalam agresi memang masih terbatas. Sekalipun demikian beberapa konstruk kepribadian telah diusulkan untuk menjelaskan berbagai perbedaan individu dalam agresi. Beberapa konstruk kepribadian dapat menyebabkan perbedaan individu dalam perilaku agresi, antara lain:

1) Iritabilitas

Iritabilitas mengacu pada kecenderungan untuk bereaksi secara impulsif, kontroversial, atau kasar terhadap provokasi atau sikap tidak setuju bahkan yang paling ringan sekalipun, yang bersifat *habitual*. Orang-orang yang dalam keadaan *irritable* memperlihatkan tingkat agresi yang meningkat dibandingkan individu-individu yang *nonirritable*.

2) Kerentanan Mengatur Emosi

Kerentanan emosional didefinisikan sebagai kecenderungan individu untuk mengalami perasaan tidak nyaman, putus asa, tidak kuat dan ringkih. Orang-orang yang rentan secara emosional memperlihatkan agresifitas yang lebih tinggi.

3) Kontrol Diri

Konstruk kontrol diri mengacu pada hambatan internal yang seharusnya mencegah keterlepasan kecenderungan respon agresif. Kegagalan kontrol diri dapat memberikan kontribusi untuk tindakan

yang paling agresif yang menyatakan kekerasan. Penjelasan lain juga menunjukkan bahwa individu yang memiliki sifat pengendalian diri yang rendah lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku kriminal, dan menyimpang dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi.

4) Harga Diri

Harga diri telah lama dianggap sebagai faktor penting yang menjelaskan perbedaan individu dalam agresi. Secara umum, diasumsikan rendahnya Harga diri akan memicu perilaku agresif, bahwa perasaan negatif mengenai “diri” akan membuat orang lebih berkemungkinan menyerang orang lain.

b. Faktor-faktor Situasional

Sebelumnya telah disebutkan ciri-ciri individual yang bertanggung jawab atas terjadinya perbedaan kecenderungan agresi yang *relatif* stabil dari waktu ke waktu. Selanjutnya berikut pengaruh situasional terhadap perilaku agresif:

1) Penyerangan

Serangan merupakan salah satu faktor yang paling sering menjadi penyebab agresif dan muncul dalam bentuk serangan fisik atau verbal. Adanya aksi penyerangan dari orang lain akan menimbulkan reaksi agresi dari diri seseorang.

2) Karakteristik target

Ada karakteristik atau ciri tertentu yang mempunyai potensi sebagai target agresi. Misalnya, anggota kelompok yang tidak disukai.

3) *In group vs out group conflict*

Perilaku agresif sering kali didasari atas konflik antar kelompok. Konflik antar kelompok sering dipicu oleh perasaan *In group vs out group*, sehingga anggota kelompok diwarnai prasangka.

4) Temperatur

Temperatur udara seringkali juga adalah determinan situasional agresi. Terdapat suatu hipotesis yang dikenal *beat hypothesis* yang menyatakan bahwa “temperatur” tinggi yang tidak nyaman meningkatkan motif maupun perilaku agresif.

Jadi dapat dipahami bahwa terdapat 3 faktor yang mempengaruhi perilaku agresi, yaitu: suhu udara yang panas, *crowding* dan televisi atau media massa. Sedangkan, menurut menurut (Krahé, 2014) mengemukakan 2 faktor yang mempengaruhi perilaku agresi, yaitu: faktor kepribadian dan faktor situasional.

5. Perilaku Agresi dalam Perspektif Islam

Perilaku agresi adalah segala tindakan yang bertujuan untuk menyakiti orang lain ataupun objek sasaran yang disebabkan karena adanya rangsangan dari lingkungan atau dalam diri individu itu sendiri. Dalam Al-Qur'an perilaku agresi dijelaskan melalui segala tindakan yang merepresentasikan dari kondisi batin seseorang. Dalam Al-Qur'an dan hadist ada beberapa surat dan hadist

yang menjelaskan tentang perilaku agresi. Salah hadist yang menjelaskan tentang perilaku agresi yaitu :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَوْصِنِي قَالَ لَا تَغْضَبَ فَرَدَّدَ مِرَارًا قَالَ لَا تَغْضَبَ (رَوَاهُ الْبُخَارِيُّ)

Artinya : “Dari Abu Hurairah radhiyallahu ‘anhu berkata, seorang lelaki berkata kepada Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam, “Berilah aku wasiat.” Beliau menjawab, “Janganlah engkau marah.” Lelaki itu mengulang-ulang permintaannya, (namun) Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam (selalu) menjawab, “Janganlah engkau marah.” (Al-Bukhari & Ismail, 2011)

