



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 4 Tahun 2024 Page 14318-14335

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Peran Regulasi Emosi, Konformitas Teman Sebaya Dan *Self-Compassion* Terhadap Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya

Wiwid Dyah Anindita^{1✉}, Nina Zulida Situmorang², Purwadi³

Universitas Ahmad Dahlan

Email: wiwiddyah.wd@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran regulasi emosi, konformitas teman sebaya dan *self-compassion* terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP. Siswa kelas VIII SMP Negeri X Sungai Raya berjumlah 200 orang yang dijadikan sebagai subjek penelitian. *Purposive sampling*, yaitu metode pemilihan sampel dengan pertimbangan tertentu, merupakan pendekatan yang digunakan dalam proses pengambilan sampel. Skala perilaku agresif, skala regulasi emosi, skala konformitas teman sebaya, dan skala *self-compassion* adalah beberapa instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran regulasi emosi, konformitas, dan *self-compassion* terhadap perilaku agresif diperoleh nilai F sebesar 45,904 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa adanya peran yang sangat signifikan regulasi emosi, konformitas, dan *self-compassion* terhadap perilaku agresif. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima berdasarkan temuan ini. Hal ini menunjukkan bahwa *self-compassion*, konformitas, dan regulasi emosi mempunyai dampak negatif yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII. Sumbangan efektif pengendalian emosi terhadap perilaku agresif sebesar 6,848% menunjukkan adanya hubungan negatif antara keduanya. Konformitas memiliki peran yang positif terhadap perilaku agresif, sumbangan efektif konformitas terhadap perilaku agresif sebesar 3,36%. Sedangkan *self-compassion* memiliki peran yang negatif terhadap perilaku agresif, sumbangan efektif *self-compassion* terhadap perilaku agresif sebesar 31,016%. Temuan ini mendukung kesimpulan bahwa setiap hipotesis peneliti diterima.

Kata Kunci: *Konformitas, Perilaku Agresif, Regulasi Emosi, Self-compassion*

Abstract

The purpose of this study was to determine the role of emotion regulation, peer conformity and self-compassion on aggressive behavior in class VIII junior high school students. The subjects of this study were students of class VIII SMP Negeri X Sungai Raya with a total subject of 200 students. The sampling technique used purposive sampling technique, a sampling technique with certain considerations. Data collection tools are aggressive behavior scale, emotion regulation scale, peer conformity scale, and self-compassion scale. The results showed that the role of emotion regulation, conformity, and self-compassion on aggressive behavior obtained an F value of 45.904 with a significance level of 0.000 ($p < 0.01$) which indicates that there is a very significant role emotion regulation, conformity, and self-control. compassion for aggressive behavior. Based on these results, the hypothesis proposed in this study is accepted. This means that there is a very significant negative role between, emotion regulation, peer conformity, and self-compassion on aggressive behavior in class VIII students. Emotional regulation has a negative role on aggressive behavior, the effective contribution of emotion regulation on aggressive behavior is 6.848%. Conformity has a positive role on aggressive behavior, the effective contribution of conformity to aggressive behavior is 3.36%. While self-compassion has a negative role on aggressive behavior, the effective contribution of self-compassion on aggressive behavior is 31.016%. Based on these results, it can be concluded that all hypotheses proposed by the researcher are accepted.

Keywords: Aggressive Behavior, Emotion Regulation, Peer Conformity, Self-compassion

PENDAHULUAN

Perilaku agresif yang terjadi di Indonesia semakin hari terus meningkat. Kekerasan yang terjadi berupa kekerasan secara verbal maupun non verbal yang terjadi tidak hanya di masyarakat, lingkungan keluarga dan sekolah juga tidak luput dari tindakan kekerasan. Kekerasan yang terjadi tidak hanya dilakukan oleh kelompok usia tertentu, namun dari berbagai kelompok usia baik dewasa maupun remaja. Kekerasan yang terjadi di kota Pontianak yang melibatkan 12 pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan seorang pelajar Sekolah Menengah Pertama (SMP). Perkelahian dipicu oleh kemarahan salah satu pelaku terhadap korban karena korban yang sering mem-*bully* pelaku di media sosial (Hayat, 2019). Tindak kekerasan merupakan salah satu perilaku agresif. Hasil penelitian Kasimova dan Biktagirova (2016) tentang perilaku agresif pada remaja berusia 14-15 tahun, menyatakan bahwa dari 30 subjek 50% teridentifikasi memiliki kecenderungan agresi fisik, 60% juga memiliki kecenderungan agresi tidak langsung, dan 86,6% dari subjek memiliki kecenderungan agresi verbal. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Enopadria, Neherta

dan Fernandes (2018) juga mengungkapkan bahwa 5,7% remaja awal, 91,7% remaja tengah, dan 2,6% remaja akhir pernah melakukan agresivitas.

