

**PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP AGRESIVITAS
ANGGOTA PERGURUAN SILAT
BELADIRI TANGAN KOSONG MERPATI PUTIH
DAN PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE
DI MADIUN**

SKRIPSI



Disusun Oleh :

Mikhail Mohamad

14410099

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2018

**PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP AGRESIVITAS
ANGGOTA PERGURUAN SILAT
BELADIRI TANGAN KOSONG MERPATI PUTIH
DAN PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE
DI MADIUN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Mikhail Mohamad

NIM. 14410099

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP AGRESIVITAS
ANGGOTA PERGURUAN SILAT BELADIRI TANGAN
MERPATI PUTIH DAN PERSAUDARAAN
SETIA HATI TERATE DI MADIUN

SKRIPSI

Oleh :

Milhail Mohamad

NIM. 14410099

Telah Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing



Fina Hidayati, MA

NIP. 19861009 201503 2 002

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001



iii

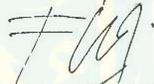
HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP AGRESIVITAS
ANGGOTA PERGURUAN SILAT
BELADIRI TANGAN KOSONG MERPATI PUTIH
DAN PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE
DI MADIUN**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 20 Desember 2018

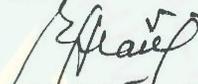
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



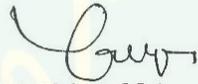
Fina Hidayati, MA
NIP. 19861009 201503 2 002

**Anggota Penguji Lain
Penguji Utama**



Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si
NIP. 19740518 200501 2 002

Ketua Penguji



Drs. Yahya, M.A
NIP. 19660518 199103 1 004

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar sarjana psikologi
Pada Tanggal, 20 Desember 2018

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mikhail Mohamad

NIM : 14410099

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul " **PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP AGRESIVITAS ANGGOTA PERGURUAN SILAT BELADIRI TANGAN KOSONG MERPATI PUTIH DAN PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE DI MADIUN**" adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi.

Malang, 26 November 2018

Penulis



Mikhail Mohamad

NIM. 14410099

v

v

MOTTO

“Kemarahan dimulai dengan kegilaan dan berakhir dengan penyesalan”

Ali bin Abi Thalib



HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang-orang tersayang:

Kedua Tangan Tuhanku di Dunia

Mama dan Bapak, Sebagai tanda bakti hormat dan rasa terimakasih yang tiada terhingga yang telah memberikan hidupnya dan membuka jalan dalam hidupku yang senantiasa mengasihi dan menyayangiku.

Saudara

Kakak-kakakku dan adikku semuanya yang selalu memberi motivasi, semangat serta do'a. Serta ketiga jagoan kecil Akhtar, Azka, dan Azki yang selalu memberi motivasi untuk sukses.

Guru dan Dosen

Terima kasih atas segala jerih payahnya yang telah membimbing dan memberikan ilmu yang bermanfaat dan barokah

PPS Betako Merpati Putih

Seluruh keluarga besar Merpati Putih Kolat Kasin dan Cabang Batu, serta seluruh pendekar PPS Betako Merpati Putih. Sebagai bagian darinya, hanya ini yang bisa kuberikan, karena sumbangsihku tak berharga, namun keikhlasanku nyata

Sahabat dan Teman Psikologi 2014 yang membantu proses penyelesaian skripsi ini serta teman-teman lain yang tak mungkin penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas semua doa dan dukungannya.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur *alhamdulillah* penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt, karena berkat limpahan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat beserta salam semoga tetap tercurahkan kepada Kanjeng Pangeran Nabi Muhammad Saw, yang telah membawa manusia dari alam *jahiliyah* menuju alam yang berilmu seperti sekarang ini.

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Regulasi Diri terhadap Agresivitas Anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate di Madiun” untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan program studi strata satu (S-1) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dalam proses penyusunannya tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah mendorong dan membimbing penulis, baik tenaga, ide-ide, maupun pemikiran. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Abd. Haris, M.Ag, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Muhammad Jamaluddin, M.Si, selaku ketua Jurusan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

4. Ibu Fina Hidayati M.A, Bapak Drs. H. Yahya, MA, dan Ibu Dr. Elok Halimatus Sa'diyah M.Si selaku dosen pembimbing dan penguji yang selalu bersedia meluangkan waktu untuk membimbing penulis dengan segala ilmu yang dimiliki serta senantiasa memberikan doa, arahan, nasihat, dan motivasi dalam melakukan penelitian kepada penulis.
5. Segenap civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terutama seluruh dosen, terima kasih karena telah memberikan ilmunya selama masa perkuliahan.
6. Bapak Sugeng Irianto dan Mas Mujiono yang telah membantu proses penelitian serta bersedia menjadi narasumber data penelitian.
7. Bapak Sodikin selaku Sesepuh PPS betako Merpati Putih cab Kota Batu, yang membantu membuka jalan dalam terlaksanakannya penelitian ini.
8. Ibuku, Sundari Arifin dan Bapakku, Adam Sukardie yang selalu memberikan perhatian, dukungan, materi, doa, semangat, kasih sayang, serta motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Sedulur Rifky dan seluruh sedulur PSHT Ranting Balerejo, Sunjangan serta PSHT rayon UM dan rayon UMM. Terimakasih bantuannya selama ini.
10. Keluarga besar PPS Betako Merpati Putih Kolat Salak Cabang Madiun, serta PPS Betako Cabang Batu yang telah banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Bapak Sya'roni sekeluarga di Caruban yang bersedia merawat saya selama tiga hari selama melaksanakan penelitian di Madiun. Semogah Beliau sekeluarga

selalu diberi kebarokahan oleh Gusti Allah.

12. Semua pihak yang secara langsung atau tidak langsung telah ikut memberikan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Terakhir penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan hal yang bermanfaat dan menambah wawasan bagi pembaca dan khususnya bagi penulis juga.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh



Malang, 26 November, 2018

Penulis

Mikhail Mohamad

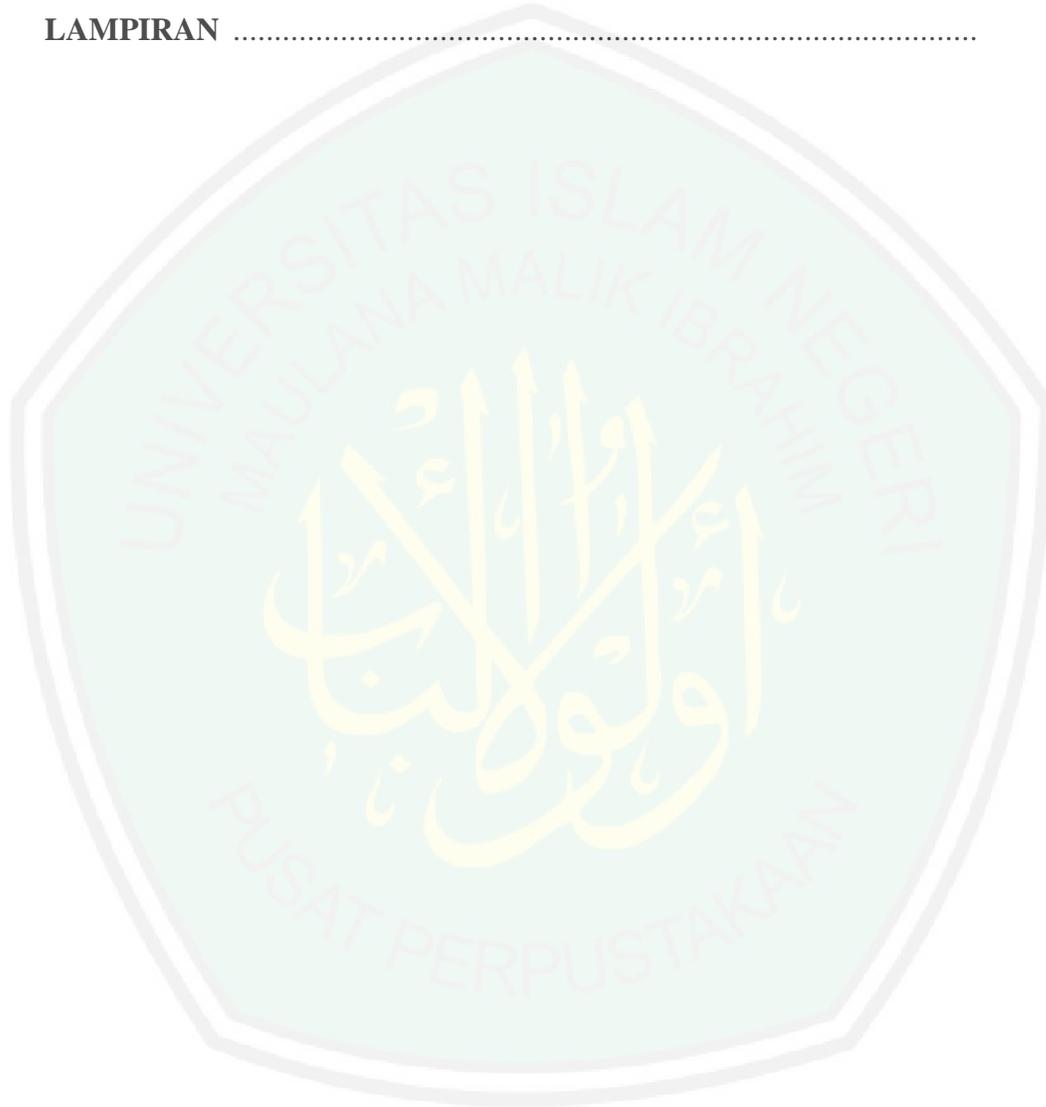
NIM. 14410099

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian.....	13
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Agresivitas	14
1. Definisi Agresivitas	14
2. Aspek Agresivitas	16
3. Bentuk Agresivitas.....	18
4. Faktor Agresivitas.....	20
5. Teori mengenai Agresivitas	23
B. Regulasi Diri	31
1. Definisi Regulasi Diri	31
2. Aspek Regulasi Diri.....	32
3. Tahapan Regulasi	34
4. Faktor Pendukung Regulasi diri	39
C. Pengaruh Regulasi Diri terhadap Agresivitas	41
D. Hipotesis Penelitian.....	46
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	48
B. Identifikasi Variabel	49
1. Variabel Bebas	50

2. Variabel Terikat	50
C. Definisi Operasional.....	50
1. Regulasi diri.....	50
2. Agresivitas	52
D. Populasi dan Sampel Penelitian	53
E. Metode Pengumpulan Data	54
1. Skala	54
2. Wawancara	54
3. Observasi	55
4. Dokumen	55
F. Instrumen Penelitian.....	55
1. Skala Regulasi Diri	56
2. Skala Agresivitas.....	58
G. Uji koreksi item skala dan Reliabilitas	59
1. Uji koreksi item skala.....	59
2. Uji Reliabilitas	62
H. Analisis Data.....	64
1. Uji Asumsi	64
a) Uji normalitas.....	64
b) Uji Homogenitas	64
c) Uji Linearitas.....	65
d) Uji Deskriptif	65
2. Analisis Regresi Linear Sederhana	67
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	68
1. Perguruan Silat Setia Hati Terate Balerejo.....	68
2. Perguruan Silat Merpati Putih Kolat Salak	75
B. Hasil Penelitian	79
1. Hasil Uji Penskalaan dan Reliabilitas	80
2. Hasil Uji Reliabilitas	82
3. Uji Asumsi.....	82
4. Analisis Deskriptif	84
5. Uji Hipotesis	89
C. Pembahasan	92
1. Tingkat Regulasi Diri.....	92
2. Tingkat Perilaku Agresif	98
3. Pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas	105
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	112
B. Saran	113
1. Bagi Pelatih Perguruan Silat.....	113

2. Bagi Anggota Perguruan Silat	113
3. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	113
DAFTAR PUSTAKA	114
LAMPIRAN	118



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1: Blue print skala regulasi diri	57
Tabel 3.2: Blueprint Skala agresivitas	59
Tabel 3.3: uji koreksi gugur skala regulasi diri	61
Tabel 3.4: uji koreksi gugur skala agresivitas	61
Tabel 3.5: uji reliabilitas skala	63
Tabel 3.6: uji deskripsi.....	66
Tabel 4.1: Hasil Uji kelayakan item skala regulasi diri	81
Tabel 4.2: Hasil Uji kelayakan item skala agresivitas	81
Tabel 4.3: Hasil Uji Reliabilitas	82
Tabel 4.4: Hasil Uji Normalitas	83
Tabel 4.5: Hasil Uji Linieritas	84
Tabel 4.6: Norma Kategori	84
Tabel 4.7: Kategori Skala regulasi diri	85
Tabel 4.8: Kategori Skala agresivitas	86
Tabel 4.9: Kategori Skala regulasi diri PSHT	87
Tabel 4.10: Kategori Skala regulasi diri MP	87
Tabel 4.11: Kategori Skala agresivitas PSHT	88
Tabel 4.12: Kategori Skala agresivitas MP	89
Tabel 4.13: Uji regresi linear seluruh sampel	89
Tabel 4.14: prosentase pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas	90
Tabel 4.15: Uji regresi PSHT	91
Tabel 4.16: Persetase pengaruh regulasi diri pada agesisivitas	91
Tabel 4.17: Uji regresi PPS Betako MP	91
Tabel 4.18: Prosentase pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1: Diagram Kategorisasi Tingkat regulasi diri	86
Gambar 4.2: Diagram Kategorisasi Tingkat agresivitas	88



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Skala Regulasi Diri	118
Lampiran 2:Skala Agresivitas	124
Lampiran 3: Kategorisasi Regulasi diri	127
Lampiran 4: Kategorisasi Regulasi diri	130
Lampiran 5: uji ketahanan skala regulasi diri	133
Lampiran 6: uji ketahanan skala agresivitas	136
Lampiran 7: Hasil Uji Reliabilitas	138
Lampiran 8: Hasil Uji Normalitas	139
Lampiran 9: Hasil Uji Linieritas	140
Lampiran 10: Hasil Uji regresi linear Sederhana	141
Lampiran 11: Dokumentasi Penelitian	144
Lampiran 12: Naskah Publikasi.....	146

ABSTRAK

Mohamad, Mikhail. 2018. Pengaruh Regulasi Diri terhadap Agresivitas Anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate di Madiun

Pembimbing: Fina Hidayati, MA

Kata kunci: Anggota Silat, Merpati Putih, Setia Hati Terate, regulasi diri, agresivitas

Agresivitas merupakan perilaku yang bertujuan melukai atau mencelakakan orang maupun objek lain sebagai bentuk respon pengalihan ketegangan melalui perilaku menuntut, memaksa dan mengusai orang lain. Bentuk dari agresivitas berupa kekerasan fisik, verbal, kemarahan (*anger*), permusuhan (*hostility*). Tingkat agresivitas tinggi ditandai dengan kesulitan mengatur kondisi emosi, sedangkan tingkat agresivitas rendah ditandai dengan kemampuan mengatasi emosi negatif dengan mengalihkan pada hal positif. Perilaku tersebut dialami pula pada anggota Perguruan Silat, khususnya usia remaja.

Ada banyak aspek psikologis yang berpengaruh dalam mengatasi agresivitas, diantaranya regulasi diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang diukur menggunakan dua skala yaitu *Self Regulation Questionnaire (SRQ)* berisi tujuh aspek dengan 63 item untuk mengukur aspek Regulasi diri dan *Agression Questionnaire (AQ)* berisi empat aspek dengan 40 item untuk mengukur tingkat agresivitas.

Pengambilan data dilakukan pada 80 orang anggota silat berusia remaja Persaudaraan Setia Hati Terate ranting Balerejo Kabupaten Madiun dan Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih Kolat Salak Kota Madiun, dengan perbandingan jumlah kedua kelompok sampel seimbang.

Analisis data penelitian menggunakan regresi linier sederhana. Hasil analisis secara terpisah pada dua kelompok sampel menunjukkan regulasi diri memberi pengaruh sebesar 17,7% pada agresivitas 40 orang Anggota Persaudaraan Setia Hati terate dan sebanyak 4,4% pada agresivitas 40 orang Anggota Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih.

Uji regresi yang dilakukan pada anggota Persaudaraan Setia Hati Terate menunjukkan signifikansi sebesar 0,007, menunjukkan adanya pengaruh regulasi diri terhadap Agresivitas. Signifikansi pada sampel Merpati Putih sebesar 0,193 tidak menunjukkan pengaruh regulasi diri terhadap Agresivitas.

Hasil penelitian keseluruhan sampel menunjukkan tidak terdapat pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas pada 80 populasi kedua kelompok. Secara keseluruhan, regulasi diri hanya mempengaruhi Agresivitas sebesar 7,8 % terhadap Agresivitas dengan hasil signifikansi 0,012 pada seluruh sampel penelitian.

ABSTRACT

Mohamad, Mikhail. 2018. The Influence of Self Regulation on the Agressiveness of the Members beladiri tangan kosong Merpati Putih and Persaudaraan Setia Hati Terate Martial Arts in Madiun

Supervisor: Fina Hidayati, MA

Kata kunci: Member of Martial Arts, Merpati Putih, Setia Hati Terate, Self Regulation, Agressiveness

Agressiveness is behavior that aims to injure or harm person or objects as form of response to the transfer of tension through demanding, compelling and controlling other people. The form of aggressiveness such as physical violence, verbal violence, anger, and hostility. The high levels of aggressiveness characterized by difficulties in regulating emotional conditions, while low levels of aggressiveness characterized by the ability to overcome negative emotions by diverting to positive things. This behavior is also experienced by members of the Martial Arts, especially teenagers.

Many psychological aspects that give effect on overcoming aggressiveness, including self-regulation. This study uses a quantitative approach that is measured using two scales, namely Self Regulation Questionnaire (SRQ) containing seven aspects with 63 items and the other is Agression Questionnaire (AQ) containing four aspects with 40 items. Data retrieval was carried out on 80 teenage members of Setia Hati Terate Martial Arts Balerejo and the Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih Kolat Salak in Madiun, with a balance comparison of the two sample groups.

Analysis of research using simple linear regression. The results of the analysis separately in the two sample groups showed that self-regulation had effect of 17.7% on aggressiveness of 40 members of Persaudaraan Setia Hati Terate Martial Arts and as much as 4.4% in aggressiveness of 40 members Merpati Putih Martial Arts. The regression test performed on Persaudaraan Setia Hati Terate Martial Arts show a significance of 0.007, indicating the influence of self-regulation on Aggressiveness. The significance of the Merpati Putih sample of 0.193 does not show the effect of self-regulation on aggressiveness.

The results of the overall study showed that there was no effect of self regulation on aggressiveness in 80 populations of both groups. Overall, self regulation only affects the Aggressiveness of 7.8% with a significant result of 0.012 in all study samples.

ملخص البحث

محمد ، خليل . 2018. تأثير اللائحة الذاتي على عدوانية لأعضاء مدرسة الدفاع عن النفس تانغان كوسونج مرفاتي فوتيح واخوان ستيا هاتي تراتي في ماديون. المشرف: فينا هدايتي ، الماجستير

الكلمات الرئيسية: أعضاء الدفاع عن النفس، مرفاتي فوتيح، ستيا هاتي تراتي، اللائحة الذاتي، العدوانية
العدوان هو السلوك الذي يهدف إلى إصابة أو إيذاء الآخرين أو الأشياء كأشكال الاستجابة لنقل التوتر من خلال السلوك المطالب والقسري والسيطرة. اشكال العدوانية هي العنف الجسدي، اللفظي، الغضب (*anger*)، العداة (*hostility*). يميز مستويات العدوانية لعالية بالصعوبات في تنظيم الظروف العاطفية، ويتميز مستويات العدوانية المنخفضة بالقدرة على التغلب العاطفية السلبية عن تحويل إلى أشياء إيجابية. يجري هذا السلوك لأعضاء مدرسة الدفاع عن النفس، وخاصة المراهقين .
هناك الجوانب النفسية التي تؤثر على التغلب العدوانية، يعنى اللائحة الذاتي. استخدم هذا البحث منهجًا كميًا الذي قيس باستخدام مقياسين ، هما استبيان اللائحة الذاتي (*Self Regulation Questionnaire*) (SRQ) الذي يحتوي على سبعة جوانب مع 63 عناصر لقياس جوانب اللائحة الذاتي واستبيان العدوانية (*Agression Questionnaire*) (AQ) الذي تحتوي على أربعة جوانب مع 40 عناصر لقياس مستوى العدوانية.
قد اجري اخذ البيانات على 80 اشخاص المراهقين لاجوان ستيا هاتي تراتي، فرعالبيريجو، ماديون، مدرسة الدفاع عن النفس تانغان كوسونج مرفاتي فوتيح سالاك ماديون مع مقارنة بين مجموعتي العينة التوازنة
تحليل بيانات البحث هو باستخدام الانحدار الخطي البسيط. أظهرت نتائج التحليل المنفصل في مجموعتي العينة أن اللائحة الذاتي تؤثر بنسبة 17.7٪ على عدوانية 40 اشخاص من اخوان ستيا هاتي تراتي يعنى و 4.4٪ في عدوانية 40 اشخاص لمدرسة الدفاع عن النفس تانغان كوسونج مرفاتي فوتيح
اختبارات الانحدار التي أجريت على أعضاء من الإخوان ستيا هاتي تراتي تظهر أهمية 0.007، التي تشير إلى تأثير اللائحة الذاتي على العدوانية. وأهمية عينة مرفاتي فوتيح بنسبة 0.193 لا تظهر تأثير اللائحة الذاتي على العدوانية .
دلت نتائج البحث الشامل أنه عدم تأثير لللائحة الذاتي على العدوانية في 80 مجموعات من المجموعتين. يؤثر التنظيم الذاتي فقط على عدوانية عموماً بنسبة 7.8٪ على العدائية مع نتيجة أهمية 0.012 في جميع عينات البحث

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pencak silat merupakan cabang olahraga yang menarik untuk dikaji secara mendalam. Selain sebagai warisan budaya bangsa dan bentuk dari kearifan lokal, pencak silat telah dikenal hingga dunia internasional dan menjadi olahraga yang telah berkembang hingga ke luar negeri. sebagai salah satu warisan budaya, tak sedikit generasi muda yang mengagumi dan memiliki ketertarikan untuk berlatih beladiri tersebut. Ini karena selain pencak silat mengajarkan keterampilan beladiri dan ilmu pengolahan fisik dan rohani, juga menawarkan persaudaraan dan persahabatan yang kuat sebagai kebutuhan seseorang dalam dunia sosialnya. Adanya berbagai fenomena psikologis dalam hubungan sosial seorang anggota perguruan silat, menjadi bahasan yang layak untuk dikaji lebih jauh. Sebagai salah seorang anggota pencak silat, peneliti memiliki ketertarikan untuk mengkaji lebih dalam mengenai aspek-aspek psikologis di dalam diri seorang pesilat.

Pencak Silat sendiri merupakan salah satu cabang dari olahraga beladiri, yang terdiri dari berbagai macam organisasi yang disebut perguruan. Selain teknik beladiri, masing-masing organisasi perguruan memiliki nilai dasar, pembinaan rohani dan sistem latihannya sendiri, yang bertujuan membentuk setiap anggotanya menjadi pesilat berbudi luhur (Sudiana & Sepyanawati, 2017;1-6). Setiap perguruan memiliki ciri khas ajaran dan nilai norma sosialnya

sendiri, sebagai identitas khusus bagi masing-masing anggotanya yang diajarkan melalui internalisasi nilai perguruan. Setiap nilai ajaran yang dihayati oleh anggotanya pada dasarnya mengajarkan perilaku positif serta menanamkan semangat persaudaraan yang kuat antar anggotanya (Muzakky, 2014:1).

Hal tersebut didukung oleh pernyataan Kurnia dalam penelitiannya menjelaskan, Proses internalisasi nilai-nilai perguruan yang mengajarkan persaudaraan, kekeluargaan dan akhlak moral melalui pendidikan pembiasaan, keteladanan, dialog, hingga penghargaan serta hukuman, yang keberhasilan proses internalisasi ditandai dengan adanya dinamika sosial berupa tertib sosial, order (kepatuhan dan pengakuan terhadap sistem norma), keajegan (keteraturan nilai norma sosial yang permanen) dan pola atau model perilaku yang menjadi contoh suatu komunitas (Kurnia; 2018:4).

Akan tetapi, pada pelaksanaannya, tidak selamanya nilai dan ilmu yang diperoleh anggota perguruan diamalkan dengan benar sesuai aturan. Semangat persaudaraan ini terkadang disalahartikan oleh anggota terlebih pada usia remaja, ketika mereka memahami nilai perguruan secara kurang menyeluruh, akibat gagalnya internalisasi nilai-nilai perguruan. Akibatnya, timbul kebanggaan berlebihan terhadap perguruan yang menimbulkan fanatisme.

Seringkali, akibat fanatisme dan provokasi dari seorang anggota, timbul potensi agresivitas dari para anggota yang melibatkan organisasi perguruan. Seorang anggota perguruan silat dibentuk dengan kerasnya latihan, nilai dan norma perguruan yang mengikat setiap anggotanya, dan nilai-nilai heroik

merupakan faktor pembentuk pribadi yang keras dan pemberani pada setiap anggota perguruan silat, yang sering disalahartikan pada rasa bangga dan loyalitas persaudaraan yang berdampak pada fanatisme pada perguruan dan sikap arogan (Novitasari, 2015:1). Dampaknya, ketika ada faktor pemicu seperti kesalahpahaman, menjalar pada konflik berkepanjangan antar dua perguruan, akibat perilaku agresif pada anggota perguruan silat yang tidak terkontrol. Pengalaman penulis sendiri, sebagai anggota perguruan silat sejak lama mengetahui informasi mengenai kasus konflik antar perguruan silat maupun tindakan agresif dari anggota yang mengatasnamakan perguruan.