Hadist tersebut menerangkan tentang sahabat yang meminta wasiat dalam hadits ini bernama Jariyah bin Qudamah rahimahullah . Ia meminta wasiat kepada Nabi dengan sebuah wasiat yang singkat dan padat yang mengumpulkan berbagai perkara kebaikan, agar ia dapat menghafalnya dan mengamalkannya. Maka Nabi berwasiat kepadanya agar ia tidak marah. Kemudian ia mengulangi permintaannya itu berulang-ulang, sedang Nabi tetap memberikan jawaban yang sama. Ini menunjukkan bahwa marah adalah pokok berbagai kejahatan, dan menahan diri darinya adalah pokok segala kebaikan. Marah adalah bara yang dilemparkan setan ke dalam hati anak Adam sehingga ia mudah emosi, dadanya membara, urat sarafnya menegang, wajahnya memerah, dan terkadang ungkapan dan tindakannya tidak masuk akal. Marah ialah bergejolaknya darah dalam hati untuk menolak gangguan yang dikhawatirkan terjadi atau karena ingin balas dendam kepada orang yang menimpakan gangguan yang terjadi padanya. Marah banyak sekali menimbulkan perbuatan yang diharamkan seperti memukul, melempar barang pecah belah, menyiksa, menyakiti orang, dan mengeluarkan perkataan-perkataan yang diharamkan seperti menuduh, mencaci maki, berkata kotor, dan

berbagai bentuk kezhaliman dan permusuhan, bahkan sampai membunuh (Jaelani, 2019).

Dalam Al-Qur'an pun dijelaskan dalam surat Yusuf ayat 53:

رَبِّيَ إِنَّ رَبِّيَ ۖ رَحِيمٌ مَّا إِلَّا بِالسُّوْءِ ۖ لَأَمَّا زُۙۙۙ النَّفْسِ إِنَّ نَفْسِي ۖ أُبْرِيءُ وَمَا ۖ
رَّحِيمٌ عَفُوْرٌ

Artinya : "Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena Sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang". (QS. Yusuf : 53)

Surat Yusuf ayat 53 di atas menjelaskan bahwa ("Dan aku tidak membebaskan diriku) dari kesalahan-kesalahan (karena sesungguhnya nafsu itu) yaitu hawa nafsu (selalu menyuruh) banyak menyuruh (kepada kejahatan kecuali orang) lafal maa di sini bermakna man, yaitu orang atau diri (yang diberi rahmat oleh Rabbku) sehingga terpeliharalah ia dari kesalahan-kesalahan. (Sesungguhnya Rabbku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."). (Al-Mahally et al., 1990).

kata kejahatan selalu diwarnai atau diawali dari sikap amarah. Sementara kata amarah mesti dicegah dengan cara rahim. Posisi Rahim atau kemurahan hati menempati kedudukan yang sangat tinggi. Meski kemudian, al-Qur'an membedakan sifat kemurahan hati yang berpangkal kepada sikap atau nafs amarah yang bermotif tertentu. Al-Qur'an telah menggaris bawahi di mana sifat amarah sejatinya diperlukan, namun tidak selamanya mesti dipusatkan secara fisik, dan sifat ini terkadang memerlukan usaha dari dalam ketika menghadapi tantangan, karena itu nilai sabar menjadi penyeimbang setelah fase kemurahan hati.

Islam juga mengajarkan untuk dapat mengendalikan diri dalam bertindak agar tidak merugikan orang lain, Allah SWT berfirman dalam QS. Al Imran ayat 134:

يُحِبُّ وَاللَّهُ النَّاسَ ۖ عَنِ الْعَافِينَ الْعَيْظَ وَالْكَاطِمِينَ وَالضَّرَّاءِ السَّرَّاءِ فِي يُنْفِقُونَ الَّذِينَ
الْمُحْسِنِينَ ۖ

Artinya: “(yaitu) orang yang berinfak, baik diwaktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang lain. Dan Allah mencintai orang yang berbuat kebaikan. (QS. Al Imran:134).“

Ayat tersebut menerangkan bahwa menjadi bagian tiga golongan bertakwa tersebut merupakan jalan untuk mendapatkan Rahmat Allah SWT. Golongan takwa pertama yaitu orang-orang yang menafkahkan hartanya saat keadaan baik atau lapang, banyak harta dan saat dalam keadaan buruk, sempit atau sedikit harta. Imam Razi (2020), juga menjelaskan bahwa Allah SWT memperingatkan untuk berinfaq dalam keadaan lapang maupun sempit karena melakukan infaq dalam dua keadaan tersebut adalah ketaatan yang cukup sulit sehingga dibutuhkan kesungguhan, keikhlasan dan cinta. Saat dalam dua keadaan tersebut, infaq yang dikeluarkan menjadi sebaik-baik infaq.

Golongan kedua dan ketiga yaitu orang-orang menahan amarah dan memaafkan kesalahan orang. Menahan marah juga bukan hal yang mudah dilakukan, membutuhkan kesungguhan kuat. Lalu disusul dengan memaafkan kesalahan orang lain yang berbuat kesalahan dengan cara membalasnya dengan kebaikan atau dengan tidak membalas kejahatannya. Sulit tapi pasti bisa, dan sudah dijanjikan surga oleh Allah SWT (Abdurrahman, 1989)

Berdasarkan dua ayat Al-Qur'an dan hadist di atas dapat dipahami bahwa Islam melarang perilaku agresi dalam bentuk apapun. Hal ini dikarenakan perilaku agresi dapat merugikan orang lain dan sering kali membuat orang lain sakit hati. Individu yang melakukan perilaku agresi termasuk dalam golongan orang-orang dzalim.