Berdasarkan temuan wawancara yang peneliti lakukan terhadap dua orang guru BK pada tanggal 2 Maret 2020, perilaku kekerasan siswa terjadi baik di dalam maupun di luar kelas. Siswa sering kali melakukan perilaku agresif yang tidak hanya bersifat vokal, seperti menggoda, mengumpat, dan menggunakan bahasa kotor, tetapi juga sering kali berbentuk perilaku nonverbal. Banyak contoh siswa kelas VIII dan IX yang bertindak agresif. Siswa yang melakukan perilaku agresif meliputi mereka yang berkata tidak sopan seperti saling berbicara kotor/kasar, memaki, pemalakan, berteriak, memukul, merusak sarana dan prasarana sekolah, mencoret meja kursi dan dinding kelas, dan terlibat perkelahian baik antar kelas maupun teman sekelas.

Berdasarkan catatan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), terdapat 127 insiden kekerasan fisik, psikis, dan seksual yang dilakukan di sekolah-sekolah di Indonesia antara Januari hingga Oktober 2019. Berbagai provinsi, antara lain Daerah Istimewa Yogyakarta, Banten, Sumatera Utara, Selatan Kalimantan, Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Barat, Sulawesi Selatan, dan Sulawesi Utara merupakan provinsi yg terkena kasus kekerasan (Bunga & Wibowo, 2019).

Baron dan Byrne (2012) mengatakan bahwa tindakan menyakiti orang lain dengan sengaja merupakan definisi dari perilaku agresif. Tindakan agresi adalah ketika seseorang melakukan sesuatu dengan maksud untuk menyakiti atau merusak orang lain yang tidak ingin tindakan tersebut terjadi.

Santrock (2012), mengatakan bahwa remaja memiliki sifat yang lebih agresif, memiliki emosi yang kurang stabil, dan belum mampu menahan dorongan-dorongan dari nafsu pribadinya. Remaja yang sedang menuju masa dewasa dan sedang mengalami pubertas akan mendapat banyak pengaruh dari lingkungan sekitar yang akan membawa remaja tersebut terbawa oleh pengaruh-pengaruh dari lingkungan tersebut. Pengaruh dari lingkungan tersebut mengakibatkan remaja tidak mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang cenderung akan membawa remaja tersebut untuk melakukan perilaku-perilaku yang menyimpang, seperti perilaku agresif yang dapat merugikan lingkungan sekitar, orang lain maupun diri sendiri.

Perkelahian antar pelajar yang terjadi di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri A Pontianak melibatkan seorang siswa yang mengalami penganiayaan oleh teman-teman di kelasnya. Siswa tersebut diduga mengalami penganiayaan dengan cara kepalanya ditutup menggunakan tas kemudian dipukuli beramai-ramai oleh teman-teman di kelasnya. Korban mengalami beberapa luka memar di bagian rusuk dan bahu bagian atas (Panca, 2018). Perilaku agresif siswa yang juga terjadi di kota Pontianak pada hari Minggu dini hari (1/03/2020) sejumlah siswa Sekolah Dasar (SD) dan siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Perilaku agresif yang terjadi adalah tawuran antar remaja, bahkan satu bilah parang diamankan dari salah satu di antara mereka (Jumasani & Wahidin, 2020). Beberapa fakta tersebut menunjukkan bahwa adanya tingkat perilaku agresif yang cukup tinggi dikalangan pelajar di kota Pontianak.

Menurut Myers (2012) terdapat beberapa faktor eksternal yang dapat mempengaruhi perilaku agresif misalnya faktor kelompok, keluarga, pengaruh media, pengaruh biokimia, dan peristiwa yang tidak menyenangkan. Regulasi emosi merupakan salah satu faktor internal kepribadian yang mempengaruhi perilaku agresif.

Regulasi emosi adalah proses di mana setiap orang membentuk perasaannya sendiri dan memahami cara mengkomunikasikannya (Gross, 2014). Greenberg (2015) mengatakan bahwa Kapasitas untuk mengenali, menghadapi, mengendalikan, dan mengkomunikasikan perasaan yang dapat diterima untuk mencapai keseimbangan emosional dikenal sebagai regulasi emosional. Suasana hati seseorang dan kemampuannya mengatur emosi saling berkaitan. Regulasi emosi merupakan pengertian yang cukup luas yang mencakup perilaku, proses kognitif, kesadaran psikologis dan ketidaksadaran.

Remaja yang mengalami kehidupan di luar keluarga kemungkinan besar akan membentuk kelompok teman sebaya, yang dapat membentuk suatu norma yang diterima oleh seluruh anggota kelompok. Remaja kemudian akan menyesuaikan perilaku mereka agar sesuai dengan norma ini agar tidak membuat marah siapa pun, sebuah fenomena yang dikenal sebagai konformitas (Monks, Knoers, & Haditono, 2014). Konformitas adalah hasil dari norma-norma dalam lingkungan sosial yang dimaksudkan untuk diikuti dan mempunyai kekuatan untuk mengubah perilaku anggota kelompok (Baron & Byrne, 2012).