Dalam hal ini, agresivitas sendiri menurut Baron Berkowitz maupun Aronson merupakan tingkah laku individu yang ditunjukkan untuk melukai atau mencelakakan individu yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut (dalam Koeswara, 1988:5). Schneiders mendefinisikan agresi sebagai suatu bentuk respon yang mencari pengurangan ketegangan dan frustrasi melalui perilaku yang banyak menunt, memaksa dan menguasai orang lain (Dalam Kiswarawati, 1992:10). Menurut Buss dan Perry, agresivitas tersebut dapat berwujud agresivitas fisik, agresivitas verbal, kemarahan (*anger*), dan kebencian atau pandangan negatif pada orang lain (*hostility*), (Buss dan Perry 1992:455). Keempat aspek perilaku ini merupakan pengukur bentuk agresivitas (Michel, Pace, Edun Dkk 2014:5). Diperkuat dengan pernyataan Anderson, Deuser, dan DeNeve (1995:4) bahwa agresivitas dipicu oleh adanya rasa ketidaknyamanan, frustrasi, rasa tidak aman maupun berada dalam situasi yang kacau. Kondisi-

kondisi ini kemudian memicu munculnya pikiran bermusuhan, perasaan marah dan gairah untuk melepaskan kemarahan.

Agresivitas yang dilakukan oleh anggota perguruan berupa perilaku yang memiliki potensi untuk melukai orang lain atau benda yang berupa serangan fisik, serangan verbal (membentak, menghina), amarah, dendam, prasangka buruk, hingga melanggar hak orang lain (bertindak anarkis dengan merusak tempat perguruan lain,). dengan maksud untuk melukai, menyakiti, merusak, maupun membalaskan dendam pada orang maupun kelompok yang telah memicu kemarahannya. Dengan ini, pelaku berharap memberikan pelajaran bagi seseorang maupun kelompok lawan agar disegani dan ditakuti (Maksum, 2009: 17).

Seperti pada kampung halaman berbagai perguruan silat, Madiun, dimana sering terjadi kasus kekerasan yang melibatkan anggota perguruan silat. Dalam penelitian Maksum, Berdasarkan data Kepolisian Madiun sejak Maret 1998 hingga Februari 2007 telah terjadi 217 kasus kekerasan yang melibatkan kedua perguruan silat, dimana 180 kasus terjadi di wilayah Kabupaten Madiun dan 37 kasus terjadi di wilayah Kota Madiun (Ibid.7).

Dari data yang diperoleh dalam wawancara penulis pada sepeh Persaudaraan Setia Hati Terate Balerejo Kabupaten Madiun, Sebelum tahun 2010, sering terjadi kasus kekerasan yang melibatkan anggota di sekitar Kabupaten Madiun, baik berupa konflik individu maupun konflik kelompok perguruan silat (kerusuhan). Konflik individu bermula dari penghinaan, perkelahian, hingga

kasus kekerasan serius seperti pembacokan dan penganiayaan. Kasus ini sangat sering terjadi hampir setiap bulan sebelum pemerintah menetapkan kebijakan Madiun sebagai kampung pesilat (wawancara penulis, 10 November 2018).

Lebih jauh lagi, jika dilihat dari kasus kekerasan pesilat di kota Madiun, dari tahun 1998 sampai tahun 2000, angka kasus kekerasan terjadi dalam jumlah normal. Puncak angka kasus kekerasan terjadi pada tahun 2001 dengan 53 kasus, kemudian tingkat kekerasan menurun hingga 9 kasus di tahun 2004, hal ini terjadi setelah adanya ikrar kesepakatan damai antar kedua petinggi perguruan silat, namun intensitas kekerasan meningkat lagi pada tahun 2005 dengan 30 kasus (Maksum, 2007:8).

Dari data yang diperoleh dari wawancara Pada Sesepeuh perguruan Merpati Putih kolat Salak Kota Madiun, kasus agresivitas fisik pada anggota jarang ditemui. Sebaliknya, agresivitas verbal dan perilaku iri maupun penilaian negatif pada orang lain (*hostility*) sering ditemui pada anggota usia remaja (wawancara penulis, 11 november 2018). Dalam penelitian yang berkaitan mengenai perguruan merpati putih, agresivitas pada anggota cenderung dilakukan oleh segelintir orang yang dipengaruhi oleh ajaran pelatih yang menyimpang (Najud, 2006:100). Dalam kondisi lain, kasus kekerasan pada anggota merpati putih terjadi ketika anggota dalam kondisi terdesak atau terancam nyawanya (Detik News, Pelatih Merpati Putih Tewaskan Perampok dalam Rumah, 12 September 2017), namun kasus paling parah adalah penyerangan anggota merpati putih kopassus pada lapas Kerobokan, akibat salah satu anggotanya tewas dibunuh yang

menewaskan beberapa orang narapidana (wawancara penulis pada pelatih Kolat Kasin Malang, 03 november 2018).

Ironisnya, dari data wawancara penulis pada narasumber Setia Hati, pelaku agresivitas mayoritas ada pada usia remaja awal sampai dewasa awal (wawancara penulis, 10 November 2018). Didukung oleh hasil penelitian Aziiz, remaja belasan tahun sering berpartisipasi ketika terjadi bentrok antar perguruan (Aziiz, 2016:2). Dalam Maksum, Sebagian besar pelaku konflik kekerasan adalah mereka para remaja yang berusia antara 15-30 tahun. Usia ketika mereka sedang mencari identitas dan jati diri, meskipun bersifat negatif. Pada komunitas seperti itu, agresivitas dianggap hal yang lumrah dan seringkali menjadi simbol kelakian (Maksum 2009:14).

Seperti yang telah dibahas diatas, Buss dan Perry membagi agresivitas kedalam empat aspek, yaitu fisik,verbal,kemarahan,dan kebencian. Menurut Buss dan Perry, bentuk agresivitas fisik berupa tindak kekerasan langsung seperti menampar, memukul, menendang, berkelahi, menyerang, mengeroyok, hingga merusak barang maupun fasilitas umum. Agresivitas verbal dapat berupa mengejek, menghina, menggil dengan panggilan buruk, berdebat, berteriak, menjerit, mengancam dan memaki. Aspek amarah (*anger*) berupa perasaan marah, kesal, sebal, dan bagaimana cara mengontrol hal tersebut, Termasuk perilaku *irritability*, yaitu mengenai tempramental, kecenderungan untuk cepat marah, dan kesulitan mengendalikan amarah. Sedangkan kebencian atau permusuhan (*Hostility*) Tergolong perilaku *covert* (tidak terlihat). *Hostility* terdiri

dari dua bagian, yaitu *resentment* yaitu perasaan iri dan cemburu terhadap orang lain, dan *suspicion* seperti adanya ketidakpercayaan, kekhawatiran, dan proyeksi dari rasa permusuhan terhadap orang lain (Buss & Perry, 1992).

Lebih jauh lagi, Buss membagi agresivitas dalam bentuk fisik aktif langsung, fisik aktif tidak langsung, fisik pasif langsung, fisik pasif tidak langsung, verbal aktif langsung, verbal aktif tidak langsung, verbal pasif langsung, dan verbal pasif tidak langsung. Bentuk fisik aktif berupa langsung tindakan menikam, memukul, atau menembak orang lain. Bentuk fisik aktif tidak langsung berwujud membuat perangkap untuk orang lain, menyewa seorang pembunuh untuk membunuh. Bentuk fisik, pasif langsung dapat melalui mencegah orang lain memperoleh tujuan yang diinginkan atau memunculkan tindakan yang diinginkan (contoh demonstrasi jahit mulut). Bentuk fisik pasif tidak langsung seperti Menolak melakukan tugas-tugas yang seharusnya (pedagang yang menolak berpindah ketika terkena razia ketertiban). Bentuk verbal aktif langsung seperti tindakan menghina orang lain. Bentuk verbal aktif tidak langsung berupa menyebarkan gosip atau isu tidak benar mengenai orang lain. Bentuk verbal pasif langsung yaitu menolak berbicara dengan orang lain, menolak menjawab pertanyaan, dll. Terakhir, bentuk verbal pasif tidak langsung bisa berbentuk tidak mau membuat komentar verbal (misalnya: menolak berbicara ke orang lain yang menyerang dirinya bila dia dikritik secara tidak adil). (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2009:197).

Meluasnya minat dan motivasi menjadi pendekar pencak silat pada remaja, tidak didukung dengan kematangan kepribadian, mengakibatkan organisasi pencak silat sebagai wadah remaja dalam menyalurkan agresifnya (Maksum, 2009:11). Guswani dalam penelitiannya pada mahasiswa teknik Universitas Sunan Muria Kudus, menemukan hasil semakin tinggi kematangan kepribadian, maka semakin rendah tingkat agresivitas pada diri seseorang. salah satu ciri kematangan kepribadian adalah ketika seseorang memiliki kemampuan regulasi dalam mengatur dirinya kearah positif (dalam Nurtjahyo dan Matulesi 2013:228).

Dari sejumlah fakta yang telah dijelaskan. Terdapat perbedaan motif tindakan agresif yang terjadi pada Perguruan Silat, yaitu karena identitas sosial yang terdistorsi atau perilaku mempertahankan diri (Maksum, 2009:24). Selain data kasus diperoleh dari beberapa penelitian sebelumnya, data juga diperoleh dari wawancara narasumber dan pengalaman penulis sebagai anggota (warga) dari perguruan silat Betako Merpati Putih dalam menjalani latihan maupun kegiatan tradisi perguruan pencak silat. Selain itu dari observasi dan wawancara para subyek penelitian yang merupakan anggota perguruan Persaudaraan Setia Hati Terate dan PPS Betako Merpati Putih menjadi data pendukung dalam menyusun fakta penelitian.

Namun ketika seorang anggota benar benar memahami ajaran nilai nilai perguruan, maka perilaku anggota tersebut akan terkendali dalam menghadapi situasi dan respon negatif dari orang lain. Pada kemampuan seorang anggota

dalam mengolah emosi negatif yang muncul dari respon, maka agresivitas dapat dibatasi dan diolah sebagai perilaku positif dan produktif. Hal ini dijelaskan oleh Thompson, yaitu kemampuan seseorang dalam mengenal, memonitor, mengevaluasi dan membatasi respon emosi khususnya intensitas dan bentuk reaksinya untuk mencapai suatu tujuan yang terdiri dari proses intrinsik dan ekstrinsik. Ketika seseorang telah mampu mengendalikan emosi negatifnya dan mengarahkannya pada tujuan tertentu, ini merupakan awal terbentuknya regulasi diri pada anggota perguruan silat (dalam Gross,2007:281).

Kemampuan regulasi diri dijelaskan oleh Goleman meliputi: kemampuan seseorang mengatur emosinya dengan intelegensi, menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya, keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, dan keterampilan sosial yang menjadi faktor pembentuk keberhasilan regulasi diri (Goleman,2004:29). Regulasi diri menurut Miller dan Brown dapat dicapai melalui 7 langkah, yaitu penerimaan informasi, mengevaluasi informasi dan membandingkan dengan norma, memunculkan tantangan, mencari berbagai kemungkinan perubahan perilaku, merumuskan rencana, menerapkan rencana, mengukur efektifitas rencana (Miller dan Brown,1991:1).

Pernyataan tersebut diperkuat oleh Friedman & Schustack mengungkapkan bahwa regulasi diri adalah proses di mana seseorang dapat mengatur pencapaian dan perilaku mereka sendiri, Menentukan target untuk diri mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan

tersebut (Horward S. Friedman & Miriam W. Schustack, 2008:248). Dengan kemampuan ini, maka respon negatif dapat disikapi tanpa adanya respon agresif, karena timbul kemampuan empati dan keterampilan sosial dalam mengatasi permasalahan sehingga seseorang anggota perguruan silat mampu melihat permasalahan dari sudut pandang orang lain, dan mampu menimbang segala tindakan dan keputusan yang akan diambil ketika menghadapi respon negatif dari orang maupun kelompok lain (Munjit,2014). Hasilnya, kecenderungan kebencian (*hostility*) dan dendam (*anger*) dapat diatasi.

Menurut DeWall, Baumeister, Stillman, dan Galliot, memandang bahwa individu memiliki kemampuan terbatas untuk menahan diri dari agresivitas maupun perilaku antisosial lainnya. Apabila kemampuan regulasi diri dalam diri individu berkurang maka hal tersebut dapat menghambat kemampuan untuk menahan agresivitas. Sedangkan, orang-orang yang memiliki pengendalian diri yang tinggi cenderung lebih tahan terhadap efek penipisan dari kemampuan regulasi diri (dalam Wibowo dan Nashori 2017:55).

Pada penelitian Wibowo dan Nashori regulasi diri pada tingkat agresivitas remaja dipengaruhi oleh aspek *planning*, *implementing*, dan *evaluating* pada regulasi diri. Aspek *planning* memiliki kemampuan dalam merencanakan tujuan, kemampuan dalam membuat keputusan dan juga kemampuan dalam melihat konsekuensi dari tindakan yang dilakukan sehingga potensi *hostility* dan *anger* dapat ditekan. Aspek *implementing* dalam regulasi diri mencakup kemampuan individu untuk fokus pada rencana awal, kemampuan dalam menahan godaan,

juga kemampuan dalam mengimplementasikan aturan-aturan yang telah tertanam dalam diri individu, sehingga potensi melakukan agresi fisik maupun verbal dapat dialihkan. Sedangkan Aspek *evaluating* mencakup kemampuan individu dalam mengevaluasi perilaku diri sendiri terhadap lingkungan dengan menggunakan standar pribadi dan norma yang berlaku di lingkungan sosial, serta memberikan evaluasi dalam diri individu sendiri atas perilaku yang dilakukan, sehingga timbul rasa malu ketika akan melakukan agresivitas baik berupa fisik maupun verbal (Ibid. 56),

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wibowo dan Nashori serta Ross dan Fontao menunjukkan bahwa semakin kuat regulasi diri maka semakin rendah tingkat kecenderungan agresif dan sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi tingkat kecenderungan agresif pada anggota perguruan silat, didasarkan dari uji korelasi dari data penelitian (Wibowo dan Nashori, 2017:55; Ross dan Fontao, 2007:13).

Akan Tetapi, dalam penelitian Krisnawati (2006:77) pada siswa remaja laki-laki di Bandung, menunjukkan kurang eratnya hubungan regulasi diri terhadap agresivitas. Hasil ini dilatarbelakangi oleh banyaknya faktor yang mempengaruhi perilaku agresi selain regulasi diri, ini menunjukkan bahwa regulasi diri bukanlah satu-satunya faktor penentu tinggi rendahnya tingkat agresivitas pada seseorang.

Dari permasalahan diatas, tingkat agresivitas, dapat ditentukan oleh adanya berbagai faktor salah satunya regulasi diri pada diri seseorang. ada tidaknya pengaruh regulasi diri pada tingkat agresivitas inilah yang menjadi fokus

utama penelitian, seberapa jauh peran regulasi diri dalam menentukan tingkat agresivitas pada anggota perguruan silat usia remaja.

Fakta menarik yang didapat oleh peneliti, yaitu masing masing anggota pada perguruan silat yang akan diteliti (Persaudaraan Setia Hati Terate dan Merpati Putih) memiliki pola perilaku yang berbeda dalam menghadapi respon negatif dan kemampuan regulasi diri yang bersumber dari didikan anggota selama latihan. Hal ini yang akan dialami pada penelitian ini.

Dengan begitu, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai **Pengaruh Regulasi Diri terhadap Agresivitas Anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Setia Hati Terate di Madiun.**

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat regulasi diri pada anggota pencak silat Betako Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate?
2. Bagaimana tingkat agresivitas pada anggota pencak silat Betako Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate?
3. Adakah pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas pada anggota Pencak Silat Betako Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate.

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat regulasi diri anggota pencak silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate .

2. Mengetahui tingkat agresivitas anggota pencak silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate
3. Menguji adanya pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas anggota Pencak Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah, diharapkan mampu memperkaya literatur mengenai pengaruh regulasi diri terhadap tingkat agresivitas pada anggota perguruan silat. Sehingga nantinya akan memberikan sumbangan ilmiah pada bidang ilmu psikologi.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah atau memperdalam pengetahuan mengenai pengaruh regulasi diri terhadap tingkat agresivitas pada anggota perguruan silat usi remaja. Selain itu, supaya dapat digunakan sebagai bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya atau sebagai pembanding penelitian mengenai regulasi diri dengan agresivitas. Diharapkan dapat memberikan informasi kepada para pesilat, sehingga memiliki kesadaran untuk terus bersikap lebih baik setiap harinya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Agresivitas

1. Definisi Agresivitas

Dalam kamus lengkap Psikologi, agresivitas didefinisikan sebagai kecenderungan perilaku yang menunjukkan sikap permusuhan (Chaplin, 1993). Agresivitas sendiri menurut Baron Berkowitz maupun Aronson adalah tingkah laku individu yang ditunjukkan untuk melukai atau mencelakakan individu yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut (dalam Koeswara, 1988:5). Schneiders mendefinisikan kecenderungan agresi sebagai suatu bentuk respon yang mencari pengurangan ketegangan dan frustrasi melalui perilaku yang banyak menunt, memaksa dan menguasai orang lain (Dalam Kiswarawati, 1992:10). Diperkuat dengan pernyataan Anderson, Deuser, dan DeNeve (1995:4) bahwa munculnya agresivitas didasari oleh adanya ketidaknyamanan, frustrasi, merasa diserang dan berada dalam situasi yang kacau. Kondisi-kondisi ini kemudian memicu munculnya pikiran bermusuhan, perasaan marah dan gairah untuk melepaskan kemarahan..

Dalam perspektif Etologi, menurut Brigham dan Dunkin, agresivitas disebabkan oleh karena faktor instingtif dalam diri manusia dan perilaku ini dilakukan dalam rangka adaptasi secara evolusioner (dalam Susantyo, 2011: 191). Dunkin berpendapat agresivitas yang dikembangkan biasanya

merupakan upaya untuk mempertahankan teritori dalam rangka memenuhi kebutuhan hidup. Sejalan dengan pendapat Brigham, dalam perspektif sosio-biologi, manusia bertindak agresif ketika sumber daya yang penting itu terbatas, ketika mengalami ketidaknyamanan, ketika sistem sosial tidak berjalan dengan baik, dan ketika ancaman dari pihak luar (Ibid,).

Agresivitas oleh masyarakat luas sering diidentikkan dengan hal-hal yang berhubungan dengan pertengkaran, pertikaian, perkelahian, perusakan dan penganiayaan. Santrock mendefinisikan agresivitas itu sendiri adalah perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak lain (Santrock.). Sears, Fredman & Peplau mengatakan bahwa agresivitas adalah suatu tindakan yang dimaksudkan untuk melukai orang lain yang berada disekitarnya (dalam sarwono, 2002:242). Ini memiliki arti dalam melakukan aksinya, individu harus berintensi untuk melukai atau mencelakakan orang lain. Sedangkan Myers mengatakan bahwa agresivitas adalah tingkah laku kekerasan secara fisik maupun secara lisan bertujuan untuk menyakiti maupun merugikan individu lain. Kesimpulan bahwa pengertian perilaku agresi merupakan perilaku tindakan kekerasan atau penganiayaan pada orang lain yang tidak disadari atau disadari oleh individu, dengan tujuan untuk menyakiti secara fisik dan psikis (Ibid.239).

Aspek perilaku agresif dibedakan menjadi aspek internal dan eksternal. Aspek internal berasal dari dalam diri individu meliputi ketegangan diri, frustrasi, insting, kemarahan, dan kebencian, serta perilaku agresi fisik dan

verbal. Aspek eksternal yang berasal dari luar diri individu yaitu lingkungan sosial. Perilaku agresi dapat muncul dan dipengaruhi oleh stimulus yang bersifat dari luar diri individu yaitu provokasi, media massa, kekuasaan dan kepatuhan (*obedience*), dan pengaruh kelompok (konformitas). Selain itu juga ada faktor dari dalam diri individu yang mempengaruhi perilaku agresi individu yaitu, jenis kelamin, dan keadaan fisik individu saat menghadapi bentuk provokasi dari orang lain.

Terdapat beberapa pendekatan yang mampu menguraikan secara terperinci mengenai agresivitas, diantaranya adalah pendekatan psikologis, pendekatan situasional, dan model *socio-ecological* Bronfenbrenner.

2. Aspek Agresivitas

Buss dan Perry membagi perilaku dalam empat bentuk, yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan (*anger*), dan permusuhan (*hostility*). Agresi fisik dan agresi verbal mewakili komponen motorik dalam agresivitas, sedangkan kemarahan dan permusuhan mewakili komponen afektif dan kognitif dalam agresivitas.

a. Agresi fisik (Physical Agression)

Bentuk agresivitas yang dilakukan dengan menyerang secara fisik dengan tujuan untuk melukai atau membahayakan seseorang. Agresivitas ini ditandai dengan terjadinya kontak fisik antara agresor dan korbannya.

b. Agresi verbal (Verbal Agression)

Bentuk perilaku agresif dengan kata-kata. Agresi verbal dapat berupa umpatan, sindiran, fitnah, dan sarkasme.

c. Kemarahan (*anger*)

Bentuk *indirect agression* atau agresi tidak langsung berupa perasaan benci kepada orang lain maupun sesuatu hal atau karena seseorang tidak dapat mencapai tujuannya.

d. Permusuhan (*Hostility*)

Merupakan komponen kognitif dalam agresivitas yang terdiri atas perasaan ingin menyakiti dan ketidakadilan (Buss dan Perry,1992: 453).

Schneiders membagi aspek-aspek agresivitas dalam beberapa ciri perilaku pada diri seseorang, diantaranya adalah otoriter, superior, egosentris, kecenderungan untuk melakukan penyerangan.

Perilaku Otoriter memiliki ciri sikap kolot dalam memegang nilai yang dianggap benar dan tidak memiliki toleransi terhadap kekurangan pada dirinya maupun orang disekitarnya. Perilaku Superior dapat diartikan pada perilaku yang merasa lebih baik dan unggul dari orang lain. Orang tersebut merasa dirinya adalah segalanya di dunia ini. Sedangkan perilaku egosentris ada pada diri seseorang yang mengutamakan keperluan pribadi tanpa memperhatikan kepentingan diri sendiri seperti yang ditunjukkan dengan kekuasaan dan kepemilikan.

Ciri lainnya, ketika seseorang memiliki dorongan untuk menyerang, baik terhadap benda maupun manusia. Hal ini disebabkan kecenderungan untuk melampiaskan perasaan tidak nyaman ataupun kekecewaan pada lingkungan disekitarnya dengan melakukan penyerangan terhadap apa yang mampu menjadi objek kemarahan (kiswarawati, 1992:10).

3. Bentuk Agresivitas

Secara umum, Myers membagi agresi dalam dua bentuk perilaku, yaitu agresi emosi (*Hostile Aggression*) dan agresi sebagai sarana mencapai tujuan tertentu (*Instrumental Aggression*). Agresi emosi adalah sebagai bentuk kemarahan disertai emosi tinggi. Sedangkan pada agresi instrumental, umumnya tidak disertai emosi karena merupakan sarana pencapaian tujuan pelaku (Sarwono, 2002:240-241).

Pembagian bentuk agresivitas lebih merinci dikemukakan sears, Freedman, dan Peplau (1991) sebagai tiga bentuk perilaku, yaitu perilaku melukai dan maksud melukai, agresivitas antisosial dan prososial, dan perilaku dan persaan agresif (Ibid.243),

Buss dan Perry membagi perilaku dalam empat bentuk, yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan (*anger*), dan permusuhan (*hostility*). Agresi fisik dan agresi verbal mewakili komponen motorik dalam agresivitas, sedangkan kemarahan dan permusuhan mewakili komponen afektif dan kognitif dalam agresivitas. Agresi fisik (*Physical Aggression*) ialah bentuk agresivitas yang dilakukan dengan menyerang secara fisik dengan tujuan

untuk melukai atau membahayakan seseorang. Agresivitas ini ditandai dengan terjadinya kontak fisik antara agresor dan korbannya. Agresi verbal (Verbal Agression) ialah agresivitas dengan kata-kata. Agresi verbal dapat berupa umpatan, sindiran, fitnah, dan sarkasme. Kemarahan (*anger*) ialah suatu bentuk *indirect aggression* atau agresi tidak langsung berupa perasaan tidak suka, kesal, dan benci kepada orang lain maupun sesuatu hal atau karena seseorang tidak dapat mencapai tujuannya. Permusuhan (*Hostility*), merupakan komponen kognitif dalam agresivitas yang terdiri atas perasaan ingin menyakiti, dendam, kecemburuan, rasa tidak percaya, dan ketidakadilan (Buss dan Perry, 1992:453).

Lebih jauh lagi, Buss membagi agresivitas dalam bentuk fisik aktif langsung, fisik aktif tidak langsung, fisik pasif langsung, fisik pasif tidak langsung, verbal aktif langsung, verbal aktif tidak langsung, verbal pasif langsung, dan verbal pasif tidak langsung. Bentuk fisik aktif berupa langsung tindakan menikam, memukul, atau menembak orang lain. Bentuk Fisik aktif tidak langsung berwujud membuat perangkat untuk orang lain, menyewa seorang pembunuh untuk membunuh. Bentuk fisik, pasif langsung dapat melalui mencegah orang lain memperoleh tujuan yang diinginkan atau memunculkan tindakan yang diinginkan (contoh demonstrasi jahit mulut). Bentuk fisik pasif tidak langsung seperti Menolak melakukan tugas-tugas yang seharusnya (pedagang yang menolak berpindah ketika terkena razia ketertiban). Bentuk verbal aktif langsung seperti tindakan menghina orang

lain. Bentuk verbal aktif tidak langsung berupa menyebarkan gosip atau isu tidak benar mengenai orang lain. Bentuk verbal pasif langsung yaitu menolak berbicara dengan orang lain, menolak menjawab pertanyaan, dll. Terakhir, bentuk verbal pasif tidak langsung bisa berbentuk tidak mau membuat komentar verbal (misalnya: menolak berbicara ke orang lain yang menyerang dirinya bila dia dikritik secara tidak adil). (Dayakisisni&Hudaniah, 2009:197).