B. Persepsi Kesusakan

1. Pengertian Persepsi Kesusakan

(Gifford-Smith & Brownell, 2003) menyatakan bahwa kesusakan adalah perasaan subjektif akan terlalu banyaknya orang di sekitar individu. Kesusakan mungkin berhubungan dengan kepadatan yang tinggi, tetapi kepadatan bukanlah syarat mutlak untuk menimbulkan kesusakan. Persepsi kepadatan adalah perkiraan individu tentang kepadatan suatu ruang, tetapi korelasi antara persepsi kepadatan yang dirasakan individu dengan ukuran kepadatan yang sesungguhnya sangat rendah. Kesusakan dipengaruhi oleh karakteristik individu dan situasi sosial. Individu mungkin merasa sesak dalam sebuah ruang luas yang hanya diisi oleh dua orang tetapi tidak merasa sesak ketika berada di antara ribuan orang lain dalam sebuah konser musik. Kesusakan adalah tahap pengalaman yang disebabkan oleh persepsi individu akan pembatasan ruang. Kesusakan dapat terjadi karena adanya kepadatan secara fisik di lingkungan atau biasa disebut *density* (Sarwono, 2011).

Bentuk lain dari persepsi terhadap lingkungan adalah kesusakan (*crowding*) yang mana terdapat hubungan dengan kepadatan (*density*), yaitu

banyaknya jumlah manusia dalam suatu batas ruang tertentu. Makin banyak jumlah manusia berbanding luasnya ruangan, makin padatlah keadaannya. Hubungan antara kepadatan dan kesesakan mempunyai dua ciri, yaitu: kesesakan adalah persepsi terhadap kepadatan dalam artian jumlah manusia, dan karena kesesakan adalah persepsi maka sifatnya subjektif. Kepadatan memang merupakan syarat yang diperlukan untuk timbulnya persepsi kesesakan, tetapi bukanlah merupakan syarat yang mutlak harus ada (Sarwono, 2011).

(Agung, 2012) mengungkapkan bahwa kepadatan mempunyai dua pengertian. Kepadatan sebagai *density* yaitu istilah yang paling sering didengar atau dibaca. Kepadatan penduduk yang mewakili pengertian *density* adalah pengertian di mana ukuran tingkat kepadatan penduduk pada suatu daerah. Sedangkan kepadatan dalam arti *crowding* adalah suatu kepadatan yang dirasakan oleh seseorang dan bersifat psikologis. Hal ini berarti banyaknya orang tersebut dimaknakan sebagai kepadatan. Hal ini dikarenakan orang tersebut memaknakan kerumunan orang-orang tersebut sebagai hal yang tidak menyenangkan.

(Halim, 2008) membedakan antara kepadatan (*dense*) dan kesesakan (*crowd*). Kepadatan mengacu kepada jumlah orang dalam ruang (*space*) sehingga sifatnya mutlak, sedangkan kesesakan adalah persepsi seseorang terhadap kepadatan, sehingga sifatnya subjektif. (Halim, 2008) juga menyatakan bahwa kesesakan atau perasaan sumpek adalah suatu bentuk stres

pada individu sebagai hasil interaksi sosial yang berlebihan dan tak dikehendaki akibat kepadatan sebuah lingkungan.

(Taylor et al., 2009) mengungkapkan bahwa kesesakan merupakan perasaan sempit dan tidak memiliki cukup ruang yang bersifat subjektif atau rasa sesak adalah keadaan psikologis yang menekankan dan tidak menyenangkan, yang dikaitkan dengan keinginan untuk memperoleh lebih banyak ruang dari pada yang telah diperoleh.

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa persepsi kesesakan (*crowding*) adalah persepsi subjektif seseorang yang terjadi karena pengalaman psikologis individu terhadap kepadatan, sehingga sifatnya subjektif. Oleh sebab itu setiap individu memiliki persepsi yang berbeda.

2. Aspek Persepsi Kesesakan

Menurut (Taylor et al., 2009) kesesakan memiliki tiga aspek yakni:

a. Aspek situasional

Meliputi banyaknya orang yang saling berdekatan, hambatan dalam tujuan atau pekerjaan karena banyaknya orang-orang di sekitar, adanya ruangan yang sempit di mana ada terlalu banyak orang di dekat kita, tujuan kita terhalang serombongan orang, ruang jadi berkurang dengan kedatangan tamu atau teman sehingga merasakan gangguan secara fisik atau perasaan tidak enak.

b. Aspek emosional

Kesesakan merupakan suatu pengalaman yang subjektif dan muncul sebagai akibat reaksi negatif terhadap orang lain dan perasaan

positif terhadap situasi tersebut. Secara tidak langsung mempengaruhi perasaan seseorang dan biasanya bersifat negatif yang merupakan pengalaman subjektif dan suatu reaksi yang berhubungan dengan perasaan. Mengacu pada suasana hati biasanya suasana hati yang buruk.

c. *Aspek behavioral*

Menjaga jarak dari tindakan agresi dengan menggunakan respon yang halus seperti meninggalkan tempat kejadian meliputi bentuk-bentuk reaksi individu yang berkisar antara agresi berlebihan (jarang) hingga respon yang lebih ringan seperti meninggalkan tempat, menghindari tatapan mata ataupun menarik diri dari interaksi sosial.