Kartono (2014) menyebutkan bahwa Kecenderungan remaja untuk melakukan kenakalan mungkin berasal dari kebutuhan mereka untuk menyesuaikan diri dengan teman sebayanya.

Remaja yang bergabung dalam kelompok sebaya akan diberikan status sosial, pengakuan, rasa hormat, dan martabat jika mereka tetap setia dan mengikuti aturan organisasi. Kontak remaja dengan teman sebayanya dapat mempengaruhi sikap dan tingkah lakunya baik positif maupun negatif. Santrock (2012) mengatakan bahwa Individu akan menjadi lebih konformis pada masa remaja karena remaja lebih banyak menghabiskan waktu bermain atau bersekolah dengan teman sebayanya, hal ini menyebabkan remaja mengalami perubahan dalam perilaku atau ucapannya. Remaja yang memiliki ketakutan yang sangat besar akan penolakan mungkin menjadi tidak stabil secara emosional dan bersedia melakukan apa saja untuk mendapatkan penerimaan dari teman-temannya, tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjang dari tindakan mereka (Monks, Knoers, & Haditono, 2014).

Remaja yang mengikuti kelompok teman sebayanya lebih memilih untuk berpartisipasi dalam semua aktivitas kelompok, termasuk terlibat dalam perilaku agresif, meskipun hal tersebut bertentangan dengan cita-cita internal dan pribadi individu. Menurut penelitian Wilujeng dan Budiani (2012), perilaku agresif remaja dipengaruhi oleh konformitas teman sebayanya karena remaja tersebut takut akan penolakan dari kelompoknya.

Thohar (2017) mengatakan bahwa regulasi emosi dapat mempengaruhi perilaku agresif. Respon emosional yang jelas, pemahaman, dan kesadaran diperlukan untuk regulasi emosi yang efektif. Saputro dan Suharto (2012) menyebutkan bahwa Karena kelompok teman sebaya menuntut remaja untuk mampu beradaptasi dengan seluruh komponen kelompoknya, maka pengaruh teman sebaya mempunyai implikasi yang lebih besar dibandingkan pengaruh keluarga.

Semua tindakan kekerasan berasal dari perasaan negatif yang disebabkan oleh pertemuan dan kejadian tertentu. Neff (2012) mengatakan bahwa telah dibuktikan bahwa *self-compassion* mempengaruhi kebijaksanaan dan kecerdasan emosional, menurunkan kecemasan dan kesedihan, serta berkaitan dengan fungsi adaptif psikologis seseorang. Neff (2012) mengatakan bahwa sikap menyayangi diri sendiri lebih bermanfaat ketika menghadapi tantangan dan penderitaan hidup. Menurut Neff, Kirkpatrick, dan Rude (2007), mereka yang memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi juga lebih mampu menerima diri mereka apa adanya dan merasa nyaman dalam situasi sosial.

Bloch (2018) mengatakan bahwa *self-compassion* memiliki korelasi yang kuat dengan interaksi sosial yang lebih positif. Hal ini memungkinkan orang untuk lebih fokus pada orang

lain ketika mereka berada dalam situasi sosial. Neff (2012) menyebutkan *self-compassion* memungkinkan orang memperlakukan orang lain dan diri mereka sendiri dengan kebaikan dan menerima bahwa setiap orang melakukan kesalahan. Ini membantu orang berhenti mengkhawatirkan kesalahan mereka sendiri.

METODE PENELITIAN

Populasi penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya yang berjumlah 320 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Pengambilan sampel penelitian dilakukan kepada kelas VIII A, B, C, D, E, dan F. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2021 sampai dengan tanggal 2 Februari 2021. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 3 Sungai Raya. Peneliti memberikan empat skala penelitian yaitu 16 aitem skala perilaku agresif, 15 aitem skala regulasi emosi, 15 aitem skala konformitas dan 18 aitem skala *self-compassion*. Pelaksanaan penelitian dilakukan secara daring dengan menggunakan fasilitas *google form*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini memiliki empat alternatif jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favourable* dan pernyataan *unfavourable*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskriptif data penelitian

Tabel 2. Deskripsi data penelitian

Variabel	Jumlah Aitem	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
		Min	Maks	Mean	SD	Min	Maks	Mean	SD
Perilaku Agresif	16	22	58	37,03	6,555	16	64	40	8
Konformitas	15	26	52	42,05	3,995	15	60	37,5	7,5
<i>Self-compassion</i>	18	28	71	52,62	10,357	18	72	45	9
Regulasi Emosi	15	30	56	43,62	4,301	15	60	37,5	7,5

Keterangan :

Perhitungan skor hipotetik

1. Skor Minimal (Min)

= Jumlah butir skala x nilai terendah bobot pilihan jawaban

2. Skor Maksimal (Maks)

= Jumlah butir skala x nilai tertinggi bobot pilihan jawaban

3. Rerata Hipotetik (Mean)

= (Skor maksimal + skor minimal) : 2

4. Standar Deviasi (SD)

= (Skor maks – skor min) : 6

Berdasarkan deskripsi di atas, maka dapat dilakukan suatu pengkategorisasian pada keempat variabel penelitian. Kategori yang akan digunakan adalah kategori jenjang berdasarkan mean hipotetik. Norma kategorisasi dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Norma Kategorisasi