4. Faktor Agresivitas

Terdapat beberapa faktor yang memicu timbulnya agresivitas. Menurut Susantyo, ada empat elemen utama pemcetus timbulnya agresivitas, diantaranya adalah faktor internal, faktor eksternal sosial, dan stimulus situasi.

a. Faktor internal

Faktor internal dipengaruhi oleh kondisi dalam diri seseorang. faktor tersebut diantaranya disebabkan oleh gen, bawaan, insting, stress, frustrasi, konsep diri, dan kondisi mental individu yang bersangkutan.

b. Faktor eksternal

Faktor selanjutnya yang berpengaruh pada agresivitas adalah faktor eksternal. Faktor tersebut dipengaruhi oleh hubungan dalam keluarga, rekan sebaya, tetangga, dan sekolah yang tidak sehat. Pola pendidikan orang tua yang salah memicu penyimpangan perilaku, berdampak pada kegagalan seseorang dalam interaksi terhadap lingkungan sosialnya. Kondisi ini yang menyebabkan individu tersebut mengalihkan tekanan psikisnya pada kecenderungan agresivitas, baik sebagai mekanisme

pertahanan diri maupun pemenuhan kepuasan untuk penyaluran konflik diri

c. Stimulasi situasi

Faktor lain yang mempengaruhi yaitu stimulasi situasi. Ketika seseorang individu memiliki ketergantungan atau berhadapan pada kondisi peperangan, ketergantungan alkohol dan obat terlarang, konflik sosial, dan tindakan provokatif, sangat memungkinkan mempertinggi potensi agresi karena menekan mekanisme syaraf pusat yang biasanya menghambat emosi untuk melakukan agresi. Tindakan provokatif dan peperangan dipandang individu sebagai suatu ancaman yang harus dihilangkan dengan respon agresif (Susantyo 2011;198).

d. Stressor lingkungan

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi agresivitas yaitu stressor lingkungan. Pemicunya dapat berupa rangsangan seksual, media informasi, keramaian (*crowded*), suasana bising, maupun suhu, kualitas udara, hingga lingkungan yang buruk (Sarwono, 2002:256). Kondisi tersebut menekan kondisi mental dan psikis individu hingga berpotensi menimbulkan agresivitas.

Selain berbagai faktor yang telah dijelaskan, terdapat faktor lain yang juga berpengaruh terhadap potensi agresivitas. Koeswara menyatakan bahwa deindividuasi dapat mengarahkan individu pada keinginan dominasi, dan agresivitas yang terlihat akan semakin sering (Koeswara, 1988:95). Lorenz

didukung Haney Banks & Zimbardo menemukan pengaruh deindividuasi memiliki efek memperbesar keleluasaan individu untuk melakukan agresi, karena deindividuasi menyingkirkan atau mengurangi peranan beberapa aspek yang terdapat pada individu, yakni identitas diri atau personalitas individu perilaku maupun identitas diri korban agresi, serta keterlibatan emosional individu perilaku, agresi terhadap korban (Dayakisni & Hudaniah,2009:191).

Dalam kondisi deindividuasi, individu menjadi kurang memperhatikan nilai-nilai perilakunya sendiri dan lebih memusatkan diri pada kelompok dan situasi. Deindividuasi mencakup hilangnya tanggung jawab pribadi, dan meningkatnya kepekaan terhadap apa yang dilakukan kelompok. Dalam arti, setiap orang dalam kelompok beranggapan bahwa tindakan mereka adalah bagian dari perilaku kelompok (Op.cit). Hal ini menyebabkan orang kurang merasa bertanggung jawab atas tindakannya dan kurang menyadari konsekuensinya sehingga akan memberi kesempatan yang luas bagi munculnya agresivitas.

Jenis Kelamin Telah banyak dikemukakan oleh para ahli, misalnya Baillargeon dkk & Brendgen pada masa perkembangan awal manusia, sudah terlihat bahwa laki-laki lebih agresif secara fisik dibandingkan perempuan (dalam Santrock, 2011:374). Namun, menurut Eagly dan Steffen, dilihat dari agresi verbal tidak terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan meskipun perempuan agresi verbal terlihat lebih tampak pada perempuan (Ibid.375). Werburton dan Anderson yang menyatakan bahwa dalam berbagai

segi psikologis ternyata terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan, walaupun keduanya memiliki potensi agresivitas yang sama ketika mendapat provokasi (Werburton& Anderson, 2015:377). Agresivitas yang dilakukan laki-laki cenderung bersifat agresivitas langsung, sedangkan perempuan cenderung melakukan agresivitas tidak langsung (Oesterman dalam Anderson & Bushman, 2002:36). Perilaku agresif laki-laki lebih ditolerir masyarakat daripada perilaku agresif perempuan. Perempuan dituntut lebih halus oleh budaya, sehingga agresivitasnya tidak terlalu tampak. Sejatinya, tidak ada perbedaan terhadap potensi timbulnya agresivitas diantara dua jenis kelamin.

5. Teori mengenai Agresivitas

Agresivitas dapat dijelaskan melalui berbagai teori. Secara garis besar, para ahli menemukan bahwa agresivitas timbul melalui dua faktor, yaitu faktor internal maupun faktor eksternal yang berasal dari diri individu. Berbagai faktor agresivitas dijelaskan sebagai berikut ini:

a. Teori Bawaan

Pada teori ini, agresivitas dijelaskan pada dengan perspektif psikoanalisis. Menurut perspektif psikoanalisis seperti yang dijelaskan oleh Freud bahwa naluri agresi adalah salah satu naluri dasar mempertahankan jenis yang merupakan pasangan dari naluri seksual dalam melestarikan keturunan (Sarwono2002:243). Dalam diri manusia sendiri selalu mempunyai potensi bawah sadar dorongan untuk merusak diri atau *thanatos*. Pada mulanya, dorongan untuk merusak diri tersebut ditujukan untuk orang lain

Bahkan, Freud percaya bahwa di dalam diri manusia ada naluri kematian yang mendorong manusia senang menyakiti tidak hanya kepada orang lain tetapi juga kepada diri sendiri (Fromm, 2000:6). Operasionalisasi dorongan tersebut dikatakan oleh Baron dan Byrne dapat disalurkan melalui agresivitas dengan jalan dialihkan pada objek pelampiasan, atau mungkin dilakukan dengan langkah yang dapat diterima masyarakat (Susantyo, 2012:192).

b. Teori Biologi

Perspektif teoritik biologi menjelaskan agresivitas dari sudut pandang faal maupun teori genetik. Dalam perspektif teori ini, Moyer menjelaskan agresivitas ditentukan oleh proses tertentu yang terjadi di otak dan susunan syaraf pusat (Moyer, 1976). Hormon dan keturunan merupakan faktor utama pencetus potensi agresivitas dalam diri manusia, terutama pada jenis kelamin laki-laki karena adanya hormone testosteron. Penelitian yang dilakukan Dabs dkk (1992&1995) menyatakan besarnya hormon testosteron adalah pemicu tindakan kekerasan, kejahatan, perkelahian sebagai perilaku agresivitas dalam bentuk fisik pada narapidana berjenis kelamin laki-laki(Sarwono, 2002:244).

c. Teori Lingkungan

Pada teori lingkungan, terdapat tiga pendekatan yaitu teori frustasi agresi klasik, teori neo frustasi agresi, dan teori pembelajaran. Perspektif pertama yaitu perspektif frustrasi-agresi atau hipotesis frustrasi-agresi (*frustration*

aggression hypothesis) , Dollard, Doob, Miller, Mowrer, dan Sears menyatakan dorongan agresif timbul dari usaha mencapai tujuan yang mengalami hambatan, memotivasi perilaku yang ditujukan untuk melukai orang atau objek yang menyebabkan frustrasi, (Sarwono, 2002:245).

Perilaku melukai ini dapat dilakukan melalui kekerasan terselubung (amarah dan dendam) yang mampu mencetuskan kekerasan langsung (fisik,verbal). Menurut formulasi ini, agresi bukan dorongan bawaan, tetapi karena frustrasi merupakan keadaan yang cukup universal, agresi tetap merupakan dorongan yang harus disalurkan. Selanjutnya, Dollard, Doob, Miller, Mowrer, dan Sears mengemukakan agresivitas dapat dicegah jika ada hukuman terhadap pelaku. Dalam kenyataannya, tidak setiap agresivitas dapat diarahkan pada sumber frustrasi, sehingga orang akan mengarahkan pada objek lain (Worchel & Cooper, dalam Susantyo, 2011:192).

d. Teori Neo Agresi-Frustasi.

Teori ini merupakan perkembangan beberapa modifikasi terhadap teori Frustasi – Agresi yang klasik. Salah satu modifikasi adalah dari Burnstein & Worchel (1962) yang membedakan antara frustasi dengan iritasi. Jika suatu hambatan terhadap pencapaian tujuan dapat dimengerti alasannya, yang terjadi adalah iritasi (gelisah, sebal), bukan frustasi (kecewa, putus asa).

Selanjutnya, Berkowitz (1978,1989) mengatakan bahwa frustrasi menimbulkan kemarahan dan emosi marah inilah yang memicu agresi. Marah itu sendiri baru timbul jika sumber frustrasi dinilai mempunyai alternatif perilaku lain daripada perilaku yang menimbulkan frustrasi itu. Agresi beremosi benci itu pun tidak terjadi begitu saja. Kemarahan memerlukan pancingan (cue) tertentu untuk dapat menjadi perilaku agresi yang nyata (Berkowitz & Le Page, 1967). Sebuah pistol, misalnya, yang ada di dekat seseorang, dapat memancing kemarahan orang itu menjadi perilaku agresif (dalam Sarwono, 2002:246-247).

e. Teori Pembelajaran Sosial

Dikembangkan secara lebih luas oleh Albert Bandura. Teori ini berkeyakinan bahwa agresivitas merupakan perilaku yang dipelajari dari pengalaman masa lalu apakah melalui pengamatan langsung (imitasi), pengukuh positif, dan karena stimulus diskriminatif. Agresivitas menurut Bandura juga dapat dipelajari melalui model (*Modelling*) yang dilihat dalam keluarga, dalam lingkungan kebudayaan setempat atau melalui media massa (Alwisol,2004:296). Disamping itu, apakah perilaku agresi akan semakin meningkat atau menurun tergantung sejauh mana pengukuh/penguat diterima. Perilaku agresif yang disertai pengukuh positif akan meningkatkan perilaku agresif. Perilaku agresif yang disertai pengukuh negatif juga mampu meningkatkan perilaku agresif. Dalam hal ini, perilaku agresi dilakukan karena seseorang menjadi korban dari

stimulus yang menyakitkan seperti diejek atau diserang orang lain dan ia melakukan pembalasan. Inilah yang dikenal dengan istilah Model belajar melalui pengalaman langsung (Wiggins dalam Susantyo, 2011 :194).

f. Perspektif kognisi

Menurut Sarwono (2002:252), teori kognisi memusatkan pada proses yang terjadi pada kesadaran dalam membuat kategorisasi, pemberian sifat (atribusi), penilaian, dan pengambilan keputusan. *Neo-associationism* kognitif merupakan pengembangan daripada hipotesis salah satu teori dalam perspektif kognisi ini oleh Berkowitz (Susantyo, 2011:194). Dalam Perspektif ini, Brehm & Kassir, berpendapat bahwa peristiwa yang tidak menyenangkan akan menstimulasi perasaan negatif (afek negatif). Perasaan negatif akan menstimulasi otomatis dan reaksi motorik. Reaksi ini berasosiasi dengan reaksi melawan atau menyerang, yang menimbulkan perasaan marah (emosi) dan takut. Tingkat agresivitas sendiri dipengaruhi proses kognisi tingkat tinggi seseorang (Ibid). Kekuatan respon menyerang atau melarikan diri tergantung faktor genetik, pengalaman masa lalu, faktor kognisi, dan situasi (Brigham, Brehm). Hal demikian sesuai dengan pendapat Steffen dan Gollwitzer (2007) bahwa emosi bukan hanya merupakan gejala dalam agresivitas, ianya dapat juga merupakan pencetus (*trigger*), penguat, moderator atau bahkan merupakan ultimate goals dari agresivitas (Ibid). dalam hal ini, menyerang adalah salah satu bentuk perilaku defensif dari ketidaknyaman diri, yang dapat

dilepaskan dengan perilaku menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun perkataan, yang disertai perasaan dendam dan amarah dalam meningkatkan perilaku tersebut.

pendekatan sosial-kognitif Huesmann memiliki perspektif mengenai cara orang memikirkan kejadian aversif dan reaksi emosional yang mereka alami sebagai sebuah akibat, merupakan aspek penting dalam menentukan manifestasi dan kekuatan respon agresif-nya. Pendekatan ini memusatkan pada perkembangan schemata (*schemata*) kognitif yang mengarahkan performa sosial agresivitas, dan cara-cara pemrosesan informasi individu yang agresif dan yang non agresif(dalam susantyo, 2012:193).

g. Model pengalihan rangsangan

dibangun berdasarkan teori emosi dua faktor. Schachter, (1973) dan Zillmann (dalam Susantyo, 2012:193) memiliki pandangan bahwa intensitas pengalaman kemarahan merupakan fungsi dua komponen, yaitu kekuatan rangsangan aversif dan cara rangsangan itu dijelaskan dan diberi label (Fromm, 2000:338) . Jika suatu rangsangan diketahui jelas oleh individu, ia akan mencari penjelasan dengan menggunakan stimulus informasional yang sesuai kondisinya dari sumber netral atau tidak relevan, selanjutnya akan dialihkan ke rangsangan yang ditimbulkan oleh stimulasi aversif melalui proses kesalahan atribusi . Rangsangan mungkin salah diatribusikan pada kejadian aversif sehingga mengintensifkan kemarahan yang ditimbulkan oleh kejadian semacam itu. Dalam hal ini,

kemarahan adalah aspek awal dalam menimbulkan bentuk agresivitas selanjutnya.

h. Pendekatan Situasional

Pendekatan ini mencoba melihat beberapa kondisi situasi sebagai pencetus (*trigger*) munculnya agresivitas. Pendekatan ini meyakini bahwa agresivitas bukanlah faktor bawaan (naluri) yang ada pada setiap individu. Munculnya agresivitas melibatkan berbagai faktor (stimulus) eksternal sebagai determinan dalam pembentukan agresi. Aspek-aspek situasi yang memicu atau memperburuk agresivitas merupakan stimulus yang muncul pada situasi tertentu yang mengarahkan perhatian individu ke arah agresi sebagai respons yang potensial (Anderson&Anderson, Bushman &Cooper, dalam Susantyo, 2012:195).

i. Model *socio-ecological*

Model *socio-ecological* diperkenalkan oleh Bronfenbrenner yang kemudian dilengkapi oleh Rice menjadi *socio-ecological* model. Model ini menjelaskan bahwa perkembangan perilaku dan kepribadian individu sangat dipengaruhi oleh lingkungan dimana ia tinggal. Lingkungan ini memiliki beberapa tingkat, mulai daripada mikrosistem, mesosistem, exosistem dan makrosistem (Ibid.195).

Menurut model *socio-ecological* Bronfenbrenner ini, kepribadian dan perilaku individu terjadi dalam sebuah proses besar yang sistemik dan terjadi dalam beberapa tingkat. Berawalkan dari sistem lingkungan yang

terdekat dengan individu yang dikenal dengan mikrosistem dengan berbagai elemennya, kemudian berlanjut ke tingkat exosistem. Di antara lingkungan mikrosistem dengan exosistem ini terdapat sebuah lingkungan penghubung diantara keduanya, yaitu mesosistem. Tingkat terluar dalam system lingkungan ini adalah makrosistem. Pada tingkat masing-masing sistem lingkungan ini terjadi proses saling mempengaruhi dan saling membangun diantara tingkat system lingkungan lainnya. Pola pengasuhan yang salah sebagai faktor pembangun kepribadian pada lingkungan mikrosistem, dapat menghasilkan penyimpangan perilaku seseorang dikemudian hari, salah satu bentuknya adalah agresivitas (Susantyo, 2012:195).

Berdasarkan analisa singkat terhadap beberapa teori dan perspektif agresi serta berbagai penyebab munculnya agresivitas di atas, nampak demikian rumit dan luasnya faktor penyebab dan pencetus tindakan agresif itu sendiri. . Dari ke-empat elemen utama meliputi aspek faktor internal, faktor eksternal, stimulus situasi dan stressor lingkungan serta berbagai jenis faktor lain terjadi korelasi diantara masing-masing elemen dan juga diantara aspek-aspek dalam elemen itu sendiri. Sehingga jika dirinci lebih lanjut arah hubungan diantara masing-masing aspek di dalamnya, akan terciptalah sebuah model hubungan saling mempengaruhi diantara aspek dan elemen tersebut secara rumit(Ibid.197).

Dari uraian yang telah disampaikan, dapat dijelaskan bahwa agresivitas adalah tingkah laku individu yang ditunjukkan untuk melukai atau mencelakakan individu yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Agresivitas timbul sebagai suatu bentuk respon yang mencari pengurangan ketegangan dan frustrasi melalui perilaku yang banyak menuntut, memaksa dan menguasai orang lain. Jenis dari agresivitas berupa kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain ataupun terhadap objek-objek. Bentuk agresivitas sendiri dapat berupa agresi fisik, verbal, kemarahan (*anger*), maupun kebencian (*hostility*). Sedangkan tujuan utama agresivitas diarahkan untuk melukai orang lain. Adapun faktor yang mendasari agresivitas berasal dari faktor internal dan eksternal pada individu.

B. Regulasi Diri

1. Definisi Regulasi Diri

Regulasi diri dalam bahasa Inggris adalah *self regulation*. Self artinya diri dan regulation adalah terkelola. Albert Bandura menyatakan tentang konsep regulasi diri bahwa individu tidak dapat secara efektif beradaptasi terhadap lingkungannya selama dapat mampu membuat kemampuan kontrol pada proses psikologi dan perilakunya (Friedman & Schustack. 2008: 281). Horward & Miriam mengungkapkan bahwa regulasi diri adalah proses di mana seseorang dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri. Menentukan target untuk diri mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat

mencapai target tersebut dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut (Ibid.).

Maka regulasi diri merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai atau target, dan ketika selesai pada pencapaian, maka ada proses mengevaluasi pencapaian tersebut, ketika proses maksimal dapat tercapai individu biasanya merasakan kepuasan dalam dirinya.

Dukungan regulasi diri yang baik akan mendorong berbagai keberhasilan yang terjadi terutama bagi Individu dalam proses masa pertumbuhan dan perkembangan, Jantz mengatakan proses regulasi diri yang baik dapat meningkatkan konsep diri Individu. Adapun tahapan pada proses regulasi diri diantaranya meliputi receiving, evaluating, searching, formulating, implementing, assesing. Sedangkan pada aspek regulasi diri meliputi aspek metakognitif, Motivasi, dan tindakan positif (dalam Manab. 2016 :7). Regulasi diri yang baik akan berdampak pada masyarakat, karena individu dengan regulasi diri yang baik akan cenderung mematuhi peraturan yang ditetapkan oleh norma, nilai dan hukum yang berlaku pada masyarakat dan dapat meredam konflik dan meminimalisir agresivitas yang terjadi (Johnstone & Sarne, 2004. Ibid).

2. Aspek Regulasi Diri

Regulasi diri dapat diartikan pula ketahanan diri terhadap ransangan dari lingkungan yang memaksa individu untuk melakukan tindakan baik itu

tindakan yang positif ataupun negatif. Maka ada beberapa aspek yang mendasari pada regulasi diri pada setiap individu yaitu:

a. Metakognitif

merupakan bagian dari kemampuan individu ketika memikirkan untuk merancang atau merencanakan tindakan yang ingin dilakukan. Pada penelitian yang dilakukan Romera (2009) menghasilkan bahwa metakognisi yang dilakukan oleh anak usia dini ketika diberikan informasi dengan menggunakan pertanyaan setelah diberikan pertanyaan atau tugas-tugas maka aspek yang banyak berperan dalam menentukan regulasi dirinya adalah metakognitif maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri dalam strategi penerimaan informasi maupun pembelajaran yang baik berkorelasi dengan kemampuan metakognitif. Pada penelitian Araujo (2013) yang membandingkan beberapa aspek yang mendasari pembentukan regulasi diri, didapatkan bahwa metakognitif memainkan peranan penting sebagai pembentuk regulasi diri seseorang (Ibid.).

b. Motivasi

Merupakan faktor penentu dalam melakukan tindakan ataupun sebagai serangkaian usaha yang mungkin berasal dari ransangan luar ataupun berasal dari individu sendiri, motivasi bisa berupa hadiah ataupun hukuman (Zuhmrin et al, 2011(Ibid.)). Penelitian yang dilakukan Pintrich & De Grot (1990) menemukan motivasi merupakan serapan dari serangkaian kognitif individu. Motivasi yang baik menghasilkan prestasi.

Keluarga atau orang tua merupakan unsur penting dalam membangun motivasi pada regulasi diri seorang individu (Grolnick & Ryan, 1989. Ibid.). Adapun pada penelitian Effeny, Carroll, & Bahr (2013) menemukan fakta, dalam membangun regulasi diri individu, peran pendidik sangat penting pada awal – awal pendidikan karena individu akan sangat bergantung pada apa yang dikatakan oleh pendidik, dan selayaknya pendidik memberikan motivasi penguatan dalam mencapai tujuan dan cita – cita yang ingin dicapai (Ibid.).

c. Tindakan positif

merupakan tindakan yang dilakukan individu ketika telah menyeleksi dan menghasilkan perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan masyarakat ataupun sesuai dengan tujuan yang diharapkan, semakin besar dan optimal usaha yang dikerahkan individu dalam melakukan suatu aktivitas maka akan meningkatkan regulasi individu itu tersebut. Pada penelitian Schneider mengatakan tindakan positif yang dilakukan Individu akan menghasilkan regulasi diri yang baik(dalam Manab, 2016:9).

3. Tahapan dan Bentuk Regulasi Diri

Pada ilmu psikologi sebenarnya akar dari teori regulasi diri adalah teori Albert Bandura yaitu teori sosial kognitif. Teori sosial kognitif Bandura mengemukakan bahwa kepribadian seseorang dibentuk dari kognitif, perilaku, dan lingkungan. Kontrol atas berbagai ransangan dari luar dinamakan regulasi diri (dalam Manab, 2016:8). Tahapan-tahapan pembentukan regulasi diri

setiap individu, ada beberapa proses yang dilewati dan mendasarinya agar setiap individu dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Adapun tahapan regulasi diantaranya yaitu:

a. *Receiving*

Langkah pertama yang dilakukan individu adalah menerima informasi awal. Informasi awal yang didapatkan selayaknya relevan dan baik. Adanya informasi yang didapatkan membuat individu menghubungkan dengan informasi yang telah didapatkan sebelumnya ataupun hubungan dengan aspek-aspek lainnya (Bodrova, Germeroth, & Leong, 2013). Masalah yang didapatkan adalah ketika seorang individu terlahir prematur ataupun memiliki kekurangan lainnya maka informasi yang didapatkan tidak seperti individu lainnya. Pada penelitian Lynn et all (2011) tentang individu yang terlahir prematur menghasilkan tentang adanya perbedaan yang signifikan antara anak yang lahir prematur dan anak yang lahir normal. Kesulitan individu dalam menerima informasi sangat penting, dan berguna untuk pengembangan regulasi diri individu tersebut (Ibid.).

b. *Evaluating*

Tahap evaluasi merupakan pengolahan informasi, ketika telah melewati tahap receiving. pada Proses *evaluating* terdapat masalah yang didapat, maka individu dapat membandingkan masalah dari lingkungan (eksternal) tersebut dengan pendapat diri pribadi (internal) yang telah didapatkan sebelumnya (Ibid.). *Evaluating* merupakan tahapan penting dalam proses

regulasi diri karena dalam tahapan ini individu akan mengumpulkan hasil informasi dan melihat perbedaan pada lingkungan luar yang akan menjadi sumbangan paling besar pada proses tindakan yang akan diambil nantinya (McNamara, & O' Hara, 2008. Ibid.).

c. *Trigerring*

Pada tahap ini, individu bersedia melakukan suatu perubahan. Sebagai kelanjutan dari perbandingan pada proses evaluasi diri sebelumnya, memicu perasaan positif atau negatif. Seseorang menjauhi pemikiran maupun sikap perilaku yang bertentangan dengan informasi dari norma sosial yang ada. Dalam tahap ini, individu cenderung mengarah pada perubahan perilaku.

d. *Searching*

Tahapan pencarian solusi masalah. Pada tahapan evaluating individu akan melihat perbedaan antara lingkungan dan pendapat pribadinya, maka individu akan mencari solusi untuk menekan perbedaan masalah tersebut. Pencarian solusi atas masalah yang didapatkan individu sebaiknya mempresepsikan terlebih dahulu masalah tersebut terhadap dirinya kemudian hubungannya dengan orang lain atau lingkungan masyarakat, serta mencari kesulitan yang paling minimal didapatkan ketika melakukan tindakan (Baumeister, 1987. Ibid.).

e. *Formulating*

Tahapan penetapan tujuan atau rencana yang menjadi target serta memperhitungkan masalah seperti waktu, tempat, media ataupun aspek lainnya yang menjadi pendukung yang dapat mencapai tujuan secara efektif maupun efisien (Kitsantas, 2013). Penetapan tujuan adalah komponen yang penting dalam tahapan regulasi diri, dalam penetapan tujuan jangka panjang maka adapula sub bagian yang disebut tujuan jangka pendek yang berguna untuk memantau seberapa besar kemajuan yang berhasil diraih, serta berguna juga untuk menyesuaikan strategi apa yang dapat diterapkan untuk menjadi kunci utama agar dapat meraih keberhasilan yang lebih baik (Schunk, 2001. Ibid.).

f. *Implementing*

Tahapan pelaksanaan rencana yang telah dirancang sebelumnya. Tindakan yang dilakukan sebaiknya tepat dan mengarah pada tujuan, walaupun dalam sikap cenderung dimodifikasi agar tercapai tujuan yang diinginkan. Tujuan yang terlalu tinggi biasanya tidak menjamin pencapaian yang maksimal dikarenakan oleh berbagai faktor yang menjadi penghambat, maka dalam tahapan *implementing*, individu selayaknya menyadari bahwa kegagalan regulasi diri pada tahapan ini adalah sesuatu yang biasanya terjadi (Oettingen, Honig, & Gollwitzer, 2000. Ibid).

g. *Assesing*

Tahapan akhir untuk mengukur seberapa maksimal rencana dan tindakan yang telah dilakukan pada proses sebelumnya dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Tujuan yang ingin dikelola biasanya mengalami pergeseran nilai, akan tetapi pergeseran nilai tujuan dapat diatasi dengan lebih memantapkan prioritas tujuan utama (Carver & Scheier, 2011). Kayler & Weller, melakukan penilaian mengenai seberapa maksimal tindakan yang dilakukan akan memberikan efek ketika melakukan tindakan selanjutnya, assesing adalah bagian dari proses intropeksi diri individu dan dapat berefek juga pada penilaian diri tentang seberapa besar kontribusi perilaku yang telah dilakukan (Op.cit).