Berdasarkan pernyataan yang telah dipaparkan maka dapat dipahami bahwa persepsi kesesakan terdiri atas 3 aspek, yaitu: Aspek situasional, aspek emosional dan aspek *behavioral*.

C. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Menurut (Tangney et al., 2004) bahwa pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah respons batin seseorang, serta untuk mengganggu kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan (seperti impuls) dan menahan diri untuk melakukan tindakan tersebut. (Calhoun, 1995) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. (Ghufron & Risnawati, 2012) juga mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan

mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif, kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Hal tersebut sesuai dengan klaim dasar dari teori kontrol diri (Gottfredson & Hirschi, 1990) yang mengatakan bahwa kontrol diri yang rendah adalah karakteristik utama penyebab individu berperilaku kriminal. (Gottfredson & Hirschi, 1990) juga mengatakan kontrol diri yang rendah cenderung memiliki sikap yang impulsif, ketidak pekaan, suka mengambil resiko, berpikiran sempit dan memiliki kecenderungan yang cukup besar.

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa kontrol diri adalah suatu aktivitas dalam mengendalikan tingkah laku, pola pikir, sebelum melakukan suatu tindakan. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu dalam bertindak. Semakin tinggi kontrol diri seseorang, maka akan semakin intens pengendalian tersebut terhadap tingkah laku. kontrol diri yang rendah akan menyebabkan seseorang semakin rentan terhadap perilaku yang impulsif, ketidakpekaan, suka mengambil resiko dan memiliki kecenderungan yang cukup besar.

2. Dimensi Kontrol Diri

Menurut (Tangney et al., 2004) kontrol diri dibagi menjadi 5 dimensi yaitu:

a. *Self-discipline*

Dimensi ini menilai tentang kedisiplinan diri individu dalam melakukan sesuatu. Disiplin dalam hal ini individu dapat fokus pada tugas. Individu yang memiliki *self-discipline* dapat menahan diri dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.

b. *Deliberate/Non-impulsive*

Dimensi ini menilai tentang kecenderungan individu untuk melakukan suatu tindakan yang tidak impulsif. Individu dengan kecenderungan *deliberate* mempunyai pertimbangan yang baik, bersifat hati-hati dan tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan atau bertindak.

c. *Healty Habits*

Dimensi ini mengatur tentang kebiasaan atau pola hidup individu. Individu dengan kecenderungan *healty habits* akan mampu menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menegangkan. Individu tersebut akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung.

d. *Work Ethic*

Dimensi ini menilai tentang etika individu dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Individu yang memiliki *work ethic* mampu menyelesaikan tugas tanpa terpengaruh hal-hal yang ada di luar tugasnya.

e. *Reliability*

Dimensi ini menilai kemampuan individu dalam menangani sebuah tantangan. Individu yang memiliki *reliability* mampu melaksanakan rencana jangka panjang dalam pencapaian tertentu.

Berdasarkan konsep (Averill, 1973)terdapat 3 aspek dalam kemampuan mengontrol diri, yaitu:

a. *Behavior Control* (Mengontrol perilaku)

Merupakan suatu tindakan langsung terhadap lingkungan. Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi atau keadaan dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu yang mempunyai kemampuan mengontrol diri dengan baik akan mampu perilakunya sendiri, dan jika individu tersebut tidak mampu, maka akan menggunakan sumber eksternal dari luar dirinya. Kemampuan mengatur stimulus adalah kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki datang.

b. *Cognitive Control* (Mengontrol Kognisi)

Merupakan kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasikan, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi untuk mengurangi tekanan.

c. *Decisional Control* (Mengontrol Keputusan)

Kemampuan untuk memilih hasil yang diyakini individu, dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih kemungkinan tindakan.

Kemampuan mengontrol diri tergantung dari ketiga aspek di atas, kontrol diri ditentukan oleh seberapa jauh aspek itu mendominasi atau terdapat kombinasi dari beberapa aspek dalam mengontrol diri.

Dapat dipahami bahwa aspek-aspek kontrol diri adalah *self discipline, deliberate/non-impulsive, healty habits, work ethic dan reliability* (Tangney, Baumeister dan Boone, 2004). Sedangkan aspek menurut Averill (Nur, 2006), yaitu *behavior control, cognitive control dan decisional control*. Kontrol diri dapat dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri individu, seperti usia yang dapat mempengaruhi kemampuan mengontrol diri individu, selain itu faktor eksternal seperti orangtua yang memiliki peran dalam menentukan kemampuan individu memiliki kontrol baik atau tidak.