Norma	Kategorisasi
$X < (M - 1,0 SD)$	Rendah
$(M - 1,0 SD) \leq X < (M + 1,0 SD)$	Sedang
$X \geq (M + 1,0 SD)$	Tinggi

Kategori tersebut berdasarkan mean hipotetik dan standar hipotetik pada masing-masing variabel yang dapat dilihat pada tabel 4, 5, 6, dan 7 sebagai berikut:

Tabel 4. Kategorisasi skor perilaku agresif

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategorisasi
Perilaku agresif	$X < 32$	41	20,5 %	Rendah
	$32 \leq X < 48$	146	73 %	Sedang
	$X \geq 48$	13	6,5 %	Tinggi

Berdasarkan kategorisasi skor hipotetik perilaku agresif dapat diketahui bahwa dari 200 subjek penelitian ditemukan bahwa 20,5% dari subjek memiliki perilaku agresif pada kategori rendah, 73% subjek penelitian memiliki perilaku agresif pada kategori sedang, dan 6,5% subjek penelitian memiliki perilaku agresif pada kategori tinggi. Kategorisasi skor regulasi emosi dapat dilihat dari tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Kategorisasi skor regulasi emosi

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategorisasi
Regulasi emosi	$X < 30$	-	0 %	Rendah
	$30 \leq X < 45$	116	58 %	Sedang
	$X \geq 45$	84	42 %	Tinggi

Berdasarkan kategorisasi skor hipotetik regulasi emosi dapat diketahui bahwa dari 200 subjek penelitian terdapat 0% dari subjek penelitian memiliki regulasi emosi yang berada pada kategori rendah, 58% subjek penelitian memiliki regulasi emosi yang berada pada kategori sedang, dan 42% subjek penelitian memiliki regulasi emosi yang berada pada kategori tinggi. Kategorisasi skor konformitas dapat dilihat dari tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Kategorisasi skor konformitas

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategorisasi
Konformitas	$X < 30$	1	0,5 %	Rendah
	$30 \leq X < 45$	146	73 %	Sedang
	$X \geq 45$	53	26,5 %	Tinggi

Berdasarkan kategorisasi skor hipotetik konformitas dapat diketahui bahwa dari 200 subjek penelitian terdapat 0,5% dari subjek penelitian memiliki konformitas yang berada pada kategori rendah 73% subjek penelitian memiliki konformitas yang berada pada kategori sedang, dan 26,5% subjek penelitian memiliki konformitas yang berada pada kategori tinggi. Kategorisasi skor *self-compassion* dapat dilihat dari tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Kategorisasi skor self-compassion

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategorisasi
<i>Self-compassion</i>	$X < 36$	10	5 %	Rendah
	$36 \leq X < 54$	88	44 %	Sedang
	$X \geq 54$	102	51 %	Tinggi

Berdasarkan kategorisasi skor hipotetik *self-compassion* dapat diketahui bahwa dari 200 subjek penelitian terdapat 5% dari subjek penelitian memiliki *self-compassion* yang berada pada kategori rendah, 44% subjek penelitian memiliki *self-compassion* yang berada pada kategori sedang, dan 51% subjek penelitian memiliki *self-compassion* yang berada pada kategori tinggi.

Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Tabel 8. Hasil uji normalitas sebaran

Variabel	Skor K-SZ	Sig.	Kaidah	Keterangan
Perilaku Agresif	1,033	0,236	$P > 0,05$	Normal

Regulasi Emosi	1,083	0,191	P > 0,05	Normal
Konformitas	0,983	0,289	P > 0,05	Normal
<i>Self-Compassion</i>	1,058	0,213	P > 0,05	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas dapat dilihat bahwa variabel perilaku agresif memiliki nilai $KS-Z = 1,033$ dengan nilai $p = 0,236$ ($p > 0,05$) sehingga dapat dikatakan bahwa variabel perilaku agresif memiliki sebaran yang normal, variabel regulasi emosi memiliki nilai $KS-Z = 1,083$ dengan nilai $p = 0,191$ ($p > 0,05$) sehingga dapat dikatakan bahwa variabel regulasi emosi memiliki sebaran yang normal, sebaran skor variabel konformitas memiliki nilai $KS-Z = 0,983$ dengan nilai $p = 0,289$ ($p > 0,05$) sehingga dapat dikatakan bahwa variabel konformitas memiliki sebaran yang normal, serta sebaran skor variabel *self-compassion* memiliki nilai $KS-Z = 1,058$ dengan nilai $p = 0,213$ ($p > 0,05$) sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *self-compassion* memiliki sebaran yang normal. Berdasarkan hasil uji normalitas di atas maka dapat disimpulkan bahwa masing-masing variabel penelitian memiliki sebaran data yang terdistribusi secara normal.