Bentuk regulasi diri sendiri menurut Brown dan Ryan terdiri beberapa jenis yang berdasarkan pada teori determinasi diri, yaitu:

a. *Amotivation Regulation*

Keadaan pada saat individu merasakan tidak adanya hubungan antara tindakan dan hasil dari tindakan tersebut. Individu yang berada pada posisi ini akan memiliki keinginan yang rendah untuk bertindak.

b. *Eksternal Regulation*

Perilaku diri seseorang yang dipengaruhi oleh adanya faktor dari luar berupa pemberian dan batasan-batasan. Perilaku yang ditampilkan bukan dari keinginan diri sendiri, tetapi dikontrol oleh sumber lain. Seperti adanya rasa tanggung jawab atau tekanan.

c. Introjected Regulation

Individu menjadikan motivasi di luar dirinya sebagai motivasi dirinya melalui proses tekanan internal, seperti rasa cemas dan adanya perasaan bersalah.

d. Identified Regulation

Perilaku muncul sebagai pilihan pribadi bukan untuk kepuasan dan kesenangan, tetapi untuk mencapai suatu tujuan. Individu merasakan dirinya dioarahkan oleh tujuan.

e. Intrinsically Motivated Behavior

Muncul secara sukarela tanpa adanya keterkaitan dengan faktor eksternal karena individu merasa suatu aktivitas bernilai (Brown dan Ryan, 2015:82-83).

4. Faktor-Faktor Pendukung Regulasi Diri

Menurut Bandura, terdapat dua faktor regulasi diri pada manusia, yaitu faktor eksternal dan faktor internal.

Faktor eksternal yang mempengaruhi regulasi diri dengan dua cara. Pertama faktor eksternal member standar untuk mengevaluasi tingkah laku. Faktor lingkungan berinteraksi dengan berbagai pengaruh pribadi, membentuk standar evaluasi diri seseorang. melalui pengasuh, anak belajarmengenai nilai moral dan tingkahlaku yang sesuai. Melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan, anak dpat mengembangkan standar yang dapat digunakan dalam menilai pencapaian tujuan.

Kedua, yaitu faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dalam bentuk penguatan (*reinforcement*). Standar tingkahlaku dan penguatan biasanya bekerja sama; ketika seseorang dapat mencapai standar perilaku tertentu, perlu penguatan agar tingkahlaku tersebut dapat dipilih untuk dilakukan kembali.

Faktor eksternal sendiri berinteraksi dengan faktor internal dalam pengaturan diri. Bandura mengemukakan tiga bentuk pengaruh internal, diantaranya.

a. Observasi diri (*self observation*)

Dilakukan berdasarkan faktor kualitas penampilan, kuantitas penampilan, orisinalitas tingkah laku. Disini orang harus mampu mengontrol tingkah lakunya. Apa yang diobservasi bergantung pada minat dan konsep diri individu yang bersangkutan.

b. Proses penilaian tingkahlaku (*judgemental process*)

Proses melihat kesesuaian tingkahlaku dengan standar pribadi, membandingkan tingkah laku dengan norma dan nilai standar atau dengan tingkah laku orang lain, menilai berdasarkan pentingnya suatu aktivitas, dan member atribusi penampilan pribadi.

c. Reaksi diri (*self response*)

Individu mengevaluasi diri sendiri secara positif atau negatif, dan selanjutnya memberikan reward ataupun hukuman pada diri sendiri sesuai perilaku. Kemungkinan dapat terjadi reaksi afektif, karena fungsi kognitif

berpengaruh pada keseimbangan evaluasi positif maupun negatif menjadi kurang bermakna secara pribadi yang bersangkutan (dalam Alwisol, 2009 :285-286).

Berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan, Regulasi diri merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai atau target, dan ketika selesai pada pencapaian, maka ada proses mengevaluasi pencapaian tersebut, ketika proses maksimal dapat tercapai individu biasanya merasakan kepuasan dalam dirinya.

Tahapan regulasi diri meliputi *receiving*, *evaluating*, *trigerring*, *searching*, *formulating*, *implementing*, dan *assesing*. Regulasi diri yang baik dapat menghasilkan tindakan yang mengarah pada tindakan positif.

Aspek dari regulasi meliputi metakognitif, motivasi, dan tindakan positif. Jika ketiga aspek regulasi diri dapat maksimal maka regulasi diri yang didapatkan akan mengarah pada regulasi diri yang baik.

C. Pengaruh Regulasi Diri terhadap Agresivitas

Agresivitas dapat diukur dalam empat aspek sesuai bentuk perilakunya, yaitu agresivitas fisik, agresivitas verbal, kemarahan (*anger*), dan permusuhan (*hostility*). Agresi fisik (*Physical Agression*) ialah bentuk agresivitas yang dilakukan dengan menyerang secara fisik dengan tujuan untuk melukai atau membahayakan seseorang. Agresivitas ini ditandai dengan terjadinya kontak fisik

antara agresor dan korbannya. Agresi verbal (*Verbal Agression*) ialah agresivitas dengan kata-kata. Agresi verbal dapat berupa umpatan, sindiran, fitnah, dan sarkasme. Kemarahan (*anger*) ialah suatu bentuk *indirect aggression* atau agresi tidak langsung berupa perasaan tidak suka, kesal, dan benci kepada orang lain maupun sesuatu hal atau karena seseorang tidak dapat mencapai tujuannya. Permusuhan (*Hostility*), merupakan komponen kognitif dalam agresivitas yang terdiri atas perasaan ingin menyakiti, dendam, kecemburuan, rasa tidak percaya, dan ketidakadilan (Buss and Perry, 1991).

Kemampuan regulasi diri dapat diukur dalam tujuh tahapan yaitu *Receiving, Evaluating, Trigerring, Searching, Formulating, Implementing, Assesing*. Dalam tahap *Receiving* individu telah menerima informasi awal yang didapatkan selayaknya relevan dan baik, dalam perubahan diri. Selanjutnya di tahap *Evaluating* individu mampu membandingkan masalah dari lingkungan (eksternal) tersebut dengan pendapat diri pribadi (internal) yang telah didapatkan sebelumnya. Jika tahap tersebut mampu terlewati, pada tahap *Trigerring* individu bersedia melakukan suatu perubahan kearah yang lebih positif. Selanjutnya di tahap *Searching* individu mampu melihat perbedaan antara lingkungan dan pendapat pribadinya dan mencari solusi untuk menekan perbedaan masalah tersebut. jika tahap tersebut mampu terlewati, dalam tahap *Formulating* individu mampu menetapkan tujuan atau rencana yang menjadi target serta memperhitungkan masalah seperti waktu, tempat, media ataupun aspek lainnya yang menjadi pendukung yang dapat mencapai tujuan secara efektif maupun

efisien. Jika mampu dilewati dengan baik masuk tahapan *Implementing*, pelaksanaan rencana yang telah dirancang sebelumnya, ditandai keberhasilan melakukan tindakan tepat dan mengarah pada tujuan, dengan kemampuan memodifikasi sikap yang sesuai untuk pencapaian tujuan yang diinginkan. Terakhir, pada tahap *Assesing*, individu mampu mengukur seberapa maksimal rencana dan tindakan yang telah dilakukan pada proses sebelumnya dalam mencapai tujuan yang diinginkan (introspeksi dan penilaian diri), (Miller & Brown, 1992).

Regulasi diri adalah konstruksi yang memiliki potensi untuk mempengaruhi penelitian yang berhubungan dengan agresivitas. Namun, tidak banyak penelitian yang mengangkat mengenai hubungan maupun pengaruh dari kedua fenomena psikologis tersebut. Selain itu, terdapat banyak faktor yang meliputi sejumlah aspek yang dapat berkontribusi pada agresivitas. Referensi penelitian mengenai agresivitas lebih banyak dikaitkan kepada aspek lain yang lebih spesifik seperti kontrol diri, kematangan emosi, hingga regulasi emosi. Sedangkan penelitian mengenai pengaruh regulasi diri lebih dikaitkan pada peningkatan maupun penguatan aspek perilaku yang diukur seperti prestasi belajar, kemandirian, hingga religiusitas. Ukuran efek dari studi yang melibatkan pengaruh regulasi diri pada agresi yang minim, membuat hasil temuan signifikan yang sulit didapatkan. Evaluasi empiris pada efek pelatihan pemrosesan emosi (termasuk kesadaran emosi dan regulasi diri) pada agresivitas sangat dibutuhkan.

Secara historis, pengobatan agresivitas berfokus pada konflik diri dan manajemen kemarahan.

Pengaruh regulasi diri cukup relevan dengan kecenderungan seseorang untuk dapat menampilkan perilaku agresi. Riset DeWall, Baumeister, Stillman, dan Galliot (dalam Wibowo & Nashori, 2017:51) menyatakan bahwa regulasi diri yang kurang efektif dapat menimbulkan agresivitas. Individu memiliki kemampuan terbatas untuk menahan diri dari agresivitas maupun perilaku antisosial lainnya. Apabila kemampuan regulasi diri dalam diri individu berkurang maka hal tersebut dapat menghambat kemampuan untuk menahan agresivitas. Sedangkan, orang-orang yang memiliki pengendalian diri yang tinggi cenderung lebih tahan terhadap efek penipisan dari kemampuan regulasi diri.

Ishak (2016:265), dalam penelitiannya pada 20 orang mahasiswa laki-laki, menemukan hasil individu yang memiliki regulasi diri dan harga diri yang baik memiliki presentasi yang sangat kecil untuk melakukan tindakan agresi terhadap orang disekitarnya.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wibowo dan Nashori serta Ross dan Fontao menunjukkan bahwa semakin kuat regulasi diri maka semakin rendah tingkat kecenderungan agresif dan sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi tingkat kecenderungan agresif pada anggota perguruan silat, didasarkan dari uji korelasi dari data penelitian (Wibowo dan Nashori, 2017:55; Ross dan Fontao, 2007:13).

Pada penelitian Wibowo dan Nashori, regulasi diri pada tingkat agresivitas remaja dipengaruhi oleh aspek *planning*, *implementing*, dan *evaluating* pada regulasi diri. Aspek *planning* memiliki kemampuan dalam merencanakan tujuan, kemampuan dalam membuat keputusan dan juga kemampuan dalam melihat konsekuensi dari tindakan yang dilakukan sehingga potensi *hostility* dan *anger* dapat ditekan. Aspek *implementing* dalam regulasi diri mencakup kemampuan individu untuk fokus pada rencana awal, kemampuan dalam menahan godaan, juga kemampuan dalam mengimplementasikan aturan-aturan yang telah tertanam dalam diri individu, sehingga potensi melakukan agresi fisik maupun verbal dapat dialihkan. Sedangkan Aspek *evaluating* mencakup kemampuan individu dalam mengevaluasi perilaku diri sendiri terhadap lingkungan dengan menggunakan standar pribadi dan norma yang berlaku di lingkungan sosial, serta memberikan evaluasi dalam diri individu sendiri atas perilaku yang dilakukan, sehingga timbul rasa malu ketika akan melakukan agresivitas baik berupa fisik maupun verbal (Ibid.56).

Akan Tetapi, dalam penelitian Krisnawati pada siswa remaja laki-laki di Bandung, menunjukkan kurang eratnya hubungan regulasi diri terhadap agresivitas. Hasil ini dilatar belakangi oleh banyaknya faktor yang mempengaruhi perilaku agresi selain regulasi diri, ini menunjukkan bahwa regulasi diri bukanlah satu-satunya faktor penentu tinggi rendahnya tingkat agresivitas pada seseorang (Krisnawati, 2006 : 77).

Dalam penelitian Zganec dan Hansec pada siswa prasekolah, regulasi diri tidak berdiri sendiri, tetapi didukung dengan aspek keterampilan emosi dalam mengatur intensitas agresivitas, dimana regulasi diri mengatur kontrol penghambatan agresivitas dan keterampilan emosi mengatur pengenalan dan kesadaran emosi (Zganec & Hansec, 2014:19-20)

Fakta diatas yang menarik peneliti untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas pada anggota perguruan silat, memandang subyek yang dipilih penulis memiliki tingkat emosi dan agresivitas yang cukup tinggi.

D. Hipotesis

Hipotesis adalah sesuatu yang dianggap benar untuk pengutaraan pendapat, meskipun kebenarannya harus diuktikan. Arikunto (2006), menjelaskan bahwa hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis merupakan pedoman karena data yang dikumpulkan berhubungan dengan variabel-variabel yang dinyatakan dalam hipotesis tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

H_1 : Terdapat pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas pada anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate.

H_0 : Tidak Terdapat pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas pada anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode kuantitatif dan hasil berupa data kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan yang menggambarkan dan menginterpretasi objek penelitian sesuai kondisi sebenarnya. Sebagaimana dijelaskan Azwar pendekatan kuantitatif menekankan analisis pada data numerikal (angka) dan diolah menggunakan metode statistika. Penelitian kuantitatif diterapkan dalam penelitian inferensial (dalam menguji suatu hipotesis), dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok dan signifikansi hubungan antara variabel yang diteliti (Azwar 2010).

Sebagaimana dijelaskan Sugiyono metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan filsafat positivism, digunakan untuk meneliti sampel tertentu, teknik pemilihan sampel dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, data bersifat kuantitatif dan statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono 2013).

Metode kuantitatif yang dipilih penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif Regresi. Menurut Nawari, analisis regresi merupakan metode

sederhana untuk melakukan investigasi tentang hubungan fungsional di antara beberapa variabel. Hubungan antara beberapa variabel tersebut diwujudkan dalam suatu model matematis. Model regresi, variabel sendiri dibedakan menjadi 2 (dua) bagian, yaitu variabel respons (response) atau biasa disebut juga variabel bergantung (dependent variable) serta variabel explanatory atau biasa juga disebut variabel penduga (predictor variable) atau disebut juga dengan variabel bebas atau *independent variable* (Nawari, 2010). Menurut Hasan, regresi merupakan suatu alat ukur yang juga digunakan untuk mengukur ada tidaknya korelasi antarvariabel. Istilah regresi yang berarti ramalan atau taksiran. Analisis regresi lebih akurat dalam melakukan analisis korelasi, karena pada analisis itu kesulitan dalam menunjukkan slop (tingkat perubahan suatu variabel terhadap variabel lainnya dapat ditentukan). Analisis regresi dapat meramal atau memperkirakan nilai variabel bebas lebih akurat. Regresi linier adalah regresi yang variabel bebasnya (variabel x) berpangkat paling tinggi satu (Hasan, 2008).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dari sebuah penelitian dapat berupa apapun yang variasi perlu diperhatikan agar dapat disimpulkan mengenai fenomena yang terjadi (Azwar, 2010). Variabel sendiri merupakan titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2010). Adapun variabel yang diteliti yaitu :

1. Variabel bebas,

merupakan faktor sebab. Variabel bebas dalam penelitian ini merupakan regulasi diri (X).

2. Variabel Terikat

merupakan konsekuensi dari variabel bebas. Faktor terikat dalam penelitian ini adalah agresivitas (Y).

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2010). Definisi operasional dirumuskan berdasar proses apa yang harus dilakukan agar variabel yang didefinisikan itu terjadi, penggambaran tipe manusia perilaku nyata yang dapat diamati berkaitan keadaan orang yang menjadi subyek, serta dibuat berdasarkan kriteria pengukuran yang diterapkan pada variabel yang didefinisikan (angka dan skor pada alat ukur dianggap representasi dari variabel yang diukur).

Dalam penelitian ini variabel yang didefinisikan adalah regulasi diri dan agresivitas.

1. Regulasi Diri

Definisi Regulasi diri menurut peneliti merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai atau target, dan ketika selesai pada pencapaian, maka ada proses

mengevaluasi pencapaian tersebut, ketika proses maksimal dapat tercapai individu biasanya merasakan kepuasan dalam dirinya. Aspek regulasi diri ada tujuh, yaitu :

a. *Receiving*

merupakan langkah yang dilakukan individu ketika menerima informasi awal. Informasi awal yang didapatkan selayaknya relevan dan baik.

b. *Evaluating*

merupakan pengolahan informasi, individu dapat membandingkan masalah dari lingkungan tersebut dengan pendapat pribadi yang didapatkan sebelumnya.

c. *Trigerring*

Bersedia melakukan suatu perubahan. Sebagai kelanjutan dari perbandingan pada proses evaluasi diri sebelumnya, memicu perasaan positif atau negatif.

d. *Searching*

Pada tahapan evaluating individu akan melihat perbedaan antara lingkungan dan pendapat pribadinya dan mencari solusi untuk menekan perbedaan masalah tersebut.

e. *Formulating*

penetapan rencana yang menjadi target serta memperhitungkan masalah seperti waktu, tempat, media ataupun aspek lainnya yang menjadi pendukung yang dapat mencapai tujuan secara efektif maupun efisien.

f. Implementing

adalah tahapan pelaksanaan rencana yang telah dirancang sebelumnya. Tindakan yang dilakukan tepat dan mengarah pada tujuan, walaupun dalam sikap cenderung dimodifikasi agar tercapai tujuan yang diinginkan.

g. Assesing

adalah tahapan akhir untuk mengukur seberapa maksimal rencana dan tindakan yang telah dilakukan pada proses sebelumnya dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Jika ada pergeseran nilai tujuan dapat diatasi dengan lebih memantapkan prioritas tujuan utama.

2. Agresifitas

bahwa agresivitas adalah tingkah laku individu yang ditunjukkan untuk melukai atau mencelakakan individu yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Agresivitas timbul sebagai suatu bentuk respon yang mencari pengurangan ketegangan dan frustrasi melalui perilaku yang banyak menunt, memaksa dan mengusai orang lain. Dapat dilakukan berupa agresi berupa fisik maupun verbal (perkataan). Selain itu, agresifitas dapat berupa kemarahan (*anger*) maupun kebencian (*hostility*).

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Azwar mendefinisikan populasi sebagai kelompok subyek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2010). Populasi dari penelitian ini adalah 400 orang anggota perguruan Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan anggota perguruan Persaudaraan Setia Hati Terate.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki ciri-ciri dari populasi yang diambil. Sampel menurut Arikunto merupakan wakil dari populasi yang diambil. Apabila subyek lebih dari 100 orang maka dapat diambil 10-25 % dari jumlah populasi. Semakin besar sampel maka semakin representatif (Arikunto, 2006). Sedangkan teknik sampel yang digunakan adalah teknik *non probability sample* yaitu *purposive sampling*, karena pengambilan sampel pada populasi tertentu dilakukan dengan memperhatikan strata dan ciri khusus pada populasi yang bersangkutan sesuai tujuan penelitian, dilakukan ketika populasi bersifat heterogen (Sugiyono, 2013).

Dalam penelitian ini sampel diambil dari populasi PPS Betako Merpati Putih (MP) dan Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT). Sampel yang diambil masing-masing sejumlah 20%. Dari kedua kelompok PPS Betako MP dan PSHT $20\% \times 400 = 80$ orang. Jadi sampel yang diambil dari kedua kelompok populasi sebanyak 80 orang, dengan rincian 40 orang PSHT dan 40 orang Merpati Putih. Sampel diambil dengan kriteria usia 12-21 tahun.

E. Metode Pengambilan Data

Sehubungan dengan rumusan masalah pada penelitian, metode pengambilan data penelitian berupa skala (*quistionnaire*) dan wawancara sebagai penguat data penelitian dan observasi awal.

1. Skala

Kuisisioner merupakan bentuk pengumpulan data yang fleksibel dan dan relative mudah digunakan. Data yang diperoleh dikategorikan sebagai data faktual. Oleh karena itu, reabilitas tergantung pada responden sebagai subyek penelitian, sedangkan pihak peneliti hanya mampu meningkatkan reabilitias dengan penyajian kalimat yang jelas dengan strategi yang tepat (Azwar, 2007).

Penelitian ini menggunakan skala likert, yaitu gradasi dari nilai positif hingga negatif , karena item yang diukur adalah perilaku (Sugiono, 2013). Penelitian ini meniadakan pilihan ragu ragu (netral) untuk menghindari bias bagi responden yang kurang informatif (Azwar, 2012). Semua item skala bersifat *vavourable* (positif). Penilaian item pada interval 1-4 berdasarkan respon yang diberikan subjek pada skala yaitu:

SS : sangat sering	: 4	TS : sangat sering	: 2
S : sangat sering	: 3	STS : sangat sering	: 1

2. Wawancara

Berupa metode pengumpulan data melalui komunikasi langsung antara peneliti dan responden. Komunikasi berbentuk Tanya jawab secara tatap

muka, sehingga kalimat verbal, ekspresi wajah dan sikap tubuh responden dapat menjadi data penguat dari kuisioner (Gulo, 2010).

Pertanyaan yang ditanyakan peneliti berdasarkan aspek regulasi diri subyek terhadap tindak agresivitas yang dilakukan baik individu maupun kelompoknya.

3. Observasi

Merupakan metode pengumpulan data yang melibatkan seluruh indera, untuk mendapatkan data melalui proses biologis maupun psikologis, dan terpenting melalui pengamatan dan ingatan (Shaughnessy, Zechmeister dkk. 2012: 87). Peneliti melakukan observasi pada tingkah laku kedua anggota perguruan pencak silat sebagai data awal penelitian.

4. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan proses pengumpulan, pemilihan,, pengolahan, dan penyimpanan informasi dalam bidang pengetahuan, sebagai bukti telah dilaksanakan penelitian ini. Dokumentasi dalam penelitian berupa berbagai foto kegiatan pengumpulan data responden.

F. Instrument Penelitian

Pada Kamus Besar Bahasa Indonesia yang dimaksud instrument penelitian adalah sarana penelitian (berupa seperangkat alat tes dan lainnya) untuk memperoleh data sebagai bahan pengolahan. Skala penelitian yang digunakan adalah regulasi diri dan agresivitas.

1. Regulasi diri

Regulasi Diri menurut peneliti merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai atau target, dan ketika selesai pada pencapaian, maka ada proses mengevaluasi pencapaian tersebut, ketika proses maksimal dapat tercapai individu biasanya merasakan kepuasan dalam dirinya. Pada penelitian ini, skala yang digunakan dalam mengukur regulasi diri adalah skala *Self Regulation Quistionaire* (SRQ) 63 item yang dikembangkan oleh Miller dan Brown (1991). Aspek regulasi diri ada tujuh, yaitu :

1. *Receiving*

Menerima informasi awal yang relevan dan baik.

2. *Evaluating*

Membandingkan masalah dari lingkungan tersebut dengan pendapat pribadi yang didapatkan sebelumnya.

3. *Trigerring*

Bersedia melakukan suatu perubahan, memicu perasaan positif atau negatif.

4. *Searching*

Melihat perbedaan antara lingkungan dan pendapat pribadinya dan mencari solusi untuk menekan perbedaan masalah tersebut.

5. *Formulating*

Penetapan rencana yang menjadi target serta memperhitungkan masalah yang dapat mencapai tujuan secara efektif maupun efisien.

6. *Implementing*

Tahapan pelaksanaan rencana yang telah dirancang sebelumnya. Tindakan

7. *Assesing*

Mengukur seberapa maksimal rencana dan tindakan yang telah dilakukan pada proses sebelumnya dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

Table 3.1

Blue Print *Self Regulation Quistionnaire* (SRQ)

Miller and Brown (1991)

Konstruk	Dimensi / aspek	Indikator perilaku	No. item	Jumlah item gugur
Regulasi diri	Menerima informasi mengenai perilaku yang diinginkan	Mampu melacak kemajuan menuju tujuan perubahan	1,10,29, 30, 42, 52, 53,58	8
	Mengevaluasi informasi dan membandingkannya dengan norma dan nilai yang berlaku	Menyesuaikan perilaku dengan standar perilaku lingkungan sekitar	2,9, 22, 23,31, 37,44, 48	7
	Memancing perubahan diri	Bersedia mempertimbangkan cara lain dalam melakukan	3,14,17,24,32, 45,51, 54, 57, 60, 61	11

		sesuatu		
	Mencari opsi / pilihan yang membantu perubahan diri	Keyakinan mampu melakukan perubahan	4, 8, 18,19, 25,34, 38, 40, 46,	9
	Merumuskan rencana	Mampu merencanakan langkah dalam pencapaian tujuan	5, 12,13, 26, 33,35, 39, 47, 49, 63	10
	Menerapkan rencana	Mampu konsisten pada rencana dan menjalankan dengan baik	6,11, 15, 20, 27, 41, 50,55, 59, 62	10
	Menilai keefektifan rencana	Merasa buruk ketika tidak memenuhi tujuan Mengevaluasi perubahan perilaku	7, 16, 21, 28,56, 36, 43	7

2. Agresivitas

Skala agresivitas disusun berdasarkan empat aspek agresivitas menurut *Appetitive Aggression Scale Questionnaire (AQ)* Buss and Perry (1992) yaitu menyerang secara fisik, menyerang secara verbal atau simbolik, amarah dan sikap permusuhan.