3. Faktor-Faktor Kontrol Diri

(Grasmick et al., 1991) mengembangkan faktor- faktor kontrol diri yang rendah menjadi enam faktor, diantaranya:

a. Impulsif (*impulsiveness*)

Impulsif adalah bertindak secara mendadak tanpa memikirkan konsekuensi yang akan dihadapinya dimasa yang akan datang, individu tersebut tidak memikirkan masa depannya karena lebih cenderung peduli

dengan keadaannya sekarang dibandingkan dengan keadaannya dimasa yang akan datang.

b. Tugas Sederhana (*Simple Task*)

Individu dengan *simple task* yang tinggi, ia akan lebih suka untuk melakukan hal-hal yang mudah dan membuatnya bahagia, tetapi ia akan menghindari hal-hal yang menurutnya sulit, karena ia mudah menyerah.

c. Mencari Resiko (*Risk Seeking*)

Seseorang dengan kontrol diri yang rendah, mereka tidak segan-segan untuk melakukan suatu tindakan yang beresiko hanya untuk menguji diri sendiri, bersenang-senang, ia akan tertarik untuk melakukan hal-hal yang akan membuatnya dalam masalah, karena menurutnya semangat dan petualangan lebih penting dari pada keamanan.

d. Aktifitas Fisik (*Physical Activity*)

Individu akan cenderung suka melakukan kegiatan yang berhubungan dengan fisik dibandingkan dengan aktivitas mental, lebih suka untuk melakukan sesuatu secara langsung dari pada memikirkannya, individu tersebut juga cenderung merasa paling kuat diantara orang yang seumurannya dengannya.

e. Mementingkan Diri Sendiri (*Self Centeredness*)

Individu cenderung tidak peduli dengan keadaan orang lain, bahkan saat orang lain mendapatkan masalah yang telah ditimbulkannya, karena ia beranggapan urusan yang ia lakukan lebih penting dari pada

urusan orang lain, dan ia akan berusaha untuk mendapatkan apa yang ia inginkan walaupun ada orang lain yang lebih membutuhkannya.

f. Pemarah (*Temper*)

Individu mudah marah hanya karena masalah kecil, jika individu tersebut marah ia akan meledak-ledak, sulit untuk berbicara dengan tenang bahkan ia akan cenderung menyakiti orang lain.

Jadi dapat dipahami bahwa terdapat enam faktor yang melatarbelakangi kontrol diri yang rendah menurut Grasmick dkk yaitu Impulsif (*impulsiveness*), Tugas Sederhana (*Simple Task*), Mencari Resiko (*Risk Seeking*), Mementingkan Diri Sendiri (*self Centeredness*) dan Pemarah (*Temper*).

D. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai ia mencapai kematangan seksual (Sarwono, 2011). Remaja merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa (Kartono, 2014). Transisi yang terjadi secara bertahap dan dimulai dengan munculnya tanda-tanda pubertas ini disertai dengan perubahan-perubahan baik fisik, psikologis maupun sosial. Masa remaja menurut (Santrock, 2012a) yaitu suatu periode transisi selama masa kehidupan dari anak-anak hingga dewasa. Pada masa perkembangan anak, di masa remaja juga ditandai dengan kaitannya dengan faktor genetik, lingkungan dan sosial. Pada masa awal pertumbuhan remaja ditentukan oleh perubahan biologis dan

berakhir dengan peran dan status sosial yang termasuk didalamnya misi perkembangan. Selain perubahan biologis dan fisik, perubahan harapan sosial, pengetahuan diri, kemandirian, dan gejolak emosi juga termasuk didalam perkembangan masa remaja (Hanurawan, 2010). Batasan usia remaja berbeda-beda sesuai dengan sosial budaya daerah setempat. WHO membagi kurun usia dalam 2 bagian, yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun. Batasan usia remaja Indonesia usia 11-24 tahun dan belum menikah (Sarwono, 2011).

2. Tahap Perkembangan Remaja

Menurut (Sarwono, 2011) ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu:

a. Remaja awal (early adolescence) usia 11-13 tahun

Seorang remaja pada tahap ini masih heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Remaja mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik dengan lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Pada tahap ini remaja awal sulit untuk mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa. Remaja ingin bebas dan mulia berfikir abstrak.

b. Remaja madya (middle adolescence) 14-16 tahun

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman-teman. Remaja merasa senang jika banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “narcistic” yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama pada dirinya. Remaja cenderung berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana.

Pada fase remaja madya ini mulai timbul keinginan untuk berkencan dengan lawan jenis dan berkhayal tentang aktivitas seksual sehingga remaja mulai mencoba aktivitas-aktivitas seksual yang mereka inginkan.

c. Remaja akhir (late adolescence) 17-20 tahun

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa yang ditandai dengan pencapaian 5 hal, yaitu:

- 1) minat yang makin mantap fungsi-fungsi intelek,
- 2) egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang dan dalam pengalaman-pengalaman yang baru,
- 3) terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi,
- 4) egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri),
- 5) tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (private self) dan publik.