b. Uji linearitas

Tabel 9. Hasil uji linieritas perilaku agresif dengan regulasi emosi

Variabel	Linearity		Deviation from Linearity		Keterangan
	F	Sig (p)	F	Sig (p)	
	Perilaku Agresif dengan Regulasi Emosi	19,716	0,000	0,879	

Berdasarkan hasil analisis uji linieritas pada tabel di atas menunjukkan hasil taraf signifikansi p (F *linearity*) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan taraf signifikansi p (*deviation from linearity*) sebesar 0,622 ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara perilaku agresif dengan regulasi emosi adalah linear. Hasil uji linieritas perilaku agresif dengan konformitas dapat dilihat dari tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Hasil uji linieritas perilaku agresif dengan konformitas

Variabel	Linearity		Deviation from Linearity		Keterangan
	F	Sig (p)	F	Sig (p)	
Perilaku Agresif dengan Konformitas	7,658	0,006	1,128	0,326	Linier

Berdasarkan hasil analisis uji linieritas pada tabel di atas menunjukkan hasil taraf signifikansi p (F *linearity*) sebesar 0,006 ($p < 0,05$) dan taraf signifikansi p (*deviation from linearity*) sebesar 0,326 ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara perilaku agresif dengan konformitas adalah linear. Hasil uji linieritas perilaku agresif dengan *self-compassion* dapat dilihat dari tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Hasil uji linieritas perilaku agresif dengan *self-compassion*

Variabel	Linearity		Deviation from Linearity		Keterangan
	F	Sig (p)	F	Sig (p)	
Perilaku Agresif dengan <i>Self-Compassion</i>	105,348	0,000	1,160	0,259	Linier

Berdasarkan hasil analisis uji linieritas pada tabel di atas menunjukkan hasil taraf signifikansi p (F *linearity*) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan taraf signifikansi p (*deviation from linearity*) sebesar 0,259 ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara perilaku agresif dengan *self-compassion* adalah linear.

c. Uji multikolinieritas

Tabel 12. Hasil uji multikolinieritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Regulasi Emosi	0,960 ($p > 0,1$)	1,041 ($p < 10$)	Tidak ada multikolinieritas
Konformitas	0,985 ($p > 0,1$)	1,015 ($p < 10$)	Tidak ada multikolinieritas
<i>Self-Compassion</i>	0,963 ($p > 0,1$)	1,038 ($p < 10$)	Tidak ada multikolinieritas

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas di atas dapat dilihat bahwa variabel regulasi emosi memiliki nilai VIF sebesar 1,041 (< 10) dengan nilai *tolerance* sebesar 0,960 ($> 0,1$), konformitas memiliki nilai VIF sebesar 1,015 (< 10) dengan nilai *tolerance* sebesar 0,985 ($> 0,1$), dan *self-compassion* memiliki nilai VIF sebesar 1,038 (< 10) dengan nilai *tolerance* sebesar 0,963 ($> 0,1$) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi hubungan multikolinieritas antara variabel regulasi emosi, konformitas, dan *self-compassion*.

Uji hipotesis

Tabel 13. Hasil analisis regresi berganda

R	R square	Change Statistic	
		F change	Sig F change
0,642	0,413	45,904	0,000

- a. Berdasarkan hasil analisis regresi berganda, peran regulasi emosi, konformitas, dan *self-compassion* terhadap perilaku agresif diperoleh nilai F sebesar 45,904 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa regulasi emosi, konformitas, dan *self-compassion* memiliki peran yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, artinya terdapat peran regulasi emosi, konformitas, dan *self-compassion* secara bersama-sama terhadap perilaku agresif siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya.

Tabel 14. Tabel peran variabel penelitian

Model	Beta	t	Sig.	Zero Order	Sumbangan Efektif
(Constant)		10.964	.000		
Regulasi emosi	-.226	-4.052	.000	-.303	6.848%
Konformitas	.175	3.177	.002	.192	3.36%
<i>Self compassion</i>	-.532	-9.544	.000	-.583	31.016%

Keterangan:

SE = Beta x Zero Order x 100%

SE : Sumbangan efektif

Beta : Nilai koefisien standar

Zero Order (r) : Nilai korelasi

- b. Hipotesis kedua adalah untuk mengetahui peran regulasi emosi terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya. Berdasarkan hasil analisis regresi berganda nilai peran t adalah sebesar -4,052 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), maka regulasi emosi memiliki peran yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif. Peran yang ditunjukkan memiliki arah negatif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi

regulasi emosi maka perilaku agresif yang muncul akan semakin rendah. Sumbangan efektif regulasi emosi terhadap perilaku agresif sebesar 6,848%. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Artinya terdapat peran negatif yang sangat signifikan antara regulasi emosi terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya.