Tabel 3.2

Blueprint *The Appetitive Aggression Questionnaire* (AQ),
yang disusun oleh Buss dan Perry (1992).

Konstruk	Dimensi /Aspek	Indikator perilaku	No. Item Favorabel	Jumlah item
Agresivitas	Agresi Fisik	Memukul dan berkelahi Mengeroyok	1,2,3,4,5,6,7,8,9, 40 30,31,32, 39	14
	Agresi Verbal	Menentang pendapat Menghina	10,11,12,13,14 33,34	7
	Marah	Temperamental Sakit hati	15,16,17,18,19, 20,21 35,36,37	10
	Permusuhan	Curiga Cemburu	23,25,26,27,28,29 22,24, 38	9
	Total Item			40

G. Uji Koreksi Item skala dan Reliabilitas

1. Pemilihan skala - Uji Koreksi Item

Pemilihan skala bertujuan menentukan skala yang paling cocok untuk mengukur variabel bebas maupun terikat, dalam penelitian ini dimana variabel bebasnya merupakan regulasi diri dan variabel terikatnya adalah agresivitas. Mempertimbangkan dari kepraktisan penelitian, maka skala yang dipilih merupakan adaptasi dari skala *Questionnaire* berbahasa asing. Skala terjemahan tersebut adalah *Self Regulation Scale* (SRQ) milik Miller and Brown (1991) berisi 63 item yang mengukur tujuh aspek tahap regulasi diri, dan *Aggression*

Questionnaire (AQ) milik Buss and Perry berisi 40 item yang yang mengukur 4 aspek perilaku agresif, yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan dan permusuhan.

Uji koreksi item dilakukan untuk mengetahui seberapa banyak item yang mampu mengukur aspek-aspek dari setiap variabel. Item-item yang gugur menunjukkan item tersebut tidak layak dalam mengukur aspek perilaku subyek. Uji koreksi kelayakan item dalam penelitian ini dilakukan melalui *scale expert judgement* menggunakan SPSS (*Statistical Package for Social Science*) for Windows versi 16.0.

Tabel 3.3

Skala *Self Regulation Quistionnaire* (SRQ)

Aspek	Nomor Item		Jumlah Item Valid
	Valid	Gugur	
<i>Receiving</i> (menerima informasi)	10,29, 30, 42, 52, 53,58	1	7
<i>Evaluating</i> (mengevaluasi informasi)	22, 23,31, 37,44, 48	2, 9	6
<i>Trigerring</i> (memancing perubahan diri)	14,17, 32, 45,51, 54, 57, 60, 61	3, 24	9
<i>Searching</i> (mencari pilihan/ opsi perubahan diri)	4, 8, 18,19, 25,34, 38, 40, 46,		9
<i>Formulating</i> (merumuskan rencana)	5, 12,13, 26, 33,35, 39, 47, 49, 63		10
<i>Implementating</i> (menerapkan rencana)	6,11, 15, 20, 27, 41, 50,55, 59, 62		10
<i>Assesing</i> (menilai keefektifan rencana)	7, 16, 21, 28,56, 36, 43		7
Total Item Valid			58

Tabel 3.4 : Hasil Uji Kelayakan Item

Skala *Agresifitas Quistionnaire*(AQ)

Aspek	Nomor Item		Jumlah Item Valid
	Valid	Gugur	
Fisik	2,3,4, 8,9, 40, 30,31,32, 39	1,5,6, 7	10
Verbal	10,11, 14, 33,34	12,13,	5
Kemarahan	15,16,17,18,19,20,21, 35,36,37		10
Permusuhan/kebencian	23,25,26,27,28,29,22,24, 38		9
Total Item Valid			34

hasil uji koreksi kelayakan item menunjukkan gugurnya item pada skala regulasi diri sejumlah 5 item dan skala agresivitas sebanyak 6 item.

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu instrumen yang cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama maka akan menghasilkan data yang sama apabila sesuai dengan kenyataannya. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi, maksudnya yaitu pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel (Arikunto.S, 2006: 178). Pada penelitian ini uji reliabilitas menggunakan rumus alpha (Arikunto.S, 2006: 195) sebagai berikut :

$$R_{11} = \left(\frac{K}{K-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_r^2} \right)$$

R_{11} : Reliabilitas instrument

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir

k : Banyaknya soal

σ_r^2 : Varians total

Perhitungan reliabilitas menggunakan bantuan komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 16.0 for windows. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentan 0

sampai 1,000. Semakin tinggi angka koefisien mendekati angka 1,000 maka semakin tinggi reliabilitasnya.

Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang antara angka 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitasnya mendekati angka 1,00 maka dapat dikatakan semakin tinggi pula reliabilitasnya. Sebaliknya apabila koefisiennya mendekati angka 0 maka dapat dikatakan reliabilitasnya semakin rendah (Azwar, 2012).

Tabel 3.5 :

Hasil Uji reliabilitas skala

Variabel	<i>Alpha Cronbach's</i>	Keterangan
Regulasi diri	0,958	Reliabel
Agresivitas	0,918	Reliabel

Berdasarkan data di atas dapat diketahui bahwa skala regulasi diri nilai *Alpha Cronbach's* adalah 0,958. Kedua nilai koefisien mendekati nilai standar 1,00 yang menandakan kedua variabel memiliki nilai tinggi. Sedangkan untuk variabel agresivitas nilai *Alpha Cronnbach's* adalah 0,918. Sehingga dapat dikatakan kedua variabel tersebut memenuhi syarat reliabilitas dan dapat dipakai untuk mengukur kedua variabel.

H. Metode Analisis Data

Untuk menguji hipotesis penelitian mengenai pengaruh antara regulasi terhadap agresivitas pada anggota perguruan silat Persaudaraan Setia Hati Terate dan Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih di Madiun, maka peneliti mengolah data yang didapat dengan menggunakan teknik statistik *Regression Analysis* (analisis regresi) dengan menggunakan SPSS 16.0 for windows. Penelitian ini menggunakan serangkaian analisis data, antara lain adalah sebagai berikut:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengukur apakah data yang didapat memiliki distribusi normal sehingga dapat dipakai dalam statistik parametrik. Uji ini menggunakan teknik *Shapiro-Wilk* dengan menggunakan SPSS 16.0 for windows. Jika uji normalitas ini memiliki nilai signifikansi $> 0,05$ maka dikatakan bahwa data pada subyek terdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai prasarat dalam *analisis independent sample t test* dan regresi. Asumsi yang mendasari dalam analisis regresi adalah bahwa varian dari populasi adalah sama. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikansi $> 0,05$

maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok adalah sama.

c. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Uji linieritas pada SPSS for windows menggunakan *test for linierity* dengan taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan memiliki pengaruh yang linier apabila nilai signifikansi pada *linierity* $< 0,05$.

d. Uji Deskriptif

Uji deskriptif merupakan analisis yang digunakan untuk menggambarkan besar kecilnya tingkat variabel dalam suatu penelitian. Pendeskripsian data dapat dilakukan melalui penyajian data melalui penyajian data seperti dengan tabel biasa, tabel distribusi frekuensi dengan grafik garis maupun batang, dengan diagram lingkaran, dengan pictogram, dan lain-lain. Uji deskriptif pada penelitian ini berdasarkan kategorisasi dengan rumus pada tabel 3.5 berikut ini :

Tabel 3.6
Uji Deskripsi

Klasifikasi	Skor
Rendah	$X \leq (M - 1,0 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) < X < (M + 1,0 \text{ SD})$
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$

Keterangan :

X : Skor responden penelitian

M : *Mean* (rata-rata)

SD : Standar deviasi

Kategori didapatkan dari berbagai tahap berikut ini :

1. Rata-rata hipotetik

Rata-rata hipotetik diperoleh dari rumus berikut ini :

$$M = \frac{1}{2} (i_{\text{max}} + i_{\text{min}}) \sum k$$

Keterangan :

M : Mean (rata-rata) hipotetik

I_max : Skor maksimal item

I_min : Skor minimal item

$\sum k$: Jumlah item

2. Rata-rata empirik

Rata-rata empirik diperoleh dari rumus berikut ini :

$$M : \sum \text{skor subyek} : \sum \text{subyek}$$

Keterangan :

M : Mean (rata-rata) empirik
 \sum skor : Jumlah skor total semua subyek atau responden
 \sum subyek : Jumlah subyek atau responden penelitian

3. Standar deviasi

Standar deviasi diperoleh dari rumus berikut ini :

$$SD = 1/6 (X_{\max} - X_{\min})$$

Keterangan :

SD : Standar deviasi
 X_{\max} : Skor maksimal subyek
 X_{\min} : Skor minimal subyek

2. Analisis Regresi Sederhana

Analisis regresi sederhana digunakan untuk menguji atau mengukur hubungan fungsional dua variabel. Menurut Sugiyono, uji regresi sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu variabel independen dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 1997),. Pemilihan jenis analisis regresi sederhana dikarenakan dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel bebas (regulasi diri) dan satu variabel terikat (agresivitas). Peneliti menggunakan bantuan program SPSS 16.0 *for windows dan microsoft excel*. Adapun rumus persamaannya adalah sebagai berikut :

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

Y : Nilai dari variabel terikat (dependen)
a : Nilai dari variabel bebas (independen)
bX : Koefisien regresi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN

1. Perguruan Silat Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Balerejo

a. Profil Lapangan

Nama Persaudaraan Setia Hati Terate mengandung makna mengutamakan hubungan antar sesama yang tumbuh dari hati yang tulus, ikhlas, dan bersih. Selain itu juga dijelaskan bahwa semua anggota Persaudaraan Setia Hati Terate adalah satu saudara yang tidak membedakan pangkat, derajat, dan martabat serta suku, agama, ras dan antar golongan (SARA) dan dilatih dalam suatu ranting yang semuanya berpusat di Madiun.

Sedangkan menurut sejarahnya sendiri, Ranting Persaudaraan Setia Hati Terate Balerejo sendiri merupakan dari pengembangan Daerah Khusus Pusat Madiun yang menanungi 15 ranting di Kabupaten Madiun dan 2 ranting di Kota Madiun. Ranting Balerejo dibina oleh Bapak Sugeng yang merupakan warga tingkat II dan Seseputh PSHT Madiun. Beliau menjadi narasumber dalam penelitian ini.

Dari data hasil wawancara penulis, setiap tahun, PSHT ranting Balerejo mengesahkan 100 orang warga, yang sebagian besar (sekitar 75-80 orang per tahun) merupakan remaja usia 14 hingga 22 tahun. Jika

dipresentasikan sekitar 80 % dari populasi warga setia hati terate berusia remaja hingga dewasa muda.

Melihat dari usia para remaja dalam fase perkembangan emosi dan mental, maka pelanggaran seperti ejek mengejek, persaingan atribut antar perguruan, kesalahpahaman, hingga pertengkaran masih merupakan hal yang wajar, walaupun sekarang semakin jarang terjadi. Permasalahan yang terjadi dipicu oleh kematangan emosi para remaja yang sering tersulut emosi ketika menghadapi kesalahpahaman, mabuk, terpancing provokasi, maupun problem pribadi dari individu sendiri. Namun menurut narasumber, warga remaja ranting balerejo jarang terlibat pelanggaran hukum serius karena aturan dan sanksi keras dari padepokan dan Pembina serta para pelatih mereka.

Untuk menghindari terjadinya pelanggaran, langkah awal Pembina dan pelatih adalah menetapkan batas usia minimal pengesahan sebagai warga yaitu laki laki pada usia 16 tahun serta perempuan pada usia 15 tahun. Selain agar tidak mengganggu pendidikan, juga dipertimbangkan dari kematangan emosi para remaja tersebut. Jika warga tersebut memiliki bakat di bidang pencak silat, maka akan dilatih secara intensif sebagai atlet, sedangkan lainnya digembleng menjadi seorang pelatih yang diberi kewajiban mengembangkan keorganisasian dan kegiatan di ranting Balerejo. Selain menetapkan batas umur, para sesepuh juga menerapkan pembinaan kerohanian rutin setiap minggu untuk menanamkan nilai-nilai

luhur perguruan dan penghayatan pada janji, tujuan sumpah dan adat istiadat perguruan. Dalam kegiatan kerohanian, juga ditanamkan mengenai tanggung jawab sebagai warga PSHT dan menjaga nama baik perguruan sebagai sumpah dari keceran (pengesahan). Hasilnya yaitu semakin kecilnya pelanggaran yang terjadi pada warga usia remaja.

Dalam memberi sanksi, Pembina menteapkan tiga tahap hukuman, yaitu salah satu warga melakukan pelanggaran (seperti memicu keributan), tahap awal adalah dipanggil untuk dinasehati dan diberi wejangan mengenai dampak negatif perbuatannya sekaligus diingatkan mengenai tanggung jawabnya sebagai warga PSHT. Jika warga tersebut masih melakukan pelanggaran, maka diberi skorsing dengan dilarang mengenakan atribut perguruan selama 1 bulan- 2 tahun tergantung jenis pelanggaran, dan jika setelah itu waraga tersebut masih melakukan pelanggaran, maka sanksi diberi tegas berupa hukuman fisik.

Selain karena aturan tegas yang diberikan ranting, semakin minimnya tingkat pelanggaran warga disebabkan kebijakan pemerintah Kota dan Kabupaten Madiun menetapkan daerahnya sebagai kampung pesilat. Sebagai kampung pesilat, maka diadakan deklarasi damai yang melibatkan seluruh perguruan di madiun untuk menjaga keamanan dan kenyamanan dengan mencegah segala tindak kekerasan dan permusuhan yang dilakukan oleh anggota perguruan silat. Dampaknya yaitu semakin meningkatnya kesadaran para pesilat untuk menghindari

pelanggaran dengan mentaati aturaan perguruan masing-masing dan menjalin silaturahmi antar perguruan (wawancara penulis pada seseorang Setia Hati Terate Balerejo Madiun, 10 November 2018).

b. Janji Anggota Tujuan Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Balerejo

Janji Anggota

Dengan hati yang tulus dan penuh kesadaran kami berjanji :

1. Sebagai anggota Persaudaraan Setia Hati Terate saya akan senantiasa berbakti kepada Tuhan Yang Maha Esa, orang tua dan guru.
2. Persaudaraan Setia Hati Terate bagiku adalah sarana untuk mendewasakan jasmani maupun rohani, oleh karena itu perlu dijaga dan diselamatkan keharuman namanya.
3. Sebagai anggota Persaudaraan Setia Hati Terate, kami akan senantiasa berdisiplin, patuh dan setia kepada peraturan-peraturan, tata tertib dan kewajiban-kewajiban yang diinstruksikan oleh pimpinan.
4. Sebagai anggota Persaudaraan Setia Hati Terate, kami akan saling kasih mengasihi antara anggota dengan penuh persaudaraan.
5. Sebagai anggota Persaudaraan Setia Hati Terate, kami akan patuh dan berdisiplin dalam berlatih.
6. Sebagai anggota Persaudaraan Setia Hati Terate, kami akan memupuk rasa rendah hati dan penuh cinta kasih terhadap sesama manusia umumnya dan kepada Persaudaraan Setia Hati Terate khususnya.

7. Kami tidak akan sombong dan mempergunakan pengetahuan Persaudaraan Setia Hati Terate disembarang tempat.

Demikianlah janji kami, biarlah saudara-saudara tua kami yang hadir pada saat ini menjadi saksi dan biarlah Tuhan Yang Maha Esa memberkati dan memberi tuntunan. (BUKU 1 Warga Tingkat 1, 2011)

c. Asas dasar ajaran pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT).

Terdapat lima dasar ajaran yang diluncurkan Setia Hati Terate dalam berkiprah ditengah-tengah masyarakat. Kelima dasar ajaran itu terangkum dalam konsep pembelajaran yang dinamakan “Panca Dasar” yaitu persaudaraan, olah raga, seni, beladiri dan kerohanian.

Lewat konsep pembelajaran yang terangkum dalam panca dasar tersebut SH Terate berupaya membimbing warganya untuk memiliki lima watak dasar yaitu:

1. Berbudi luhur, tahu benar dan salah serta bertakwa pada Tuhan Yang Maha Esa.
2. Pemberani dan tidak takut mati
3. Prinsip ngalah ngalih ngamuk.
4. Sederhana
5. Ikut mamayu hayuning bawono (menjaga keselamatan dan ketentrangan dunia).

Kelima watak tersebut di atas merupakan cerminan watak dari satria atau manusia seutuhnya. Pada Persaudaraan Setia Hati Terate, jika seorang warga atau anggota telah mampu menghayati dan mempraktikkan lima watak tersebut pada kehidupannya, disebut warga anggota yang telah mencapai tataran.

d. Motto Persaudaraan Setia Hati Terate

Manusia Dapat Dihancurkan, Manusia Dapat Dimatikan, Tetapi Manusia Tidak Dapat Dikalahkan, Selama Manusia Itu Masih Setia Pada Hatinya Sendiri.

e. Tujuan Dasar dalam Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT).

Adapun tujuan pendidikan yang diberikan PSHT mengarah pada tujuan yang tertera pada AD/ART yaitu:

1. Mempertebal rasa ketuhanan YME
2. Mempertinggi seni budaya pencak silat dengan pedoman pada wasiat PSHT
3. Mempertebal rasa cinta kasih terhadap sesama
4. Menanamkan jiwa kestria, cinta tanah air dan bangsa Indonesia
5. Mempertebal mental spritual dan fisik bangsa Indonesia pada umumnya dan PSHT pada khususnya
6. Mempertebal kepercayaan pada diri sendiri bagi setiap anggota PSHT atas dasar kebenaran

7. Ikut serta mendidik manusia agar berbudi luhur, tahu benar dan salah serta berjiwa pancasila

(Susanto, Buku Materi warga Ke SH-an, Ranting Dongko 2014)

Pada dasarnya, Tujuan PSHT yaitu mendidik dan membentuk Pendekar sebagai manusia berbudi luhur, tahu benar dan salah, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa

f. Sistem Keanggotaan

Dalam kegiatan latihan, anggota Setia Hati Terate dibedakan sebagai siswa (calon anggota dan warga (anggota resmi). Siswa dibagi dalam empat tingkatan latihan serta warga dibagi menjadi tiga tingkatan. Selama proses latihan pencak silat, seorang pelatih (Saudara Setia Hati) juga memberikan pelajaran dasar Persaudaraan Setia Hati Terate secara umum kepada para siswa. Sedangkan yang sudah menjadi saudara disebut warga tingkatan I, tingkatan II, dan tingkatan III.

Sebelum menjadi warga, anggota PSHT diwajibkan mengikuti latihan sebagai siswa dengan 4 tingkatan sabuk yaitu polos, jambon (merah muda), hijau, dan putih dalam jangka waktu minimal 2 tahun latihan. Adapun materi menyesuaikan dengan tujuan pembentukan kepribadian di setiap tingkatan mulai dari Polos, Jambon, Hijau, Putih, berlanjut ke mori (warga).

2. Profil Perguruan Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih Kolat Salak

a. profil lapangan

Menurut Aryo (Blog PPS Betako MP cabang Jakarta Utara, 2015), Merpati Putih sendiri merupakan singkatan dari Falsafah "Mersudi Patitising Tindak Pusakaning Titising Hening" yang artinya "Mencari Sampai Mendapatkan Tindakan yang Benar dan Tepat dengan Ketenangan". Perguruan Silat Merpati Putih melaksanakan latihannya dalam kolat (kordinasi latihan) yang dibina oleh cabang setiap wilayah dan seluruhnya berpusat pada padepokan inti di Yogyakarta.

Penulis memilih populasi obyek penelitian pada Merpati Putih Cabang Madiun, yang merupakan pusat keorganisasian Merpati Putih yang melingkupi jawa timur wilayah barat (keresidenan madiun, keresidenan Kediri, dan keresidenan bojonegoro). Menurut Mas Mujiono sesepuh Merpati Putih selaku narasumber pada wawancara penelitian, Kolat salak sendiri merupakan bagian dari Merpati Putih cabang Madiun yang didirikan oleh beberapa senior pada 1996 yang sebelumnya bergabung dengan Padepokan Pusat daeran Njoyo Kabupaten Madiun, dengan alasan memusatkan pembinaan dan pembibitan pesilat usia remaja terpisah dari pesilat usia dewasa dan lansia (tingkat kesegaran). Pada perkembanganya, kolat salak sendiri berkembang menaungi kolat dewasa seperti ciliwung, iswahyudi (TNI AU), indrakilo, njegir yang mayoritas berusia dewasa.

Untuk kolat salak sendiri, peserta paling banyak berusia remaja (12-21 Tahun) sebanyak 50-80 orang dengan presentase 80 % dari populasi total anggota Kolat salak. Sebagai remaja, kasus pelanggaran merupakan permasalahan yang wajar terjadi. Pelanggaran yang ditemui di kolat salak berupa ketidaktaatan, sikap kasar dan sikap tidak sopan orang tua atau yang lebih tua. Ini disebabkan karena anggota remaja yang masih labil secara emosi, merasa bangga dengan statusnya sebagai seorang pesilat. Hal ini juga didukung dari pergaulan dan hubungan dengan anggota perguruan silat lain yang usianya sebaya, sehingga saling membanggakan perguruannya dan berujung pada sikap arogan yang dilampiaskan di dalam rumah.

Untuk mengatasi pelanggaran yang terjadi, para senior dan sesepuh menerapkan prinsip keterbukaan, pengarahan kepribadian serta kerohanian rutin, pembinaan kedisiplinan, kepercayaan diri, dan sanksi sesuai tingkat dan jenis pelanggaran. Semua ini bertujuan untuk mengurangi tingkat arogansi para pesilat remaja di lingkungan rumahnya. Untuk mengalihkan emosi dan perilaku negatif, para remaja diarahkan pada pembinaan prestasi sebagai atlit untuk menyumbang prestasi di bidang seni dan olahraga.

Untuk pelaksanaanya, para sesepuh dan senior melakukan kunjungan rumah pada anggota yang melakukan pelanggaran, pemanytauan dan pengarahan secara pribadi (empat mata), skorsing untuk

tidak mengikuti latihan untuk jangka waktu tertentu, hingga tindak tegas (pemecatan/ dikeluarkan dari keanggotaan Merpati Putih). Dampaknya, tingkat pelanggaran anggota Merpati Putih Kolat salak sangat rendah, dan tidak pernah ada yang terlibat tawuran antar perguruan (wawancara penulis pada seseorang Merpati Putih Kolat Salak, 11 November 2018).

b. Janji Anggota PPS Betako Merpati Putih

Tri Prasetya

1. Taat dan Percaya Kepada Tuhan Yang Maha Esa,
2. Mengabdikan dan berbakti pada Nusa, Bangsa dan Negara Republik Indonesia,
3. Setia dan Taat Kepada Perguruan.

c. Asas Dasar

Amanah Sang Guru Saring Hadi Poernomo :

1. Memiliki Rasa Jujur dan Welas Asih,
2. Percaya pada diri sendiri,
3. Keserasian dan Keselarasan dalam penampilan sehari-hari, dan
4. Menghayati dan mengamalkan sikap itu agar menimbulkan Ketakwaan Kepada Tuhan Yang Maha Esa.

d. Motto / Semboyan Perguruan Merpati Putih

Sumbangsihku Tak Berharga Namun Ke-Ikhlasku Nyata

e. Tujuan dan Visi Merpati Putih

PPS Betako Merpati Putih didirikan dengan tujuan sebagai berikut :

1. Ikut berperan serta dalam membina dan mengembangkan Kebudayaan Nasional khususnya Pencak Silat
2. Ikut berperan serta dalam meningkatkan Ketahanan Nasional
3. Ikut berperan serta dalam membina bangsa yang bermoral dan berbudi luhur sesuai dengan nilai-nilai Pancasila
4. Ikut berperan serta dalam membentuk jati diri pesilat

f. Visi dan Misi Merpati Putih

Visi Perguruan Merpati Putih adalah " Berperan serta dalam proses pencerdasan bangsa disegala bidang yang bertujuan untuk mempertahankan semangat kebangsaan, mengangkat harkat dan meningkatkan martabat bangsa Indonesia "(AD/ART PPS Betako Merpati Putih 2013-2018).

g. Sistem Latihan dan Perekrutan Anggota

Dalam perguruan Merpati Putih, terdapat beberapa macam keanggotaan, berdasarkan musyawarah Pusat yaitu ;

1. Calon Anggota

Calon Anggota adalah tingkat dasar satu yang mengikuti program latihan silat merpati putih yang belum mengikuti/ belum lulus dalam ujian kenaikan tingkat. Secara keanggotaan, calon anggota belum sah menjadi warga Merpati Putih.

2. Anggota

Anggota adalah calon anggota/ tingkat dasar satu yang telah dinyatakan lulus dalam ujian kenaikan tingkat, dan diterima sebagai warga tetap PPS Merpati Putih.

3. Anggota Kehormatan

Anggota kehormatan adalah seseorang yang diangkat sebagai anggota kehormatan oleh Guru Besar atau Pewaris Perguruan Merpati Putih, sebagaimana yang telah diatur dalam Anggaran Rumah Tangga Perguruan Merpati Putih.