E. Dinamika Hubungan Antara Persepsi Kesesakan dan Kontrol Diri

Dengan Perilaku Agresi Pada Remaja yang tinggal di Pondok

Pesantren

Perilaku agresi pada remaja akan muncul ketika faktor-faktor dalam faktor perilaku agresi tersebut terpenuhi diantaranya yaitu faktor kepribadian yang salah satunya yaitu kontrol diri dan faktor situasional. Hal tersebut berarti ketika faktor-faktor tersebut dialami oleh remaja maka perilaku agresi tersebut dapat muncul pada remaja tersebut. karena pada dasarnya remaja cenderung memiliki emosi yang tidak stabil, tidak mampu untuk menahan dorongan nafsu dan lebih agresif (Santrock, 2012)

Situasi dimana terlalu banyak orang yang saling berdekatan dalam jarak yang tidak diinginkan, tujuan yang terhambat oleh kehadiran orang-orang yang terlalu banyak, kondisi ruangan yang semakin sempit karena banyaknya orang dapat menyebabkan gangguan secara fisik dan ketidaknyamanan. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hendra pada tahun 2014 yaitu penelitian mengenai *crowding* dan agresivitas pada remaja di kawasan padat penduduk di kota Bengkulu, hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah bahwa terdapat hubungan yang positif antara persepsi tentang *crowding* dan perilaku agresi (berarti) semakin tinggi persepsi tentang *crowding* maka semakin tinggi juga perilaku agresi.

Perilaku agresi yang muncul karena kesesakan juga dijelaskan oleh (Qualls & Zarit, 2005), penelitiannya tentang kesesakan dan perilaku agresif di penjara ingin menjelaskan hubungan antara *personal space* dengan kesesakan untuk melihat faktor yang menghubungkan antara kesesakan dengan perilaku agresif. Seseorang yang memiliki pengalaman akan kesesakan terhadap situasi tertentu akan cenderung mudah dalam mempersepsikan suatu kejadian dengan perilaku agresif.

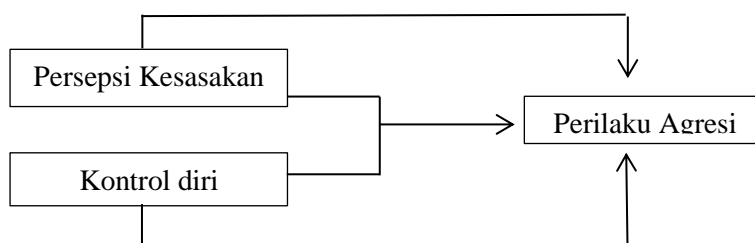
Selain persepsi kesesakan, salah satu faktor yang menyebabkan perilaku agresi adalah faktor kepribadian yaitu kontrol diri. Menurut (Qualls & Zarit, 2005) mendefinisikan kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Jika remaja memiliki kontrol diri yang rendah maka pada saat mengalami kesesakan akan lebih mudah

melakukan perilaku agresi. Hal tersebut dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh (Ramadani et al., 2018), yang mendapatkan hasil yaitu terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self control* dengan perilaku agresivitas siswa, yang artinya semakin tinggi *self control* yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah perilaku agresifnya yang dilakukan dan sebaliknya semakin rendah *self control* yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi pula perilaku agresinya.

Sesuai dengan penjelasan di atas perilaku agresif pada remaja yang tinggal di pondok pesantren dipengaruhi oleh persepsi kesesakan dan kontrol diri. Remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu mengendalikan perilaku agresinya pada saat mengalami persepsi kesesakan dan sebaliknya remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah akan sulit mengontrol perilaku agresinya.

F. Kerangka Berfikir

Berikut merupakan mekanisme hubungan antara persepsi kesesakan dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren:



Bagan Hubungan Persepsi Kesesakan dan Kontrol Diri dengan perilaku Agresi pada Remaja yang tinggal di Pondok Pesantren

Remaja adalah masa seorang individu mengalami masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja yang biasa disebut sebagai usia bermasalah dimana remaja cenderung menjadi agresif karena dalam kondisi emosi yang tidak stabil. Agresivitas merupakan perilaku yang diarahkan untuk melukai orang lain dengan upaya untuk mempertahankan diri ataupun menghindari tindakan yang menghambat.

Perilaku agresif adalah suatu tindakan yang cenderung memiliki keinginan untuk selalu menyerang kepada sesuatu yang dipandang sebagai hal atau situasi yang mengacau, menghalangi atau menghambat (Shao et al., 2014). Secara teori, terjadinya tindakan agresif karena seseorang tidak bisa mengendalikan emosi yang ada dalam dirinya, sikap agresif yang dipicu oleh rasa marah dan dendam akan sangat mudah muncul.

Dalam hal ini terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku agresi yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Yang pertama yaitu faktor eksternal persepsi kesesakan. Menurut (Taylor et al., 2009) mengungkapkan bahwa kesesakan merupakan perasaan sempit dan tidak memiliki cukup ruang yang bersifat subjektif atau rasa sesak adalah keadaan psikologis yang menekankan dan tidak menyenangkan, yang dikaitkan dengan keinginan untuk memperoleh lebih banyak ruang dari pada yang telah diperoleh.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Lawrence & Andrews, 2004), penelitiannya tentang kesesakan dan perilaku agresif di penjara yang ingin menjelaskan hubungan antara *personal space* dengan kesesakan untuk melihat

faktor yang menghubungkan antara kesesakan dengan perilaku agresif. Seseorang yang yang memiliki pengalaman akan kesesakan terhadap situasi tertentu akan cenderung mudah dalam mempersepsikan suatu kejadian dengan perilaku agresif. Artinya semakin tinggi seseorang mengalami kesesakan maka semakin tinggi juga seseorang tersebut berperilaku agresif.