- c. Hipotesis ketiga adalah untuk mengetahui peran konformitas terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya. Berdasarkan hasil analisis regresi berganda nilai peran t sebesar 3,177 dengan taraf signifikansi 0,002 ($p < 0,01$), maka konformitas memiliki peran yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif. Peran yang ditunjukkan memiliki arah positif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi konformitas teman sebaya maka perilaku agresif yang muncul akan semakin tinggi. Sumbangan efektif konformitas terhadap perilaku agresif sebesar 3,36%. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Artinya terdapat peran positif yang sangat signifikan antara konformitas terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya.
- d. Hipotesis keempat adalah untuk mengetahui peran *self-compassion* terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya. Berdasarkan hasil analisis regresi berganda nilai peran t sebesar -9,544 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), maka *self-compassion* memiliki peran yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif. Peran yang ditunjukkan memiliki arah negatif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-compassion* maka perilaku agresif yang muncul akan semakin rendah. Sumbangan efektif *self-compassion* terhadap perilaku agresif sebesar 31,016%. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Artinya terdapat peran negatif yang sangat signifikan antara *self-compassion* terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda menunjukkan regulasi emosi, konformitas, dan *self-compassion* memiliki peran yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya. Berdasarkan hasil analisis regresi berganda regulasi emosi, konformitas, dan *self-compassion* terhadap perilaku agresif diperoleh nilai F sebesar 45,904 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$).

Penelitian-penelitian mengenai perilaku agresif telah banyak dilakukan dengan berbagai variabel. Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan regulasi emosi terhadap perilaku agresif menunjukkan adanya peran negatif yang sangat signifikan regulasi emosi terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya. Sumbangan efektif regulasi emosi terhadap perilaku agresif sebesar 6,848%. Penelitian Anggraini dan Desiningrum (2018) menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan intensi agresivitas verbal. Semakin tinggi regulasi emosi siswa maka semakin rendah perilaku agresif yang muncul, begitu pula sebaliknya. Penelitian Thohar (2017) menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja. Semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki oleh remaja maka semakin rendah perilaku agresif yang muncul, begitu pula sebaliknya. Penelitian Robertton, Daffern, dan Bucks (2012) menyatakan bahwa perilaku agresif pada remaja dapat diturunkan dengan regulasi emosi. Perilaku agresif yang terjadi pada remaja disebabkan oleh kurangnya keterampilan remaja dalam melakukan regulasi emosi.

Sejalan dengan pendapat Hurlock (2011) remaja cenderung memiliki emosi yang tidak stabil, hal tersebut membuat remaja kurang mampu dalam meregulasi emosi. Keterampilan regulasi emosi remaja belum sepenuhnya matang. Remaja yang memiliki kemampuan pengaturan emosi yang kuat akan mampu mengelola emosinya dan menahan diri untuk tidak bertindak berlebihan, terutama dalam situasi stres atau sulit. Hal ini akan membantu mereka berperilaku lebih bertanggung jawab. Kemampuan individu dalam regulasi emosi memiliki pengaruh terhadap kehidupannya di masa remaja. Bariola, Gullone dan Hudhes (2011) berpendapat bahwa kesulitan dalam regulasi emosi memberikan sumbangsih terhadap eksternalisasi perilaku pada masa kanak-kanak hingga masa remaja.

Remaja dengan kemampuan manajemen emosi yang kuat mampu mengendalikan perasaannya sendiri dan cara mereka mengekspresikannya. Remaja yang mampu mengendalikan emosinya juga lebih mampu mengendalikan perilakunya, sehingga membantu mereka menahan diri dari tindakan agresif yang dapat membahayakan orang lain atau diri sendiri. Remaja yang mampu mengendalikan emosi juga dapat mengambil keputusan dengan lebih baik.

Hasil analisis data penelitan yang telah dilakukan, konformitas teman sebaya terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya menunjukkan hasil positif

yang sangat signifikan, sehingga konformitas memiliki peran yang positif terhadap perilaku agresif. Sumbangan efektif konformitas terhadap perilaku agresif sebesar 3,36%. Penelitian Raviyoga dan Marheni (2019) mendukung hasil penelitian dengan hasil yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konformitas teman sebaya terhadap perilaku agresif pada siswa. Siswa menunjukkan konformitas karena mereka merasa perlu menyesuaikan diri dengan kelompok sosialnya. Semakin seseorang ingin menyesuaikan diri, semakin besar kemungkinannya untuk menunjukkan konformitas. Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian tersebut adalah penelitian yang dilakukan oleh Palinoan (2015) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas dan perilaku agresif. Konformitas tidak hanya menjadi faktor penyebab perilaku kekerasan, namun ada sejumlah faktor lain juga, antara lain kondisi bawaan, pola asuh orang tua, lingkungan, keluarga, dan pendidikan.