Dalam proses latihan, anggota dari perguruan merpati putih dibagi menjadi 12 tingkatan, berdasarkan keilmuan dan materi yang dipelajari yaitu Dasar Satu, Dasar Dua, Balik, Balik Dua, Kombinasi Satu, Kombinasi Dua, Khusus Satu(tangan), Khusus Dua(kaki), Khusus Tiga(badan), Kesegaran, Inti Satu, Inti Dua (AD/ART PPS Betako Merpati Putih 2013-2018).

B. HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada warga PSHT Ranting Sunjangan dan Balerejo Kabupaten Madiun dan Merpati Putih Kolat Salak dan Kolat Sentral Padepokan Madiun. Peneliti menyebar skala kepada warga dan anggota muda dalam rentang usia 14-22 Tahun (masa remaja awal-remaja akhir). Prosedur ini didasarkan atas pertimbangan peneliti pada fase remaja awal hingga remaja akhir

merupakan fase puncak emosional dalam perkembangan hidup manusia, dimana intensitas emosi negatif remaja sangat dipengaruhi kemampuan kontrol dan regulasi diri dari masing-masing individu.

1. Hasil Uji Penskalaan

Penelitian ini menggunakan analisis Realibilitas dengan menggunakan bantuan SPSS 16.0 *for windows*. Standart pengukuran yang digunakan untuk menentukan seleksi gugurnya item adalah $r_{xy} \geq 0,30$. Apabila jumlah item tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat mempertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria $r_{xy} \geq 0,25$ atau $r_{xy} \geq 0,20$ (Azwar, 2007: 65). Adapun standart realibilitas item yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah $r_{xy} \geq 0,3$.

Tabel 4.1 : Hasil Uji Kelayakan Item Skala *self Regulation Quistionnaire*
(SRQ)

Aspek	Nomor Item		Jumlah Item Valid
	Valid	Gugur	
<i>Receiving</i> (menerima informasi)	10,29, 30, 42, 52, 53,58	1	7
<i>Evaluating</i> (mengevaluasi informasi)	22, 23,31, 37,44, 48	2, 9	6
<i>Trigerring</i> (memancing perubahan diri)	14,17, 32, 45,51, 54, 57, 60, 61	3, 24	9
<i>Searching</i> (mencari pilihan/ opsi perubahan diri)	4, 8, 18,19, 25,34, 38, 40, 46,		9
<i>Formulating</i> (merumuskan rencana)	5, 12,13, 26, 33,35, 39, 47, 49, 63		10
<i>Implementating</i> (menerapkan rencana)	6,11, 15, 20, 27, 41, 50,55, 59, 62		10
<i>Assesing</i> (menilai keefektifan rencana)	7, 16, 21, 28,56, 36, 43		7
Total Item Valid			58

Tabel 4.2 : Hasil Uji Kelayakan Item Skala *Agression Quistionnaire* (AQ)

Aspek	Nomor Item		Jumlah Item Valid
	Valid	Gugur	
Fisik	2,3,4,8,9,40,30,31,32, 39	1, 5,6,7	10
Verbal	10,11, 14, 33,34	2,13,	5
Kemarahan	15,16,17,18,19,20,21, 35,36,37		10
Permusuhan	23,25,26,27,28,29,22,24, 38		9
Total Item Valid			34

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keakuratan skor kumpulan item (Periantalo, 2015). Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius yaitu mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Reliabel artinya dapat dipercaya dan diandalkan. Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang dibantu dengan program SPSS 16.0 *for windows*. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang antara 0 sampai dengan 1,00. Berikut merupakan hasil uji reliabilitas dari skala yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian.

Tabel 4.3 : Hasil Uji Reliabilitas

Skala	<i>Alpha</i>	Keterangan
Regulasi diri	0,958	Reliabel
Agresivitas	0,918	Reliabel

Hasil uji reliabilitas terhadap kedua skala tersebut dapat dikatakan reliabel karena kedua skala tersebut memiliki nilai *alpha* yang mendekati 1,00 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua skala tersebut reliabel.

3. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan pada penelitian ini adalah uji normalitas dan linieritas. Uji asumsi dilakukan untuk membuktikan bahwa sampel dan

data penelitian terhindar dari sampling error. Berikut ini merupakan penjelasan dari uji asumsi pada penelitian ini.

a. Uji Normalitas

Uji asumsi normalitas dilakukan sebagai prasyarat sebelum melakukan uji korelasi. Uji normalitas ini dilakukan untuk mengetahui apakah data dari kedua variabel terdistribusi normal atau tidak. Hasil uji normalitas yang baik adalah yang memiliki distribusi normal atau mendekati normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik One-sample Kolmogrov-Smirnov Test dengan menggunakan bantuan SPSS 16.0 for Windows. Acuan yang digunakan untuk mengetahui normalitas sebaran data yaitu jika nilai signifikansi ($p \geq 0,05$) maka dapat dikatakan normal dan jika nilai signifikansi ($p < 0,05$) maka sebaran dikatakan tidak normal (2009:103). Pada tabel di bawah ini dapat dilihat hasil dari uji normalitas data dari variabel regulasi diri dan agresivitas.

Tabel 4.4 : Hasil Uji Normalitas

Variabel	KS-Z	Sig	Keterangan
Regulasi diri	0,615	0,844	Normal
Agresivitas	0,751	0,625	Normal

b. Uji linieritas

Uji linearitas ini dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen bersifat lineier (garis lurus). Adapun ketentuan mengenai linieritas dari kedua variabel yang menggunakan bantuan program SPSS 16.0 *for Windows* diindikasikan jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka tidak ada hubungan yang linier antara kedua variabel. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka ada hubungan yang linier di antara kedua variabel yang di uji.

Tabel 4.5 : Hasil Uji Linieritas

Sig. Deviation From Linearity	Keterangan
0,66	Linier

4. Analisis Deskriptif

Analisis data ini dilakukan untuk menjawab rumusan masalah sebelumnya yang diajukan oleh peneliti sebelumnya, sekaligus menjawab tujuan dari penelitian ini. Tingkat regulasi diri dan agresivitas Warga PSHT dan PPS Betako Merpati Putih di madiun yang dikategorikan menjadi tiga, yaitu : Tinggi, Sedang, dan Rendah dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 4.6 : Norma Kategorisasi

No	Kategori	Skor
1	Tinggi	$X > (M + 1 SD)$
2	Sedang	$(M - 1 SD) \leq X \leq (M + 1 SD)$
3	Rendah	$X < (M - 1 SD)$

Setelah ditemukan skor sesuai dengan norma maka dibuat mejadi tiga kelas dengan batas kelas masing-masing. Penjelasan secara terperinci pada masing-masing variabel dijelaskan pada rincian berikut ini.

a. Regulasi Diri

Kategorisasi tingkat regulasi diri subyek dijelaskan pada tabel 4.7 berikut ini.

Tabel 4.7:

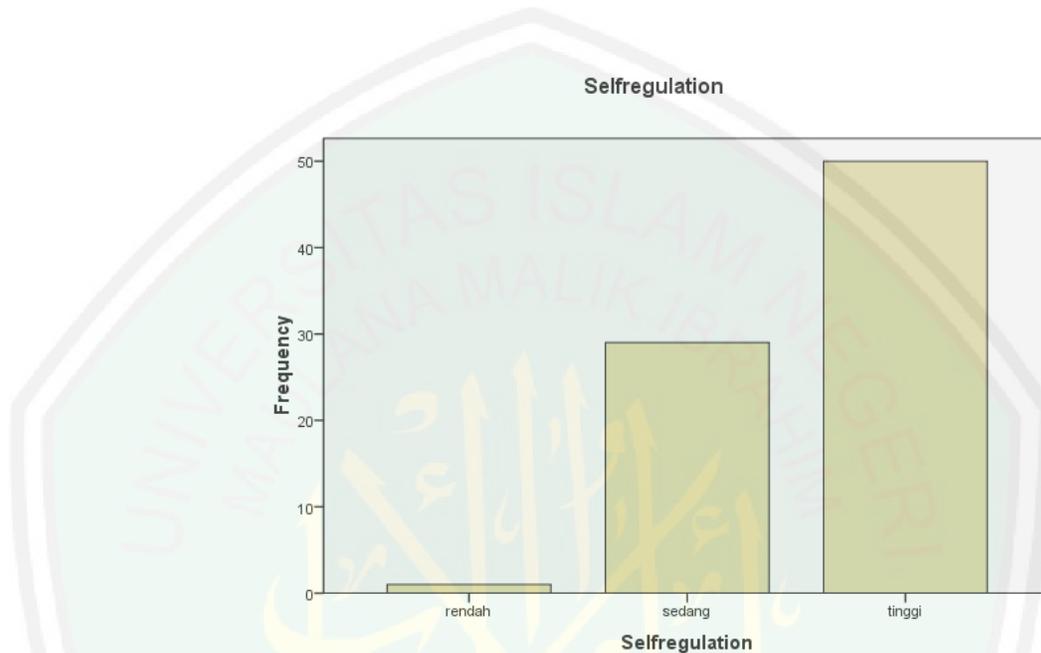
kategorisasi skala regulasi diri

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>175	50	62,2%
Sedang	116-174	29	36,2%
Rendah	<115	1	2%

Berdasarkan tabel 4.7 didapatkan bahwa warga PSHT dan PPS Betako Merpati Putih memiliki tingkat resiliensi tinggi sebanyak 62,2%; sedang sebanyak 36,2%; dan rendah sebanyak 1,2%. Diagram kategorisasi tingkat regulasi diri subyek penelitian dijelaskan pada gambar 4.1 berikut ini.

Gambar 4.1:

Diagram Kategorisasi Tingkat regulasi diri keseluruhan



Berdasarkan gambar 4.1 dapat diketahui bahwa kategorisasi regulasi diri terbanyak adalah kategori tinggi yaitu sejumlah 62,2%, sejumlah 50 orang. Jika dilihat dari kategorisasi pada masing-masing kelompok obyek, pada Anggota Persaudaraan Setia Hati Terate dan PPS Betako Merpati Putih, hasil kategorisasi yang didapatkan sebagai berikut,

Tabel 4.8:

Kategorisasi Skala regulasi diri PSHT

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>175	21	52,5 %
Sedang	116-174	19	47,5%
Rendah	<115	0	0%

Tabel 4.9:

Kategorisasi Skala regulasi diri PPS Betako Merpati Putih

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>175	39	97,5 %
Sedang	116-174	1	2,5%
Rendah	<115	0	0%

Pada anggota PSHT, mayoritas memiliki tingkat regulasi diri tinggi (52,5%) sedangkan pada anggota PPS Betako Merpati Putih, memiliki persentase lebih besar dengan mayoritas memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi (97,5%).

b. Agresivitas

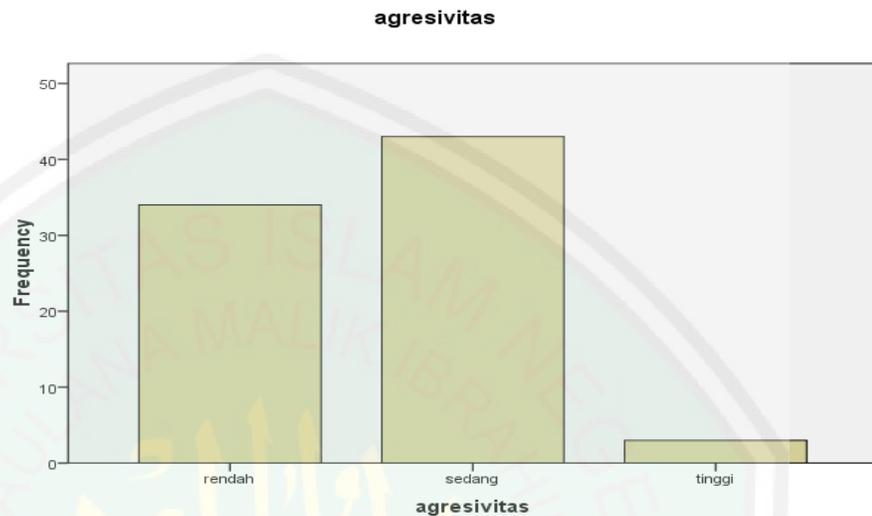
Kategorisasi tingkat Agresivitas subyek dijelaskan pada tabel 4.8 berikut ini.

Tabel 4.10 : Kategorisasi Skala Agresivitas

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>103	3	42,5%
Sedang	68 – 102	43	53,8%
Rendah	<67	34	3,8%

Berdasarkan tabel 4.10 didapatkan bahwa warga PSHT dan PPS Betako MP memiliki tingkat agresivitas tinggi sebanyak 3,8%; sedang sebanyak 53,8%; dan rendah sebanyak 42,5%. Diagram kategorisasi tingkat agresivitas subyek penelitian dijelaskan pada gambar 4.2 berikut ini.

Gambar 4.2 : Diagram Kategorisasi Agresivitas



Berdasarkan gambar 4.2 dapat diketahui bahwa kategorisasi agresivitas terbanyak adalah kategori sedang yaitu sejumlah 53,8% sebanyak 43 orang.

Jika dilihat dari kategorisasi pada masing-masing kelompok obyek, pada Anggota Persaudaraan Setia Hati Terate dan PPS Betako Merpati Putih, hasil kategorisasi yang didapatkan sebagai berikut,

Tabel 4.11 : Kategorisasi Skala Agresivitas PSHT

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>103	2	5%
Sedang	68 – 102	22	55%
Rendah	<67	16	40%

Tabel 4.12 : Kategorisasi Skala Agresivitas PPS Betako MP

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>103	1	2,5%
Sedang	68 – 102	21	52,5%
Rendah	<67	18	45%

Pada anggota PSHT, mayoritas memiliki tingkat agresivitas sedang (55%) sedangkan pada anggota PPS Betako Merpati Putih, memiliki persentase sedikit dibawah objek lainnya, dengan mayoritas memiliki tingkat agresivitas yang sedang (52,5%) .

5. Hasil Uji Hipotesis Penelitian

Uji hipotesis dalam penelitian ini digunakan untuk menguji apakah ada pengaruh variabel independen (regulasi diri) terhadap variabel dependen (agresivitas). Peneliti menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS *for windows*. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut :

Tabel 4:13 : Uji Linearitas seluruh sampel

Dependent Variabel	Predictor	Sig
Agresivitas	Regulasi Diri	0,012

Hasil dari uji regresi menjelaskan bahwa nilai signifikansi adalah sebesar 0,012, sehingga dapat dikatakan $p > 0,05$. Dengan demikian menunjukkan bahwa variabel X (Regulasi diri) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y (Agresivitas).

Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa Regulasi diri tidak memiliki berpengaruh terhadap Agresivitas pada warga dan anggota PSHT dan PPS Betako MP di Madiun. Hal ini membuktikan bahwa H_0 dapat diterima yaitu tidak adanya pengaruh Regulasi diri terhadap Agresivitas. Adapun prosentase pengaruh Regulasi diri terhadap Agresivitas adalah sebagai berikut :

Tabel 4.14 : prosentase pengaruh
regulasi diri terhadap agresivitas

Dependent Variabel	Predictor	R Square
Agresivitas	Regulasi diri	0,078

Hasil dari uji regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi $R^2 = 0,078$ atau dapat dibilang dengan 7,8 %. Yang artinya variabel regulasi diri memberikan kontribusi 7,8% terhadap agresivitas warga PSHT dan PPS Betako Merpati Putih di Madiun.

Adapun sisanya yaitu 92,2% yang memengaruhi tingkat agresivitas warga PSHT dan PPS Betako Merpati Putih di Madiun dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Jika dilihat dari masing-masing perguruan, maka hasil uji regresi dari PSHT ditampilkan sebagai berikut.

Tabel 4.15 : Uji Regresi PSHT

Dependent Variabel	Predictor	Sig
Agresivitas	Regulasi Diri	0,007

Hasil dari uji regresi menjelaskan bahwa nilai signifikansi adalah sebesar 0,007, sehingga dapat dikatakan $p < 0,05$. Dengan demikian menunjukkan bahwa variabel X (regulasi diri) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y (agresivitas). Adapun prosentase pengaruh self regulation terhadap agresivitas adalah sebagai berikut ;

Tabel. 4.16 : persentase regulasi diri terhadap agresivitas

Dependent Variabel	Predictor	R Square
Agresivitas	Regulasi diri	0,177

Hasil dari uji regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi $R^2 = 0,177$ atau dapat dibilang dengan 17,7 %. Yang artinya variabel regulasi diri memberikan kontribusi 17,7% terhadap agresivitas warga PSHT di Madiun. Pada PPS Betako MP, hasil uji regresi ditampilkan sebagai berikut ;

Tabel 4.17:

Uji Regresi Betako MP

Dependent Variabel	Predictor	Sig
Agresivitas	Regulasi diri	0,193

Hasil dari uji regresi menjelaskan bahwa nilai signifikansi adalah sebesar 0,193, sehingga dapat dikatakan $p > 0,05$. Dengan demikian menunjukkan bahwa variabel X (regulasi diri) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y (agresivitas). Adapun prosentase pengaruh regulasi diri terhadap Agresivitas adalah sebagai berikut ;

Tabel 4.18 :

Presentase pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas MP

Dependent Variabel	Predictor	R Square
Agresivitas	Regulasi diri	0,044

Hasil dari uji regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi $R^2 = 0,044$ atau dapat dibilang dengan 4,4 %. Yang artinya variabel regulasi diri memberikan kontribusi 4,4% terhadap agresivitas warga PPS Betako Merpati Putih di Madiun.

C. PEMBAHASAN

1. Tingkat Regulasi Diri pada Warga Anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih (MP) dan Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) di Madiun

Berdasarkan hasil analisis tingkat regulasi diri pada Warga Anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate di Madiun yang telah dilakukan dengan menggunakan

bantuan aplikasi SPSS 16.0 *for windows*, menunjukkan bahwa Warga Anggota Perguruan Silat Setia Hati Terate dan Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih di Madiun memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi sebanyak 62,2%.

Pada anggota PSHT, mayoritas memiliki tingkat regulasi diri tinggi (52,5%) sedangkan pada anggota PPS Betako Merpati Putih, memiliki persentase lebih besar dengan mayoritas memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi (97,5%).

Tingkat regulasi diri yang tinggi berpengaruh pada kesadaran pesilat untuk mengontrol dan menghambat agresivitas, yaitu dengan kemampuan menerima informasi, menilai keefektifan rencana, memancing perubahan diri, mencari pilihan/opsi perubahan diri, merumuskan rencana, menerapkan rencana, mengevaluasi informasi dan mengimplementasikannya perubahan perilaku yang dianggapnya kurang bermanfaat dan bertentangan dengan nilai norma perguruan dan mampu memberi penghargaan pada diri sendiri ketika berhasil mencapai perubahan diri, dengan menjadi seorang pesilat yang patuh pada sumpah dan aturan perguruan.

Dengan kemampuan regulasi diri, anggota perguruan mampu melakukan introspeksi dan evaluasi pada perilaku yang melanggar peraturan, dan mempertahankan motivasi untuk berperilaku baik maka seorang pesilat akan memiliki konsep dan kontrol emosi yang baik, keyakinan dan kepercayaan diri yang kuat sehingga setiap yang perbuatannya selalu

berpegang pada ajaran dan tata krama perguruan yang telah ditanamkan selama latihan dan menjauhi hal-hal yang mampu merusak dirinya sendiri maupun nama baik perguruanannya. Selain itu perilaku pesilat yang memiliki regulasi diri yang tinggi cenderung kepada hal-hal produktif seperti semangat berprestasi di bidang olahraga bela diri dan pengembangan keorganisasian perguruanannya.

Dalam hal lain, tingkat regulasi diri yang tinggi menandakan mayoritas anggota perguruan telah berhasil melewati tujuh tahapan regulasi diri. Hal ini berpengaruh pada kematangan emosi dalam mengontrol agresivitas pada pesilat. Kematangan emosi seorang pesilat digunakan dalam menghadapi segala situasi, sehingga mampu memandang dan menghadapi setiap persoalan secara dewasa tanpa melibatkan agresivitas.

Peran pelatih dan sesepuh dalam menegakan aturan yang disiplin menjadi faktor utama dalam pembentuk regulasi diri pada pesilat dari kedua perguruan. Aturan tegas terhadap setiap pelanggaran yang merupakan faktor lingkungan pembentuk regulasi diri yang dinilai sangat berpengaruh pada regulasi emosi para pesilat. Dengan begitu, para pesilat semakin termotivasi untuk menghindari pelanggaran agar aman dari hukuman dan sanksi. Hal ini berdampak pada pengalihan emosi negatif kepada hal yang produktif seperti keaktifan pengembangan organisasi dan prestasi.

Anggota Perguruan (pesilat) yang memiliki regulasi diri tinggi dicirikan mampu menerima informasi awal yang didapatkan selayaknya

relevan dan baik dalam perubahan diri (mengenai agresivitas). Setelah itu ia akan membandingkan masalah dari lingkungan tersebut dengan pendapat diri pribadi yang mengenai dampak buruk agresivitas. Jika tahap tersebut mampu terlewati, individu bersedia melakukan suatu perubahan kearah yang lebih positif, yaitu mengalihkan potensi agresivitas kedalam semangat berprestasi. selanjutnya pesilat mampu melihat perbedaan antara lingkungan dan pendapat pribadinya dan mencari solusi untuk menekan perbedaan masalah tersebut (pandangan mengenai agresivitas) yang kemudian mendorong individu mampu menetapkan tujuan atau rencana yang menjadi target serta memperhitungkan masalah seperti waktu, tempat, media ataupun aspek lainnya yang menjadi pendukung yang dapat mencapai tujuan secara efektif maupun efisien (dalam hal ini agresivitas disalurkan ketika pesilat berda dalam pertandingan atau mengalahkan lawan secara sportif). Proses terakhir yaitu pelaksanaan rencana yang telah dirancang sebelumnya, individu mampu mengukur seberapa maksimal rencana dan tindakan yang telah dilakukan pada proses sebelumnya dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

Namun sebaliknya, pesilat yang memiliki regulasi diri rendah akan cenderung pada perilaku yang stagnan dan tidak memiliki motivasi untuk bermanfaat bagi perguruannya. pribadi ini cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah sehingga rawan untuk melakukan pelanggaran terhadap aturan perguruan termasuk diantaranya agresivitas sebagai salah satu bentuk kompensasi terhadap kepercayaan dirinya.

Pandangan dari Galinsky (2011) dengan adanya regulasi diri, seseorang akan mampu mengatur pikiran dan emosinya untuk menuju kesuksesan dalam lingkungan sosialnya. Karena pada dasarnya setiap orang memiliki kemampuan mengontrol dirinya sendiri untuk selalu berbuat kebaikan dan perilaku positif dalam menyeimbangkan dunia sosialnya.

Sebagai remaja, para pesilat PSHT dan PPS Betako MP masih belajar mengembangkan kemampuan regulasi diri, walaupun terkadang belum bisa mengontrol emosinya dengan melakukan pelanggaran. Usia remaja sendiri menurut Piaget (1952) merupakan tahap operasional formal seorang individu, yang pada masa ini remaja memiliki kemampuan analisa diri terhadap suatu masalah dan mampu merumuskan solusi terbaik serta memperbaiki keadaan tersebut. Dan menurut Erikson (dalam Feist & Feist, 2010) melihat remaja sebagai periode latensi sosial, remaja juga dipandang sebagai fase adaptif dari perkembangan kepribadian atau periode mencoba-coba. Seiring dengan fase puncak dari perkembangan emosi yang sebagian besar cenderung memiliki pandangan egosentris didukung dengan keinginan remaja mencoba hal yang baru, maka pelanggaran pada aturan merupakan hal yang wajar. Perilaku egosentris sendiri yang menurut Elkind (1976) memicu sebagian remaja melakukan pelanggaran dan hal yang menyimpang akibat dari kurang matangnya emosi dan kebutuhan akan perhatian yang besar. Hal ini sangat jelas ditimbulkan oleh ketidakmampuan remaja mengevaluasi diri dan mengarahkan kebutuhannya kepada hal produktif yang positif

seperti prestasi. Maka pelanggaran pada anggota pesilat remaja kemungkinan merupakan efek dari regulasi diri yang kurang baik, regulasi diri anak dan remaja sangat dipengaruhi oleh hubungan dengan orang tua, karena orang tua adalah merupakan sosok yang telah memberikan pengetahuan, motivasi, dan pengasuhan serta lingkungan pembelajaran (Gillespie, & Seibel, 2006). Pendidik dalam hal ini adalah para senior dan pelatih silat juga memberikan sumbangan penting dalam pembentukan regulasi diri remaja / anggotanya, dengan mengidentifikasi keperluan, kebutuhan anggota didikannya dan memberikan petunjuk agar lebih berkembang pada arah yang baik melalui petunjuk, motivasi, dan pemodelan yang dilakukan oleh pendidik/pelatih agar dapat ditiru oleh siswanya (Florez, 2011). Pada Akhirnya, ketika para pesilat remaja mendapatkan ransangan dari luar baik berupa pengetahuan (metakognisi), motivasi, ataupun perlakuan yang mengarah tindakan positif, maka remaja akan mempunyai regulasi diri yang baik.

Selain itu, Regulasi diri dinilai penting dimiliki oleh seseorang dalam membantu perkembangannya, karena regulasi diri juga dapat mengontrol keadaan lingkungan dan implus emosional yang sekiranya dapat mengganggu perkembangan seseorang (Cervone & Pervin, 2010). Sehingga individu yang ingin berkembang akan berusaha untuk meregulasi dirinya semaksimal mungkin dalam mencapai tahap perkembangan yang diinginkannya. Sementara individu yang kurang mampu dalam meregulasi diri, dimungkinkan tidak mampu untuk mencapai keberhasilan yang sempurna.