Selain persepsi kesesakan terdapat faktor internal yang mempengaruhi seseorang berperilaku agresif yaitu kontrol diri. Menurut (Tangney et al., 2004) kontrol diri merupakan pusat dari konsep pengendalian diri individu yaitu kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah tanggapan batin seseorang, serta untuk menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari tindakan tersebut. Menurut penelitian yang dilakukan (Denson et al., 2011) menunjukkan bahwa pengendalian diri dapat berkontribusi untuk mengurangi kerugian psikologis, ekonomi, fisik, dan sosial yang terkait dengan agresi yang tidak terkontrol. Artinya individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung untuk bertindak impulsif karena kurang menekankan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan. Sehingga individu dengan tingkat pengendalian diri yang rendah akan memungkinkan seseorang untuk berperilaku agresif.

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berfikir maka hipotesis yang akan diuji hubungannya dalam penelitian adalah ada atau tidaknya hubungan persepsi kesesakan dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. Hal ini berarti semakin tinggi persepsi kesesakan serta semakin rendahnya kontrol diri maka semakin tinggi pula

perilaku agresi yang akan muncul dari remaja yang tinggal di pondok pesantren dan begitupun sebaliknya.

G. Hipotesis

1. Ada hubungan antara persepsi kesesakan dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja yang tinggal dipondok pesantren.
2. Ada hubungan antara persepsi kesesakan terhadap perilaku agresi pada remaja yang tinggal dipondok pesantren.
3. Ada hubungan antara kontrol diri terhadap perilaku agresi pada remaja yang tinggal dipondok pesantren.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, M. I. (1989). *Manhaj Fakhr al-Razi fi al-Tafsir bayna Manahij Mu'asiriyyah*. Hafiz al-Badry.
- Afandi, D., Chandra, F., Novitasari, D., Widjaja, I. R., & Kurniawan, L. (2009). Tingkat penyalahgunaan obat dan faktor risiko di kalangan Siswa Sekolah Menengah Umum. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 59(6), 266–271.
- Agung, I. (2012). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas bagi Guru*. Bestari Buana Murni.
- Al-Bukhari, & Ismail, A. A. M. bin. (2011). *Ensiklopedia Hadits; Shahih al-Bukhari 1, Terj. Masyhar dan Muhammad Suhadi*. Cet. I Almahira.
- Al-Mahally, Imam, J., & As-suyutti, I. J. (1990). *Tafsir Jalalain Berikut Asbab An-nujulnya, Jilid I Bandung, : Sinar Baru, .*
- Atkinson. (2000). *Pengantar Psikologi Edisi Kesebelas Jilid II*. Interaksara.
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi 2*.
- Baron, & Byrne. (2005). *Psikologi Sosial. Jilid 2. Edisi Kesepuluh . Alih Bahasa (Ratna Djuwita (ed.))*. Erlangga.
- Berkowitz, L. (2006). *Emotional Behavior: Mengenal Perilaku dan Tindak Kekerasan di Lingkungan Sekitar Kita (Terjemahan oleh Susiatni)*. PPM Anggota IKAPI.
- 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>
- Calhoun, J. F. (1995). & Acocella, JR (1990). *Psychology of Adjustment and Human Relationships*.
- Denson, T. F., Capper, M. M., Oaten, M., Friese, M., & Schofield, T. P. (2011). Self-control training decreases aggression in response to provocation in aggressive individuals. *Journal of Research in Personality*, 45(2), 252–256.
- Freud, S. (1979). *Memperkenalkan Psikoanalisa. Terjemahan Bertens*. gramedia.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, S. R. (2012). *Gaya Belajar: Kajian Teoretik*. Pustaka Belajar.
- Gifford-Smith, M. E., & Brownell, C. A. (2003). Childhood peer relationships: Social acceptance, friendships, and peer networks. *Journal of School Psychology*, 41(4), 235–284.
- Goldfried, M. R., & Merbaum, M. (1973). *Behavior change through self-control*. Holt, Rinehart & Winston.
- Gottfredson, M. R., & Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Stanford

University Press.