Santrock (2012) berpendapat bahwa remaja yang memiliki konformitas yang tinggi dapat menimbulkan perilaku negatif yang berupa penyerangan, memukul, melakukan pencurian, merusak fasilitas umum, meminum minuman keras, merokok, serta bermasalah dengan orang tua dan guru. Penelitian Nurtjahyo dan Matulesy (2013) menunjukkan bahwa remaja memiliki perkembangan sosial yang sangat tinggi. Penerimaan dari teman sebaya sangat dibutuhkan oleh remaja, sehingga kesepakatan kelompok sangatlah berpengaruh bagi kebutuhan sosial remaja. Hagman (2014) mengatakan bahwa perilaku agresif seorang remaja dapat diturunkan dengan cara meningkatkan kerjasama yang baik dengan teman sebaya.

Remaja sangat membutuhkan penerimaan dari teman sebayanya, sehingga menyesuaikan diri dengan perilaku teman sebaya menjadi hal yang sangat penting bagi remaja tersebut. Perilaku agresif yang muncul pada remaja sering kali terjadi karena adanya keinginan remaja untuk dapat diterima oleh teman sebayanya atau karena adanya tekanan yang menyebabkan konformitas. Remaja yang berada di bawah tekanan untuk mematuhi kesepakatan kelompok dan mengubah pemikiran mereka agar selaras dengan sudut pandang kelompok mungkin menjadi termotivasi secara agresif oleh tekanan untuk menyesuaikan diri.

Hasil penelitian variabel *self-compassion* terhadap perilaku agresif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya menunjukkan hasil yang negatif yang sangat signifikan.

Sumbangan efektif *self-compassion* terhadap perilaku agresif sebesar 31,016%. Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian tersebut adalah penelitian yang dilakukan oleh Djajadisastra (2017) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-compassion* dan perilaku agresif. Hal tersebut berarti *self-compassion* yang lebih tinggi berkaitan dengan perilaku agresif yang lebih rendah. Yarnell dan Neff (2013) mengatakan bahwa *self-compassion* juga memiliki kaitan dengan kemampuan individu dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat. Penelitian Kelley dan Lambert (2012) menemukan bahwa salah satu dimensi *self-compassion* yaitu *mindfulness*, memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan perilaku agresif di kalangan mahasiswa. Breines dan Chen (2012) berpendapat bahwa dengan meningkatkan kapasitas seseorang untuk menangani berbagai keadaan yang tidak menyenangkan, *self-compassion* dapat meningkatkan dorongan untuk menjadi lebih baik dan memungkinkan orang untuk menanggung kegagalan dan keadaan yang menantang tanpa menjadi depresi.

Remaja yang memiliki *self-compassion* di dalam dirinya akan lebih mampu dalam menghargai dirinya sendiri, ketika hal tersebut terjadi pada seorang remaja maka ia dapat terhindar dari perilaku agresif. Remaja dapat menyadari hal-hal tersebut dengan belajar memahami diri mereka sendiri ketika mereka sedang mengalami kesakitan, kegagalan, atau merasa tidak mampu dalam diri mereka dan tidak menyalahkan diri sendiri secara berlebihan. Remaja akan mulai memahami bahwa dirinya adalah manusia seutuhnya yang memiliki banyak keterbatasan dan ketidaksempurnaan.

Kelemahan dalam penelitian ini adalah keterbatasan peneliti yang tidak mengetahui keadaan subjek yang sebenarnya pada saat pengisian skala. Peneliti juga tidak dapat mengobservasi subjek penelitian yang disebabkan oleh pengisian skala yang dilakukan secara daring dengan bantuan *google form*. Pendistribusian skala di masa pandemi seperti saat ini juga menghambat peneliti dalam pengumpulan data sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama.

SIMPULAN

Perilaku agresif mengacu pada beberapa jenis perilaku yang muncul, baik secara fisik maupun verbal yang dilakukan dengan tujuan untuk menyakiti seseorang. Beberapa contoh perilaku yang termasuk dalam perilaku agresif yang terbagi menjadi perilaku agresif verbal

dan perilaku agresif non-verbal. Perilaku agresif verbal yaitu, mengancam, mencaci, menghujat, mengumpat, mengejek, dan berbagai perilaku intimidasi lainnya. Perilaku agresif non-verbal yaitu, berkelahi, memukul, tawuran, mengganggu ketertiban umum, membunuh nyawa yang tidak berdosa, dan lain-lain. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan terhadap hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Regulasi emosi, konformitas teman sebaya, dan *self-compassion* memiliki peran yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif pada siswa.
2. Regulasi emosi secara parsial memiliki peran negatif yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif pada siswa. Semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki siswa, maka semakin rendah perilaku agresif yang akan muncul. Begitu pula sebaliknya semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi perilaku agresif yang akan muncul.
3. Konformitas secara parsial memiliki peran positif yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif pada siswa. Semakin tinggi konformitas yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula perilaku agresif. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah konformitas, maka semakin rendah pula perilaku agresif yang muncul.
4. *Self-compassion* secara parsial memiliki peran negatif yang sangat signifikan terhadap perilaku agresif pada siswa. Semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki siswa, maka semakin rendah perilaku agresif yang muncul. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *self-compassion* yang dimiliki siswa maka semakin tinggi perilaku agresif pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Bariola, E., Gullone, E., & Hughes, E. K. (2011). Child and adolescent emotion regulation: The role of parental emotion regulation and expression. *Clinical child and family psychology review*, 14(2), 198-212. doi:10.1007/210567-011-0092-5
- Baron, R. A. Byrne, D. (2012). *Psikologi sosial jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Bloch, J. H. (2018). *Self-compassion, social connectedness, and interpersonal competence* [Master's thesis]. Montana (US): University of Montana.
- Breines, J. G., & Chen, S. (2012). Self-compassion increases self-improvement motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(9), 1133-1143. <https://doi.org/10.1177/0146167212445599>