Dari penelitian ini dapat diperkirakan, Tingkat regulasi diri yang tinggi pada Mayoritas Pesilat muda PSHT dan PPS Betako MP merupakan pengaruh dari didikan dan kedisiplinan yang dilakukan pihak pelatih secara rutin disertai sanksi tegas sesuai tingkat pelanggaran, sehingga menumbuhkan kesadaran pesilat untuk menjaga mengontrol diri untuk meencanakan, mengevaluasi, dan mengubah perilaku yang dianggapnya kurang bermanfaat dan bertentangan dengan nilai norma perguruan dan termotivasi untuk menjadi seorang pesilat yang patuh pada sumpah dan aturan perguruan.

berdasarkan wawancara penulis pada narasumber (sesepuh) kedua perguruan di Madiun, Tingkat pelanggaran pada kedua anggota perguruan silat) dari tahun ke tahun semakin berkurang karena para anggota remaja lebih menggiatkan diri pada pengembangan prestasi dan keorganisasian, dan mengalihkan pengakuan diri yang sebelumnya dilakukan dengan sikap arogan menjadi persaingan sportif dalam bentuk prestasi pada setiap turnamen keolahragaan. Fakta ini sejalan dengan hasil analisis data skala yang menunjukkan tingkat regulasi diri mayoritas Anggota Pesilat berada pada rentang tinggi dan sedang (wawancara penulis pada narasumber kedua perguruan,,10-11 november 2018).

2. Tingkat Agresivitas pada Anggota Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Perguruan Silat Setia Hati Terate usia remaja di Madiun

Berdasarkan hasil analisis tingkat Self agresivitas pada Warga Anggota Perguruan Silat Setia Hati Terate dan Beladiri Tangan Kosong

Merpati Putih di Madiun yang telah dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS *for windows 16.0*, menunjukkan bahwa dari keseluruhan 80 sampel, mayoritas Warga Anggota Perguruan Silat Setia Hati Terate dan Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih di Madiun memiliki tingkat agresivitas sedang sebanyak 53,8%.

Pada anggota PSHT, mayoritas memiliki tingkat agresivitas sedang (55%) sedangkan pada anggota PPS Betako Merpati Putih, juga memiliki persentase tingkat agresivitas yang sedang (52,5%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat agresivitas pada anggota kedua perguruan cukup baik. Hasil ini sejalan dengan wawancara penulis (oktober 2018), yang menemukan bahwa dari tahun ke tahun tingkat pelanggaran berupa tindak kekerasan pada pesilat di kedua perguruan semakin kecil, dan adanya kesadaran untuk menjalin silaturahmi kepada warga lain perguruan untuk memperbaiki ketegangan di masa lalu dan menciptakan kondisi kondusif di Madiun. Disamping itu, pada oktober 2018, kebijakan pemerintah Madiun dalam mewujudkan Madiun kampung pesilat, mampu melakukan mediasi pada seluruh perguruan silat di Madiun untuk meluruskan segala kesalahpahaman yang mampu menimbulkan tindakan agresif antar anggota perguruan.

Individu dengan tingkat agresivitas yang sedang cenderung pasif dalam menanggapi respon negatif dari orang lain maupun lingkungannya. Namun, potensi untuk melakukan tindakan agresif dapat terjadi ketika individu tidak mampu mengontrol amarah akibat respon negatif pencetus

perilaku agresif. Dalam penelitian ini, tingkat agresivitas sedang para anggota perguruan lebih mengarah pada ke tingkat agresivitas rendah, dengan fakta semakin rendahnya kasus kekerasan yang dilakukan anggota di kedua perguruan yang diteliti. Dalam penelitiannya, Kurshid dkk menemukan fakta bahwa individu dengan tingkat agresivitas sedang memiliki motivasi berprestasi dan kecerdasan emosi di tingkat rata-rata (Kurshid, dkk. 2017:348). Sejalan dengan hasil wawancara penulis, menunjukkan bahwa kecerdasan emosi dan motivasi perubahan perilaku dalam mengontrol agresivitas pada pesilat masih belum maksimal, walaupun pesilat umumnya telah mampu mengalihkan objek dan potensi agresivitas disaat pertandingan dan turnamen (tarung).

Pesilat yang memiliki agresivitas yang tinggi cenderung memiliki harga diri dan konsep diri yang rendah, tingkat arogansi diri untuk menutupi kelemahannya, sifat iri dengki, susah mengontrol emosi negatifnya dan selalu berprasangka buruk. Akibatnya ketika timbul suatu provokasi maupun kesalahpahaman, mereka tidak segan untuk menyelesaikannya dengan jalan kekerasan, baik berupa fisik, verbal, kemarahan, dan kebencian atau dendam. Kegemaran Tawuran dan sikap angkuh menjadi identitas utama mereka untuk menutupi prestasi dan kemampuan dirinya yang kurang. Pesilat yang memiliki agresivitas tinggi memiliki pandangan bahwa dengan sikap agresif dan pandai berkelahi merupakan hal utama yang membuat orang disekitarnya segan dan hormat pada mereka. Hal ini justru menjadi ciri ketidakmatangan mereka

sebagai seorang berusia remaja. Sejalan dengan pernyataan Slabby dan Guerra dalam Anwar (1998) menunjukkan bahwa individu dengan dengan tingkat agresivitas tinggi sehubungan dengan kemampuan mengatasi masalah yang rendah.

Sebaliknya pesilat yang memiliki agresivitas yang rendah cenderung memiliki konsep diri dan harga diri yang baik, yang berpengaruh pada caranya mengontrol emosi. Pesilat dengan agresivitas rendah mudah melihat segala permasalahan dari berbagai sudut pandang dan menemukan solusi terbaik dalam memecahkan suatu permasalahan. Pesilat dengan tingkat agresivitas yang rendah akan memandang suatu provokasi atau sikap orang lain yang tidak nyaman sebagai penguji kematangan emosi mereka sebagai orang yang lebih dewasa dari umurnya. Rendahnya agresivitas juga berdampak pada pesilat yang memilih mengalah dan menghindari segala macam bentuk tindakan perpecahan. Pesilat seperti ini pada umumnya cinta damai dan senang menjalin hubungan sosial yang mendalam, serta cenderung menerima segala sesuatu dengan ikhlas. Jika disertai regulasi diri yang baik, maka pikiran positif disertai evaluasi diri serta motivasi adalah hal utama yang membimbing individu ini kepada hal yang produktif, sebagai pengalih emosi negatif dan kebutuhan egosentris dari remaja tersebut.

Tingkat agresivitas sedang pada pesilat, dapat terjadi akibat item-item pada skala yang memaparkan bentuk-bentuk perilaku dari keempat aspek agresivitas secara langsung mendorong subyek mengisi setiap item secara

subyektif berdasarkan standar perilaku yang sesuai dengan lingkungan. Subyek tidak sepenuhnya jujur mengungkapkan keadaan dirinya, karena persepsi yang normatif yang bertujuan untuk menjaga nama baik perguruan. Fenomena ini berhubungan dengan fakta adanya aturan tegas kedua perguruan pada anggotanya dalam menjaga nama baik perguruan.

Moyer dan Susetyo (199) menyatakan bahwa tinggi rendahnya agresivitas tergantung pada pengaturan diri seorang individu. Agresivitas seorang pesilat sendiri sangat dipengaruhi pengaturan diri dari pergaulan dengan teman sebayanya. Sejalan dengan pernyataan narasumber penelitian, tindakan agresif dan pelanggaran para anggota perguruan berasal dari pergaulan,. Ketika dalam lingkungan perguruan, para pesilat remaja segan untuk berbuat pelanggaran dan kesalahan karena takut akan sanksi dan hukuman pelatih yang diterapkan secara ketat dan disiplin. Namun ketika para pesilat remaja jauh dari pengawasan pelatih di lingkungan tempat tinggalnya, maka pergaulan dengan teman yang salah menjadi faktor yang kuat pada terjadinya tindak pelanggaran dan kekerasan karena merasa aman serta bebas dari segala aturan perguruan yang mengikat. Didukung pernyataan Baron dan Byrne (1991) yang mengungkapkan agresivitas timbul dari perilaku belajar sosial, yang berasal dari pengalaman di lingkungan sosial melalui orang lain sebagai model.

Peran pelatih dan sesepuh sebagai pendidik para pesilat remaja sangat menentukan tinggi rendahnya agresivitas pada diri setiap warga anggota.

Tindakan pendidikan yang terlalu keras (otoriter) cenderung membentuk para pesilat menjadi pribadi militant dan agresif, serta tidak memiliki rasa takut pada apapun. Namun ketika pelatih memberi contoh yang baik disertai pendidikan kedisiplinan dan nilai-nilai positif perguruan. Maka potensi agresivitas dapat ditekan dengan kesadaran diri untuk menjaga nama baik pelatih maupun perguruan. Pada fakta di lapangan, pelatih pada perguruan silat Setia Hati Terate (PSHT) lebih mengarahkan warganya pada kerohanian untuk mengatasi emosi negatif warga anggota sedangkan untuk pelatih PPS Betako Merpati Putih (MP) lebih mengarahkan pada prestasi di bidang keolahragaan untuk memperkecil tingkat agresivitas warga anggotanya.

Bandura (dalam Ramirez, 2003) menempatkan penekanan yang lebih besar pada faktor eksternal, lingkungan, konteks sosial sebagai elisitor agresi. Seorang individu dapat mempelajari agresi melalui peniruan atau pengamatan dari satu model agresif yang dikaguminya (contoh figur orang tua atau guru, misalkan orang tua menghukum anaknya dengan cara memukul, kemudian mereka (anak-anak) merasa boleh melakukan hal yang sama seperti apa yang dilakukan oleh orang tua terhadap dirinya sehingga mereka meniru dan mempraktikanya ke individu lain (memukul temannya). Lebih lanjut Bandura menegaskan bahwa manusia bertindak agresif diantaranya karena lima alasan yaitu mereka menikmati tindakan yang bersifat melukai orang lain, mereka menghindari atau menentang konsekuensi terbalik dari agresi orang lain, mereka menerima perlakuan atau siksaan karena tidak bersifat agresif, mereka

menghidupkan standar pribadi bagi perilaku berdasarkan agresivitas tersebut, mereka mengamati orang lain menerima penghargaan/reward karena sudah bertindak agresif atau dihukum karena berperilaku tidak agresif. Dalam hal ini pelatih merupakan model utama dalam menentukan tingkat agresivitas warga anggotanya

Presentase rendahnya tingkat agresivitas yang lebih besar pada warga Setia Hati Terate daripada Merpati Putih berasal dari perbedaan usia sampel penelitian dari kedua perguruan. Pada perguruan PSHT, responden berusia 15-21 tahun dengan mayoritas berusia 17-19 tahun (peralihan masa remaja tengah ke dewasa akhir), sedangkan pada PPS Betako MP, subyek berusia 13-18 tahun dengan mayoritas berusia 13-15 tahun (masa remaja awal). Menurut Ali dan Asrori (2004) pada masa remaja awal kontrol terhadap dirinya bertambah sulit dan mereka cepat marah dengan cara-cara yang kurang wajar untuk meyakinkan dunia sekitarnya. Perilaku seperti ini sesungguhnya terjadi karena adanya kecemasan terhadap dirinya sendiri sehingga muncul dalam reaksi yang kadang-kadang tidak wajar. Sedangkan pada masa akhir remaja tengah hingga awal remaja akhir, tuntutan tanggung jawab dari keluarga dan lingkungan mengkondisikan individu untuk mulai mampu belajar mengembangkan, pemikiran, sikap, perilaku yang lebih dewasa dari masa sebelumnya. Fakta ini sejalan dengan perbedaan tingkat agresivitas pada kedua kelompok sampel.

Dapat dikatakan, tinggi rendah agresivitas pada anggota masing-masing perguruan silat dipengaruhi oleh pemahaman dan kesadaran terhadap nilai, norma dan aturan yang diajarkan dan ditanamkan oleh pelatih dan para sesepuh, dan kebijakan mediasi dari pemerintah selain dipengaruhi pergaulan dan lingkungan dari para anggota perguruan silat tersebut.

3. Pengaruh Regulasi Diri terhadap Agresivitas pada anggota perguruan silat Beladiri Tangan Kosong dan Persaudaraan Setia Hati Terate usia remaja di Madiun

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa hasil analisis pada seluruh 80 orang sampel menunjukkan tidak adanya pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas pada anggota perguruan pencak silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate di Madiun. Namun, dari hasil uji analisis pengaruh pada masing – masing kelompok sampel, pada responden Setia Hati Terate sebanyak 40 orang menunjukkan adanya hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas, sedangkan pada Responden Merpati Putih sebanyak 40 orang tidak ditemui hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa rendahnya tingkat pelanggaran pada subyek Persaudaraan Setia Hati Terate berupa kekerasan fisik, perkelahian, tempramen emosional, kemarahan, permusuhan, dendam, dan ejekan dipengaruhi oleh regulasi diri dalam bentuk kemampuan merencanakan, mengevaluasi, dan mengubah perilaku yang dianggapnya

kurang bermanfaat dan bertentangan dengan nilai norma perguruan, yang keberhasilan pengaruhnya bergantung pada tingkat kematangan usia pesilat itu sendiri.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wibowo dan Nashori (2017) pada remaja laki-laki usia 16- 18 tahun di SMAN Yogyakarta menyatakan bahwa Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dan agresivitas pada remaja. Hal tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi skor regulasi diri, maka semakin rendah agresivitas yang dimiliki oleh remaja. Sebaliknya, semakin rendah skor regulasi diri, maka remaja cenderung lebih banyak untuk memunculkan agresivitas. Aspek *planning* dari regulasi diri memberikan sumbangan paling besar sebagai salah satu faktor kemunculana danya agresivitas.

Hal sama ditunjukkan pada Responden Skala Kelompok PSHT yang berusia rata-rata berusia 16-19 tahun. Hasil dari uji regresi menunjukkan regulasi diri memberikan kontribusi 17,7% terhadap agresivitas warga PSHT di Madiun. Dilihat dari tingkat regulasi diri yang tinggi sebesar 52,5 % populasi dan tingkat agresivitas sedang senilai 55% populasi Perguruan, maka hal ini menunjukkan rendahnya agresivitas pada anggota Setia Hati Terate dibentuk regulasi diri yang baik, sehingga anggota dapat mengontrol perilaku negatif dan mengarahkannya pada hal positif. Hasil tersebut didukung wawancara terhadap narasumber mengenai minimnya tindak perilaku

kekerasan yang melibatkan anggota perguruan, menggambarkan semakin berkurangnya tindak pelanggaran dan perilaku anarkis pada pesilat karena kemampuan diri dalam meencanakan, mengevaluasi, dan mengubah perilaku kerah positif dan produktif sebagai usaha memberikan kebanggaan pada perguruan, yang didukung oleh penegakan kedisiplinan, sanksi tegas terhadap pelanggaran dan kerohanian rutin oleh para senior PSHT.

Namun hal yang berbeda ditunjukkan oleh responden Merpati Putih sebanyak 40 orang dengan mayoritas usia 13 hingga 15 tahun, Hasil dari uji skala menunjukkan bahwa regulasi tidak berpengaruh secara signifikan terhadap agresivitas. Hasil dari uji regresi menunjukkan regulasi diri memberikan kontribusi 4,4% terhadap agresivitas warga PPS Betako Merpati Putih di Madiun. Hal menarik manunjukkan bahwa tingkat regulasi anggota perguruan Merpati Putih bernilai tinggi, yaitu 97,5%, dan memiliki tingkat agresifitas yang sedang. Rendahnya tingkat agresifitas dapat dipengaruhi oleh faktor lain dan regulasi diri lebih mempengaruhi pencapaian prestasi dalam diri individu. Hasil yang sama ditemui dalam penelitian Krisnawati (2006) pada siswa remaja laki-laki di Bandung, menunjukan kurang eratnya hubungan regulasi diri terhadap agresivitas. Hasil ini dilatarbelakangi oleh banyaknya faktor yang mempengaruhi perilaku agresi selain Regulasi diri. Menurut Connor (2002), faktor faktor yang mempengaruhi agresivitas terdiri atas gender (laki-laki dan perempuan) dan usia (masa remaja awal yang dimulai pada usia 11-14 tahun). Remaja yang memiliki kematangan emosi

lebih mampu mengatasi dan mengontrol emosi negatif yang mengarah pada perilaku agresif. Dalam hal ini tingkat agresivitas pada anggota Merpati Putih lebih dipengaruhi kematangan emosi dan kontrol diri.

Menurut Colleman dan Hamen (1974) Mencapai kematangan emosi sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga, pendidik dan kelompok teman sebaya yang kondusif yang menekan timbulnya agresivitas. Pada PPS Betako Merpati Putih, keberhasilan rendahnya tingkat agresivitas ditentukan dari kegiatan pemantauan perilaku anggota secara rutin oleh pelatih, baik di lingkungan perguruan, rumah, maupun sekolah. Sejak usia praremaja, mereka dihadapkan pada aturan dan sanksi tegas terhadap pelanggaran dan perilaku buruk, sehingga terbentuk rasa takut dan malu untuk melakukan pelanggaran, karena merasa dirinya akan dilaporkan ke pelatih jika sampai berbuat buruk pada orang tua dan teman sebayanya, sehingga berdampak pada kematangan emosi dalam menghadapi potensi agresivitas.

Faktor pencetus rendahnya perilaku agresif lainnya menurut Megargee (1991) yaitu kecemasan dan ketakutan pada hukuman yang dikondisikan, nilai dan sikap yang dipelajari perilaku non agresi melalui intruksi maupun modeling, empati emosi, dan pengalaman emosi positif. Dari data observasi dan wawancara, minimya perilaku agresif pada anggota kedua Perguruan disebabkan oleh kedisiplinan untuk menghindari sanksi dan hukuman pelatih, serta aturan perguruan yang mengikat.

Tingkat regulasi diri yang tinggi dipengaruhi motivasi dan tuntutan pelatih dan orang tua untuk berprestasi di bidang pencak silat, sehingga remaja tak sempat mencari perhatian dari lingkungan sekitar dengan melakukan hal-hal buruk (berkelahi, pertengkaran mulut, sikap angkuh dan arogan, maupun amarah dan dendam) karena mereka sibuk memikirkan strategi untuk meraih prestasi di setiap perlombaan dengan kesadaran untuk tidak melanggar, karena jika mereka melakukan pelanggaran dan menurutkan emosi amarah sebanyak tiga kali, sanksi yang diberikan yaitu pemberhentian sebagai anggota. Ini menunjukkan regulasi diri dan rendahnya agresivitas tidak saling berkaitan, karena rendahnya agresivitas lebih diatur oleh kematangan emosi dan kontrol diri anggota pesilat untuk menghindari sanksi yang akan mempermalukan mereka. Sedang regulasi diri mereka lebih kearah pencapaian prestasi untuk mengangkat nama baik perguruan, bukan untuk merubah sifat agresif dalam diri para anggota.

Penelitian DeWall, Baumeister, Stillman, dan Galliot, (2007) mengenai efek regulasi diri dan pengurangan regulasi diri kepada agresi melihat bahwa tampaknya regulasi diri dalam diri individu merupakan suatu sumber daya yang terbatas dan sangat mungkin untuk habis. Apabila sumber daya bisa berujung dengan munculnya agresivitas yang dapat merugikan orang lain.

Bandura (1986) menggambarkan regulasi diri sebagai kemampuan yang dapat berkembang dalam diri individu. Perkembangan kemampuan ini

dipengaruhi oleh sistem hubungan triadic yang saling berinteraksi antara lingkungan eksternal, perilaku individu, dan kognitif individu itu sendiri.. Individu akan belajar dari lingkungan eksternalnya (*enactive learning*) melalui orang-orang disekitarnya dalam bereaksi terhadap perilaku yang ditampilkannya yang sebelumnya akan diolah terlebih dulu dalam kognisi individu.

Menurut Baumeister (1998) yang terpenting dari *self-regulation* adalah pencapaian tujuan. Agar berhasil dalam hidup seseorang harus mengatur dirinya secara efektif yaitu menetapkan tujuan yang tepat dan mengusahakannya secara bertahap pada tujuan tersebut.

Dari berbagai penjelasan diatas, proses internalisasi dan pendisiplinan dari lingkungan latihan (pelatih dan sesepuh) dapat menumbuhkan regulasi diri yang baik pada mayoritas kedua anggota perguruan sehingga anggota memiliki motivasi untuk mengangkat nama baik perguruan melalui prestasidi bidang olahraga. Sedangkan minimnya kasus agresivitas pada anggota perguruan dipengaruhi ketaatan dan kedisiplinan pada aturan perguruan dan pelatih serta kebijakan pemerintah Madiun dalam mediasi antar perguruan.

Oleh karena itu, keberhasilan menekan agresivitas tidak hanya dipengaruhi oleh lemahnya kemampuan internal pengaturan dan perubahan diri kearah yang lebih baik, tetapi juga dari faktor eksternal di luar regulasi diri, seperti proses-proses belajar seperti kebanyakan bentuk perilaku sosial

lainnya, seperti kontrol diri dan kematangan emosi dan juga *conditioning* dan *modelling* dari lingkungan (Bandura, 1986,).

Selain itu, tidak adanya hubungan antara kedua variabel disebabkan item-item pada kedua skala yang normatif cenderung menimbulkan subjektifitas pada subjek. Item-item pada skala agresivitas seperti bentuk-bentuk kekerasan fisik, verbal, kemarahan, maupun permusuhan dianggap subyek sebagai nilai negatif yang bertentangan dengan norma sosial. Kondisi ini menghasilkan skor skala yang manipulatif dan berdampak kurangnya fakta psikologis mengenai dua variabel yang dapat diungkapkan lebih dalam, sehingga data lebih lengkap didapat dari wawancara terhadap narasumber kedua perguruan dan observasi pada kedua anggota perguruan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Tingkat regulasi diri pada Anggota Perguruan Silat Merpati Putih dan Setia Hati Terate di Madiun pada kategori tinggi. Artinya bahwa anggota perguruan silat Merpati Putih dan Setia Hati Terate memiliki kemampuan menerima informasi, menilai keefektifan rencana, memancing perubahan diri, mencari pilihan/ opsi perubahan diri, merumuskan rencana, menerapkan rencana, mengevaluasi informasi dan mengimplementasikannya pada perbuatan positif yang produktif.
2. Tingkat agresivitas pada Anggota Perguruan Silat Merpati Putih dan Setia Hati Terate di Madiun pada kategori sedang. Artinya bahwa anggota perguruan silat Merpati Putih dan Setia Hati Terate cukup baik dalam mengendalikan potensi agresivitas berupa tindakan agresivitas fisik, agresivitas verbal, kemarahan, dan perilaku permusuhan.
3. Tidak ditemuinya pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas pada Anggota Perguruan Silat Merpati Putih dan Setia Hati Terate di Madiun. Dimana faktor internal seperti usia dan eksternal seperti lingkungan lebih berpengaruh terhadap kemampuan pesilat dalam mengontrol potensi agresivitas mereka. Dalam hal ini, regulasi diri berpengaruh pada semangat anggota untuk mengangkat nama perguruan dengan berbagai hal positif.

B. Saran

1. Untuk para senior dan pelatih Perguruan Pencak Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate untuk mempertahankan kedisiplinan dan pembinaan kerohanian serta perilaku pesilat Sehingga dengan demikian diharapkan dapat menjaga para pesilat remaja dari agresivitas.
2. Untuk para pesilat remaja agar mengarahkan dorongan emosi dan agresivitas kepada perilaku positif yang produktif berupa pencapaian prestasi di bidang olahraga maupun pengembangan keorganisasian perguruan masing-masing.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti regulasi diri dan agresivitas hendaknya menambah variabel lain dengan karena masih banyak variabel yang mempengaruhi. Peneliti selanjutnya diharapkan mempersiapkan penelitian secara matang, baik secara teori maupun teknis. Peneliti selanjutnya diharapkan pula untuk lebih banyak referensi dan mencantumkan penelitian terdahulu untuk memperkuat penelitian. Perlu juga untuk melakukan penelitian mengenai berbagai aspek, faktor dan solusi perilaku agresivitas secara mendalam. diharapkan mampu memperhatikan aspek-aspek seperti usia, jenis kelamin, geosentris, religiusitas dan berbagai aspek pendukung lainnya. Serta mampu memperbanyak jumlah populasi dan sampel sehingga ruang lingkup penelitian lebih luas dan hasil penelitian yang dihasilkan lebih baik dan representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Saifuddin. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. (2009). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Alwisol. (2004). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka cipta.
- Anderson, A Craig, Deuser & De Neve. (1995). *Hot Temperatures, Hostile Affect, Hostile Cognition, and Arousal: Test of General Model of Affective Aggression*. Columbia : University of Missouri.
- Anderson, A. Craig & Bushman, J Bushman. (2002). *Human Aggression*. Annu. Rev. Psychol. 2002. 53:27–51 Copyright©c 2002 by Annual Reviews. All rights reserved.
- Aziiz, Isnan Miftahul.(2016). *Solidaritas Kelompok Organisasi Pencak Silat Cabang Kabupaten Ponorogo : Studi Kasus Anggota Pencak Silat Setia Hati Terate VS Setia Hati Winongo*. Jurnal Skripsi, Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Buss, Arnold H & Perry, Mark.(1992). *Aggression Quistionaire*. Journal of Personality and Social Psychology, 1992, Vol. 63, No 3, Copyright 1992 by the American Psychological Association. Inc.
- Chaplin. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Dayakisisni, Tri & Hudaniah, (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Friedman & Schustack.(2008). *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern Jilid I*. Jakarta ; Erlangga.