- Grasmick, H. G., Kinsey, K., & Cochran, J. K. (1991). Denomination, religiosity and compliance with the law: A study of adults. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 99–107.
- Halim, D. K. (2008). *Psikologi Lingkungan Perkotaan*. Bumi Aksara.
- Hanafiah, Y. (2020). Madrasah Diniyah: Antara Realitas, Political Will, dan Political Action. *Al Fahim*, II(1), 35–61.
- Hanurawan, F. (2010). *Psikologi Sosial Suatu Pengantar*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan*.
- Jaelani, A. Q. (2019). *Jangan marah, kamu akan masuk surga*. al-manhaj.or.id: <https://almanhaj.or.id/12160-jangan-marah-kamuakan-masuk-surga-2.html>
- Kartono, K. (2014). *Patologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*. Rajawali Pers.
- Keats, D., & Schmidt, J. P. (2007). The genesis and emergence of Education 3.0 in higher education and its potential for Africa. *First Monday*, 12(3), 3–5.
- Krahé, B. (2014). Restoring the spirit of fair play in the debate about violent video games. *European Psychologist*.
- Lawrence, C., & Andrews, K. (2004). The influence of perceived prison crowding on male inmates' perception of aggressive events. *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, 30(4), 273–283.
- Longo, D. L., Fauci, A., Kasper, D., Hauser, S., Jameson, J. L., & Loscalzo, J. (2012). Hypertensive vascular disease. *Harrison's Principles of Internal Medicine. USA: McGraw-Hill Companies Inc.*
- Moon, M., & Holahan, J. (1992). Can states take the lead in health care reform? *JAMA*, 268(12), 1588–1594.
- Myers, D. G. (2010). *Social psychology* (9th ed.). McGraw Hill.
- Netrasari, E. (2015). *Studi Kasus Perilaku Agresif di Pondok Pesantren*. April.
- Nikmaha, K., Matulesy, A., & Rinib, R. A. P. (2020). Hubungan antara kesesakan (crowding) dan kontrol diri dengan kecenderungan agresi verbal di perkampungan padat penduduk di Surabaya. *Jurnal Fenomena*, 29(1), 9–18. <https://doi.org/10.30996/fn.v29i1.3379>
- Permatasari, P. N. (2016). *Hubungan antara kontrol diri dan perilaku agresi pada remaja*.
- Qualls, S. H., & Zarit, S. H. (2005). *Wiley series in clinical geropsychology. Aging families and caregiving*. John Wiley & Sons, Inc.
- Rahayu, N., Rina, O., & Mulia Marita, L. (2019). *HUBUNGAN ANTARA CROWDING DENGAN PERILAKU AGRESI PADA REMAJA YANG TINGGAL DI RUMAH SUSUN KELURAHAN 23 ILIR PALEMBANG*. Universitas Bina Darma.

- Ramadani, V. K. (2018). Hubungan Antara Self-Control Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas Xi Ips Sma Negeri 6 Metro Tahun Ajaran 2018 / 2019. (*Skripsi*), 2.
- Ramadani, V. K., Yusmansyah, Y., & Widiastuti, R. (2018). Hubungan Antara Self Control Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XI IPS. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 6(3).
- Santrock, J. W. (2012a). *Life-Span Development Edisi 13 Jilid 2 - Perkembangan Masa Hidup* (Wisnu Chandra Kristiaji (ed.); 13th ed.). Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012b). *Perkembangan Masa-Hidup* (Wisnu Chandra Kristiaji (ed.); 13th ed.). Erlangga.
- Sanusi, U. (2012). Pendidikan Kemandirian di Pondok Pesantren Study Mengenai Realitas Kemandirian Santri di Pondok Pesantren Al Istiqlal Cianjur dan Pondok Pesantren Bahrul Ulum Tasikmalaya. *Jurnal Pendidikan Agama Islam X*, 2.
- Sapi' i, I. (2019). *HUBUNGAN ANTARA BUDAYA PESANTREN DAN KONTROL DIRI DENGAN AGRESIVITAS SANTRI PADA PONDOK PESANTREN*.
- Sari, D. K. (2017). *HUBUNGAN ANTARA KESESAKAN DENGAN AGRESIVITAS PADA REMAJA YANG TINGGAL DI KAWASAN TAMBAK LOROK SEMARANG*. Universitas Diponegoro.
- Sarwono, S. (2011). *Psikologi Remaja*. PT Raja Grafindo.
- Shao, A., Liang, L., Yuan, C., & Bian, Y. (2014). A latent class analysis of bullies, victims and aggressive victims in Chinese adolescence: relations with social and school adjustments. *PloS One*, 9(4), e95290.
- Singgih, D. G. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT. BPK Gunung Mulia.
- Sudaryono. (2017a). *Metodelogi Penelitian*.
- Sudaryono. (2017b). *Metodologi Penelitian*. Rajawali Press.
- Sugiyono. (2015). *Metode Kuantitatif Kualitatif*.
- Sujarweni, V. W., & Endrayanto, P. . (2012). *Statistika untuk Penelitian*. Graha Ilmu.
- 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.
- Tavakolizadeh, J., & Karimpour, F. (2014). The relationship between self-control and car accidents. *Razavi International Journal of Medicine*, 2(4), 1–6.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears., D. O. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Kencana Prenada Media Group.
- Ubaidillah, M. A. (2017). *Hubungan kontrol diri dengan agresivitas santri baru Pondok Pesantren Ilmu Al-Qur'an Singosari Malang*. Universitas Islam

Negeri Maulana Malik Ibrahim.

Willis, S. S. (2011). *Konseling Individual, Teori dan Praktek*. Alfabeta.