- Bunga, H., & Wibowo, K. S. (2019). KPAI: Kekerasan di dunia pendidikan mencapai 127 kasus. <https://nasional.tempo.co/read/1266367/kpai-kekerasan-di-dunia-pendidikan-mencapai-127-kasus> diunduh pada 14 februari 2020.
- Djajadisastra, F. W. (2017). Self-compassion and aggression in college students. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 32(4), 235-241. <http://dx.doi.org/10.24123/aipj.v32i4.854>
- Greenberg, L. S. (2015). *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. Washington DC: American Psychological Association. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/14692-000>
- Gross, J. J. (2014). *Emotion regulation: conceptual and empirical foundations*. The Guilford Press. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsycho>
- Hagman, A. (2014). *Father-child play behaviors and child emotion regulation*. Utah: All Graduate Theses and Dissertations Utah State University.
- Hayat, N. (2019). Tujuh pelajar SMA Pontianak terkait perkelahian memberikan klarifikasi. <https://kalbar.antaranews.com/berita/380189/tujuh-pelajar-sma-pontianak-terkait-perkelahian-memberikan-klarifikasi>. Diunduh pada 27 oktober 2020.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan, Edisi kelima*. Jakarta : Erlangga.
- Jumasani, D. Y., & Wahidin. (2020). Tawuran remaja di kota pontianak, satu bilah parang diamankan. <https://pontianak.tribunnews.com/2020/03/01/video-tawuran-remaja-di-kota-pontianak-satu-bilah-parang-diamankan>. Diunduh pada 28 Oktober 2020.
- Kartono, K. (2014). *Patologi sosial jilid 2: Kenakalan remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Kasimova, R. S., & Biktagirova, G. F. (2016). Art therapy as a means of overcoming aggressiveness in adolescents. *International Electronic Journal of Mathematics Education*, 11(4), 902-910.
- Kelley, T. M., & Lambert, E. G. (2012). Mindfulness as a potential means of attenuating anger and aggression for prospective criminal justice professionals. *Mindfulness*, 3(4), 261-274. doi:10.1007/s12671-012-0090-9
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono, S.R. (2014). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya, cetakan ke 17*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

- Myers, D. G. (2012). *Psikologi sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Neff, K. D. (2012). The Science of Self-Compassion. In C. Germer, & R. Siegel (Eds.), *Compassion and Wisdom in Psychotherapy* (pp. 79-92). New York, NY: Guilford Press.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality*, 41(1), 139-154. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.03.004>
- Nurtjahyo, A., & Matulesy, A. (2013). Hubungan kematangan emosi dan konformitas terhadap agresivitas verbal. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 223-231.
- Palinoan, E. L. (2015). Pengaruh konformitas dengan agresivitas pada kelompok geng motor di Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 79-94.
- Panca. (2018). Kasus Perkelahian Antar Siswa si SMPN 9 Pontianak Berujung Damai. <http://ruai.tv/2018/10/17/kasus-perkelahian-antar-siswa-di-smpn-9-pontianak-berujung-damai/>. Diunduh pada 28 Oktober 2020.
- Raviyoga, T. T., & Marheni, A. (2019). Hubungan kematangan emosi dan konformitas teman sebaya terhadap agresivitas remaja di SMAN 3 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 44-55. <https://doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i01.p05>.
- Roberton, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). Emotion regulation and aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72-82. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2011.09.006>
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan masa-hidup, Edisi ketiga belas*. Jakarta: Erlangga.
- Saputro, B. M., & Soeharto, T. N. E. D. (2012). Hubungan antara konformitas terhadap teman sebaya dengan kecenderungan kenakalan pada remaja. *Insight*, 10(1): 1-15.
- Thohar, S. F. (2018). Regulasi Emosi Sebagai Prediktor Perilaku Agresivitas Remaja Warga Binaan LPKA. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 15(1), 29-34.
- Wilujeng, P., & Budiani, M. S. (2012) Pengaruh konformitas pada geng remaja terhadap perilaku agresi di SMK PGRI 7 Surabaya. *Jurnal Psikologi*.
- Yarnell, L. M., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion, interpersonal conflict resolutions, and wellbeing. *Self and Identity*, 12(2), 1-14. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.649545>