- Fromm, Eric. (2000). *The Anatomy of Human Destructiveness*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Goleman, Daniel. (2007). *Emotional Intelligence. Terjemahan Hermaya*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gottfredson, M. R. & Hirschi, T. (1990). *A General Theory of A Crime*. Stanford: Stanford University Press.
- Gross & James J. (2002). *Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences*. *Journal of Psychophysiology*, 39, 281-291.
- Ishak, Muhamad Amri M.(2016). *Hubungan antara Kecenderungan Agresi dan Harga Diri: Peranan Emosi Disregulasi dalam Memediasi Kecenderungan Agresi dan Harga Diri*. *Jurnal Seminar Asean 2nd Psychology & Humanity © Psychology Forum UMM*, 19 – 20 Februari 2016.
- Kiswarawati, (1992). *Perilaku Agresi*. Jakarta ;Ghalia Indonesia.
- Koeswara,E. (1988). *Agresi Manusia*. Bandung: Rosda Offset.
- Krisnawati, Eva Nila. (2006). *Hubungan Self Regulation dan Perilaku Agresi pada Siswa SLTP X Bandung*. Skripsi. Universitas Kristen Maranatha Bandung.
- Kurnia. (2018). *Internalisasi Nilai Moral Melalui Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) di Desa Bulak Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan*. Skripsi. Yogyakarta : FIS UNY.
- Manab, Abdul. (2016). *Memahami Regulasi Diri: Sebuah Tinjauan Konseptual*. *Jurnal Seminar Asean.2nd Psychology & Humanity © Psychology Forum UMM*, 19 – 20 Februari 2016.
- Maksum, Ali. (2009). *Konflik kekerasan antar kelompok perguruan pencak silat proses pembentukan identitas sosial yang terdistorsi*. *Anima, Indonesian psychological journal*, 101-115.
- Michel, J. S., Pace, V. L., Edun, A., Sawhney, E., & Thomas, J. (2014). *Development and validation of an explicit aggressive beliefs and attitudes scale*. *Journal of Personality Assessment*, 96(3), 327-338. DOI: 10.1080/00223891.2013.832260.
- Miller, Brown, & Lawendowsky.(1999). *The Self Regulation Quistionaire*. In

- L.VandeCreek & TL Jackson(Eds). *Innovation in Clinical Practice : A source book*, Vol 17,pp 281-292.Sarasota, FL, US.
- Muzzaki, (2013). *Kebanggaan Kolektif Anggota Perguruan Silat (Kera Sakti, Setia Hati Terate, dan Pagar Nusa)*, Skripsi, UIN Maliki Malang.
- Najud, Anang Hambiyatun.(2006). *Makna Simbol Perguruan Pencak Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih*. Skripsi, Universitas Airlangga Surabaya.
- Novitasari, Dwi Umi. (2015). *Hubungan Antara Komtrol Diri Dengan Agresivitas Pada Anggota Pencak Silat*. Skripsi. UIN Maliki Malang.
- Nur Ghufron, M & Rini Risnawati S. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Nurtjahyo, Arif & Mattulesi, Andik. (2013). *Hubungan Kematangan Emosi dan Konformitas terhadap Agresi Verbal*, Persona, Jurnal Psikologi Indonesia. September Vol 2 No.3, Hal 223-231.
- Prasetyo, Bambang dan Jannah, Lina Miftahul. (2012). *Metode penelitian kuantitatif*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Roberton , Daffern , & Bucks. (2011). *Emotion regulation and aggression*. Article in *Aggression and Violent Behavior* January 2012. 72–82 1359-1789/see front matter © Elsevier Ltd. All rights reserved. doi: 10.1016 /j.avb. 2011.09.006.
- Ross, Thomas & Fontao, Maria Isabell. (2007). *The Relationship of Self-Regulation and Aggression: An Empirical Test of Personality Systems Interaction Theory*. Article in *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*. DOI: 10.1177/0306624X07308667 · Source: PubMed.
- Ryan, Richard M. (2015). *The “Why,” “What,” and “How” of Healthy Self-Regulation: Mindfulness and Well-Being from a Self-Determination Theory Perspective*. Chapter · January 2015, DOI: 10.1007/978-1-4939-2263-5_7.
- Sarwono, Sarlito W. (2002). *Psikologi Sosial; Individu dan Teori Teori Psikologi Sosial*. Jakarta. Balai Pustaka.
- Soekanto, S. (1982). *Sosiologi suatu pengantar*. Jakarta: PT. RAJAGRAFINDO PERSADA.
- Sudiana, I Ketut & Sepyanawati, Ni Luh Putu. (2017). *Keterampilan Dasar Pencak Silat*. Depok: Rajawali Pers.

- Sugiyono., (1997). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Susantyo, Badrun. (2011). *Memahami Agresivitas: sebuah tinjauan konseptual*. Jurnal Informasi, Vol. 16 No. 03 Tahun 2011.
- Sobur, A. (2009). *Psikologi Umum*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Walgito, Bimo, Dr. Prof. (2008). *Psikologi Kelompok*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Wibowo, Novalinda E & Nashori, H Fuad. (2017). *Regulasi Diri dan Agresivitas pada Remaja Laki-Laki*. Jurnal RAP UNP, Vol. 8, No. 1, Mei 2017, hal. 48-59.
- Widoyoko, Eko Putro. (2012). *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Zganec & Hansec. (2015). *Self-Regulation, Emotion Understanding and Aggressive Behaviour in Preschool Boys*. Croatian Journal of Education Vol.17; Sp.Ed.No.1/2015: pages: 13-24. Original research paper Paper submitted: 5th March 2014 Paper accepted: 14th April 2014. doi: 10.15516/cje.v17i0.1493.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Regulasi Diri

NAMA :
 USIA :
 JENIS KELAMIN :
 PERGURUAN :

Saya Bersedia Mengisi
 Ya tidak

Petunjuk Pengisian

Beri tanda ceklis (√) pada kolom yang anda pilih

SS = jika sangat setuju

S = jika setuju

TS = jika tidak setuju

STS = jika sangat tidak setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	biasanya Saya mencatat kemajuan yang telah saya lakukan dalam usaha mencapai tujuan saya				
2	Saya memiliki karakter yang mirip teman sebaya saya				
3	Orang banyak mengatakan saya tidak suka mengerjakan sesuatu secara terus menerus dengan cara yang sama				
4	Saya yakin mampu mengubah sikap negatif saya ketika saya menginginkannya				
5	Saya mudah memahami inti persoalan ketika memikirkan suatu hal/permasalahan				
6	Saya tidak mudah teralihkan dalam menjalani rencana saya				
7	Saya menghargai diri sendiri untuk membuat				

	kemajuan dalam mencapai tujuan saya				
8	Saya berfikir mengenai dampak dari segala hal yang saya lakukan sebelum terlanjur bertindak				
9	Saya berperilaku selayaknya standar orang-orang di sekitar saya				
10	Mudah bagi saya melihat segala hal bermanfaat yang membantu perubahan diri saya kearah yang positif				
11	Saya dapat mencapai tujuan yang telah saya tetapkan				
12	Saya tidak suka menunda dalam menentukan keputusan				
13	Saya hanya membuat sedikit rencana yang matang agar saya mampu fokus untuk mewujudkan semuanya				
14	Saya mengubah cara saya dalam melakukan sesuatu ketika saya menemui suatu hambatan				
15	Saya tetap fokus mengerjakan sesuatu tanpa terpengaruh kondisi sekitar				
16	Saya tidak berfokus pada pandangan orang lain terhadap perubahan diri saya				
17	Saya bersedia mempertimbangkan cara lain untuk melakukan berbagai hal dalam hidup saya				
18	Jika saya ingin berubah, saya yakin saya sanggup melakukannya				
19	Saya tidak merasa kewalahan ketika memutuskan untuk berubah				
20	Saya tidak mengalami kesulitan dalam				

	melaksanakan berbagai target begitu saya memutuskan untuk memulai sesuatu tujuan				
21	Saya belajar dari setiap kesalahan saya				
22	Saya berhati hati untuk tidak berlebihan dalam melakukan suatu hal				
23	Saya berfokus memperbaiki diri dengan melihat perilaku yang dapat diterima oleh orang lain				
24	Saya tidak menyukai rutinitas dan hal yang sama berulang-ulang				
25	Saya mencari nasihat pada orang yang tepat untuk memulai perubahan				
26	Saya mudah menemukan banyak cara untuk memulai perubahan, serta mudah bagi saya menentukan cara yang paling efektif diantara semuanya				
27	Saya mampu konsisten dalam melakukan rencana saya dengan baik				
28	Saya hanya membuat satu kali kesalahan dan mampu belajar dari kesalahan tersebut				
29	Saya mengambil pelajaran dari setiap hukuman/sanksi				
30	Saya memiliki standard pribadi yang menjadi pedoman dalam menjalani hidup				
31	Saya menjalani hidup menurut aturan agama saya				
32	Saya segera mencari solusi ketika menghadapi permasalahan				
33	Saya tidak kesulitan dalam menentukan sasaran perubahan pada perilaku saya				

34	Saya memiliki banyak tekad untuk memulai perubahan				
35	Ketika saya mencoba memulai perubahan, saya akan memperhatikan langkah saya untuk memulainya				
36	Saya biasanya menilai tindakan saya dengan konsekuensi dari tindakan tersebut				
37	Saya tidak peduli dianggap berbeda dari orang kebanyakan				
38	Segera setelah saya melihat hal-hal tidak berjalan dengan baik saya ingin melakukan sesuatu tentang hal itu				
39	Ketika saya melihat suatu hambatan dalam melakukan suatu hal, maka saya ingin segera melakukan perbaikan pada hal tersebut				
40	Ada banyak jalan dalam mencapai suatu tujuan				
41	Saya sanggup menahan godaan				
42	Saya menetapkan tujuan diri saya serta rutin melacak kemajuan yang telah saya alami				
43	Sebagian besar waktu saya pakai untuk introspeksi diri apa yang telah saya lakukan				
44	Saya tidak mencoba meniru orang di sekitar saya dan bertekad lebih baik dari mereka				
45	Saya tidak melakukan hal yang sama secara berulang-ulang ketika saya tahu hal tersebut tidak akan berhasil				
46	Biasanya saya mampu menemukan perbedaan kemungkinan dari tujuan saya ketika saya ingin				

	melakukan suatu perubahan				
47	Begitu saya memiliki tujuan, saya dapat merencanakan bagaimana cara dalam mencapainya				
48	Saya mematuhi aturan yang berlaku di lingkungan masyarakat saya				
49	Jika saya menetapkan resolusi untuk mengubah sesuatu, saya memberikan banyak perhatian pada bagaimana saya melakukannya				
50	Seringkali saya fokus pada apa yang sedang saya lakukan sampai seseorang memangalihkan perhatian saya				
51	Saya banyak berpikir tentang bagaimana cara saya akan melakukan sesuatu				
52	Biasanya saya menyadari akan kebutuhan untuk berubah lebih baik sebelum orang lain melakukan suatu perubahan				
53	Saya pandai menemukan berbagai cara untuk mendapatkan apa yang saya inginkan				
54	Saya biasanya berpikir sebelum bertindak				
55	Masalah sepele tidak akan mengalihkan fokus tujuan saya				
56	Saya merasa gagal ketika saya tidak memenuhi target saya				
57	Saya belajar dari kesalahan saya				
58	Saya tahu dan sadar saya akan tujuan hidup saya				
59	Saya tidak merasa terganggu ketika menghadapi sesuatu yang tidak diinginkan				
60	Saya meminta bantuan orang lain ketika saya				

	membutuhkannya				
61	Sebelum membuat keputusan, saya mempertimbangkan apa yang mungkin terjadi jika saya melakukan suatu perbuatan				
62	Saya tidak mudah menyerah				
63	Saya memutuskan untuk berubah dan berharap yang terbaik				



Lampiran 2 Skala Agresivitas

NAMA :
 USIA :
 JENIS KELAMIN :
 PERGURUAN :

Saya Bersedia Mengisi
 Ya Tidak

Petunjuk Pengisian

Beri tanda ceklis (√) pada kolom yang anda pilih

SS = jika sangat sering

S = sering

TS = jika tidak sering

STS = jika sangat tidak sering

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Terkadang, saya tidak bisa mengendalikan dorongan untuk menyerang teman lain				
2	Ketika saya tidak tahan dengan provokasi seseorang, saya akan melampiaskannya dengan memukul provokator				
3	Saat saya dihajar seseorang, saya akan membalas menghajarnya.				
4	Saya lebih sering terlibat perkelahian dibanding teman-teman saya				
5	Ketika hanya ada pilihan menggunakan kekerasan untuk melindungi hak dan harga diri saya, maka saya akan menggunakannya				
6	Saat ada orang memaksa saya untuk melakukan sesuatu yang tidak saya inginkan, maka saya akan berkelahi				

7	Saya berfikir bahwa menghajar seseorang adalah alasan yang tepat untuk menghentikan sikap buruknya.				
8	Saya pernah mengancam orang di sekitar saya				
9	Ketika saya marah, saya pernah membanting barang disekitar saya				
10	Saya berterus terang kepada teman-teman ketika saya tidak sependapat dengan mereka				
11	Saya sering merasa tidak sependapat dengan orang lain				
12	Ketika seseorang membuat saya tidak nyaman, maka saya akan berterus terang mengenai ketidaknyamanan saya pada mereka				
13	Saya tidak mau ikut berdebat dalam forum ketika orang-orang tidak setuju dengan pendapat saya				
14	Orang lain berkata saya bahwa saya senang berdebat				
15	Saya mudah tersulut emosi tetapi saya mudah untuk meredakannya				
16	Saat saya frustrasi, saya sering membiarkan perasaan kesal muncul				
17	Terkadang, saya merasakan emosi saya seperti bom yang siap meledak kapan saja				
18	Saya memiliki tempramen keras				
19	Keluarga maupun orang lain berpendapat bahwa saya mudah marah				
20	Terkadang, saya emosi tanpa alasan yang jelas				
21	Saya kurang mampu mengontrol emosi saya				
22	Terkadang saya termakan perasaan cemburu				
23	Terkadang saya merasa bahwa hidup ini tidak adil				
24	Saya melihat orang lain selalu memiliki keberuntungan				

25	Saya bingung mengapa terkadang hidup saya terasa pahit				
26	Saya merasa teman-teman saya membicarakan keburukan di belakang saya				
27	Saya curiga pada keramahan orang asing				
28	Terkadang, saya merasa orang lain menertawakan kebodohan dsaya di belakang saya				
29	Ketika seseorang tiba-tiba bersikap baik pada saya, saya berpikir apa maksud dibalik kebaikannya				
30	Jika anggota/ sedulur saya dihina dan dicelakakan seseorang, saya akan mengumpulkan massa untuk menghajar orang tersebut				
31	Ketika komunitas saya terlibat pertengkaran dengan komunitas lain, saya akan ikut terlibat untuk membela komunitas saya				
32	Saya akan mengajak saudara/teman saya untuk membalas perlakuan buruk seseorang				
33	Saya sering mencela teman saya yang bersikap aneh				
34	Saya memermalukan orang yang menggossipkan saya dengan mengatakan aibnya				
35	Saya sangat benci dengan anggota perguruan yang berseteru dengan perguruan saya				
36	Sangat sulit bagi saya untuk melupakan rasa sakit hati ketika dipermalukan seseorang				
37	Saya akan membalas orang yang menyakiti anggota keluarga saya dengan cara apapun				
38	Saya cemburu ketika orang tua saya lebih memperhatikan saudara saya				
39	Tawuran adalah jalan terakhir ketika dialog tidak menemukan solusi terbaik				
40	Orang yang tidak pernah berkelahi adalah pengecut				

Lampiran 3 Kategorisasi Regulasi Diri

No	Nama	total	kategorisasi
1	Rio Andika Saputra	175	tinggi
2	Apri Lana W	159	sedang
3	Aryo Satriyo P	194	tinggi
4	Cipto Setiawan	162	sedang
5	Arif Rifky Nur P	175	tinggi
6	Dwi Cahyo A W	173	sedang
7	Alvian Rico W	192	tinggi
8	Alif Fathul Mufidah	185	tinggi
9	Moh Mahrus Arif	198	tinggi
10	Moch Farhan Al Muzakki	189	tinggi
11	Nizhar Al Naufals	227	tinggi
12	M Fachrudin	154	sedang
13	Iklasul Papuanto	182	tinggi
14	Efrilia Milanda	160	sedang
15	Wachid Kurniawan	227	tinggi
16	Riza Kharisma	207	tinggi
17	Faus Fakhar	172	sedang
18	Ahmad Nuril Fahmi	146	sedang
19	Novian Putra Bayu	207	tinggi
20	Muhammad Qodarianto	174	sedang
21	Anggit Ridho	148	sedang
22	Gendon	189	tinggi
23	Salsa Olivia Nagitasari	170	sedang
24	Andriyan Trio F	170	sedang
25	Fauzi Setiawan	198	tinggi
26	Afizul Rizqy Dwi Putra	170	sedang
27	Riyan Hidayat	169	sedang
28	Ngesti Bayu Muhammad	188	tinggi
29	Huslah	174	sedang
30	Bagus Woro	189	tinggi
31	Ni'matul Maula	171	sedang
32	Alfin Maqfiri Hilmi	192	tinggi

33	Anzik Fajarwati	163	sedang
34	Helena Irianti Umanop	181	tinggi
35	Maria Ulfa	179	tinggi
36	Achmad Rifa'i	152	sedang
37	Ulum Alfarisi	160	sedang
38	Saiful Anwar	173	sedang
39	Amirotul Mu'minah	188	tinggi
40	Daril Fawad	194	tinggi
41	Rio Ari Wibowo	138	sedang
42	Ridho Wahyu H P	183	tinggi
43	Ade Herdian D B	203	tinggi
44	Darma Adi	140	sedang
45	Muhammad Auzan Naufal F	192	tinggi
46	M Yusuf Rizqy	187	tinggi
47	Arlan Bagus	180	tinggi
48	Angger De Angel E H	183	tinggi
49	Andina Erthanda	181	tinggi
50	Mochhamad Ervan	165	sedang
51	Netty Setyoningrum	97	rendah
52	Ahlan Chandra Ramadhan	189	tinggi
53	Dendy Ilham M	125	sedang
54	Auditya Lucky	155	sedang
55	Ardiansha D L	201	tinggi
56	Ardian D	206	tinggi
57	Wishal Putra Danesworo	165	sedang
58	Dewi Kanzu Taurisa	228	tinggi
59	Ardia Meilana Prisilia A	194	tinggi
60	Dyah Luna Putri	212	tinggi
61	Hafero Nashru Prasetyo	229	tinggi
62	Roby Andi Prayoga	217	tinggi
63	Rimb Anindita M P	197	tinggi
64	Ikhsantyo Rimba P	170	sedang
65	Nunu	201	tinggi
66	Kholidatul Ummah	199	tinggi
67	Nurhayati	186	tinggi

68	Anto	201	tinggi
69	Putri Amalya Angestina	191	tinggi
70	Hetty Catur Yuliasari	197	tinggi
71	Ficko Ananda Putra	171	sedang
72	Ilham Islami	183	tinggi
73	Valentina Sukma Dewi	211	tinggi
74	Putri Arinda	182	tinggi
75	Windy Hamida	167	sedang
76	Fahad Ehla Muzakki	195	tinggi
77	Muhammad Syahid Sayuti	196	tinggi
78	Alex	166	sedang
79	Adi P	179	tinggi
80	Agus Ohank	189	tinggi

Lampiran 4 Kategorisasi Agresivitas

No	Nama	total	kategorisasi
1	Rio Andika Saputra	62	rendah
2	Apri Lana W	68	sedang
3	Aryo Satriyo P	64	rendah
4	Cipto Setiawan	57	rendah
5	Arif Rifky Nur P	90	sedang
6	Dwi Cahyo A W	51	rendah
7	Alvian Rico W	106	tinggi
8	Alif Fathul Mufidah	77	sedang
9	Moh Mahrus Arif	51	rendah
10	Moch Farhan Al Muzakki	82	sedang
11	Nizhar Al Naufals	84	sedang
12	M Fachrudin	76	sedang
13	Iklasul Papuanto	97	sedang
14	Efrilia Milanda	77	sedang
15	Wachid Kurniawan	80	sedang
16	Riza Kharisma	92	sedang
17	Faus Fakhar	62	rendah
18	Ahmad Nuril Fahmi	54	rendah
19	Novian Putra Bayu	91	sedang
20	Muhammad Qodarianto	73	sedang
21	Anggit Ridho	52	rendah
22	Gendon	96	sedang
23	Salsa Olivia Nagitasari	46	rendah
24	Andriyan Trio F	58	rendah
25	Fauzi Setiawan	96	sedang
26	Afizul Rizqy Dwi Putra	60	rendah
27	Riyan Hidayat	71	sedang
28	Ngesti Bayu Muhammad	63	rendah
29	Huslah	61	rendah
30	Bagus Woro	76	sedang
31	Ni'matul Maula	55	rendah
32	Alfin Maqfiri Hilmi	107	tinggi
33	Anzik Fajarwati	63	rendah
34	Helena Irianti Umanop	72	sedang

35	Maria Ulfa	89	sedang
36	Achmad Rifa'i	92	sedang
37	Ulum Alfarisi	76	sedang
38	Saiful Anwar	78	sedang
39	Amirotul Mu'minah	62	rendah
40	Daril Fawad	82	sedang
41	Rio Ari Wibowo	74	sedang
42	Ridho Wahyu H P	58	rendah
43	Ade Herdian D B	74	sedang
44	Darma Adi	45	rendah
45	Muhammad Auzan Naufal F	101	sedang
46	M Yusuf Rizqy	72	sedang
47	Arlan Bagus	56	rendah
48	Angger De Angel E H	74	sedang
49	Andina Erthanda	83	sedang
50	Mochhamad Ervan	63	rendah
51	Netty Setyoningrum	47	rendah
52	Ahlan Chandra Ramadhan	67	rendah
53	Dendy Ilham M	53	rendah
54	Auditya Lucky	48	rendah
55	Ardiansha D L	47	rendah
56	Ardian D	111	tinggi
57	Wishal Putra Danesworo	70	sedang
58	Dewi Kanzu Taurisa	54	rendah
59	Ardia Meilana Prisilia A	67	rendah
60	Dyah Luna Putri	78	sedang
61	Hafero Nashru Prasetyo	63	rendah
62	Roby Andi Prayoga	71	sedang
63	Rimb Anindita M P	82	sedang
64	Ikhsantyo Rimba P	53	rendah
65	Nunu	46	rendah
66	Kholidatul Ummah	81	sedang
67	Nurhayati	90	sedang
68	Anto	46	rendah
69	Putri Amalya Angestina	84	sedang
70	Hetty Catur Yuliasari	55	rendah

71	Ficko Ananda Putra	97	sedang
72	Ilham Islami	86	sedang
73	Valentina Sukma Dewi	74	sedang
74	Putri Arinda	73	sedang
75	Windy Hamida	88	sedang
76	Fahad Ehla Muzakki	64	rendah
77	Muhammad Syahid Sayuti	76	sedang
78	Alex	79	sedang
79	Adi P	88	sedang
80	Agus Ohank	58	rendah



Lampiran 5 Uji Ketahanan Skala Regulasi Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	178.1250	507.782	.507	.958
VAR00005	178.5875	504.904	.587	.958
VAR00006	178.7000	508.668	.425	.959
VAR00007	178.1375	510.373	.448	.958
VAR00008	178.4000	503.610	.541	.958
VAR00010	178.3125	505.813	.514	.958
VAR00011	178.6750	504.855	.554	.958
VAR00012	178.6750	508.627	.386	.959
VAR00013	178.5375	511.264	.337	.959
VAR00014	178.6625	507.973	.438	.958
VAR00015	178.6375	506.943	.480	.958
VAR00016	178.9125	510.486	.317	.959
VAR00017	178.6375	506.816	.525	.958
VAR00018	178.1000	509.154	.509	.958
VAR00019	178.6500	508.585	.435	.958
VAR00020	178.7500	506.899	.452	.958
VAR00021	178.1000	507.104	.587	.958
VAR00022	178.3625	504.867	.627	.958
VAR00023	178.4375	503.464	.616	.958
VAR00025	178.3125	508.268	.462	.958
VAR00026	178.6375	508.234	.492	.958
VAR00027	178.7375	503.513	.615	.958
VAR00028	178.8250	504.273	.488	.958
VAR00029	178.3625	502.740	.609	.958
VAR00030	178.3500	504.484	.581	.958
VAR00031	178.1500	505.648	.622	.958

VAR00032	178.2375	500.740	.670	.958
VAR00033	178.7000	500.238	.655	.958
VAR00034	178.3625	504.437	.664	.958
VAR00035	178.2750	507.164	.552	.958
VAR00036	178.4750	502.075	.630	.958
VAR00037	178.2625	508.069	.435	.958
VAR00038	178.6125	501.481	.579	.958
VAR00039	178.4500	505.770	.580	.958
VAR00040	178.1000	507.382	.505	.958
VAR00041	178.7375	504.348	.531	.958
VAR00042	178.5750	507.437	.526	.958
VAR00043	178.5250	508.987	.383	.959
VAR00044	178.4875	507.215	.463	.958
VAR00045	178.7875	503.182	.507	.958
VAR00046	178.5625	501.920	.651	.958
VAR00047	178.3375	501.771	.647	.958
VAR00048	178.3625	506.639	.546	.958
VAR00049	178.6000	505.686	.524	.958
VAR00050	178.5125	504.278	.514	.958
VAR00051	178.3750	510.516	.446	.958
VAR00052	178.4875	502.405	.610	.958
VAR00053	178.5125	503.873	.514	.958
VAR00054	178.3000	499.352	.650	.958
VAR00055	178.4875	501.899	.539	.958
VAR00056	178.7375	506.626	.338	.959
VAR00057	178.1750	504.374	.650	.958
VAR00058	178.2875	503.701	.560	.958
VAR00059	178.6375	505.626	.496	.958
VAR00060	178.4250	504.956	.534	.958
VAR00061	178.1125	508.430	.537	.958
VAR00062	178.1500	507.319	.605	.958

VAR00063	178.0625	505.148	.617	.958
----------	----------	---------	------	------

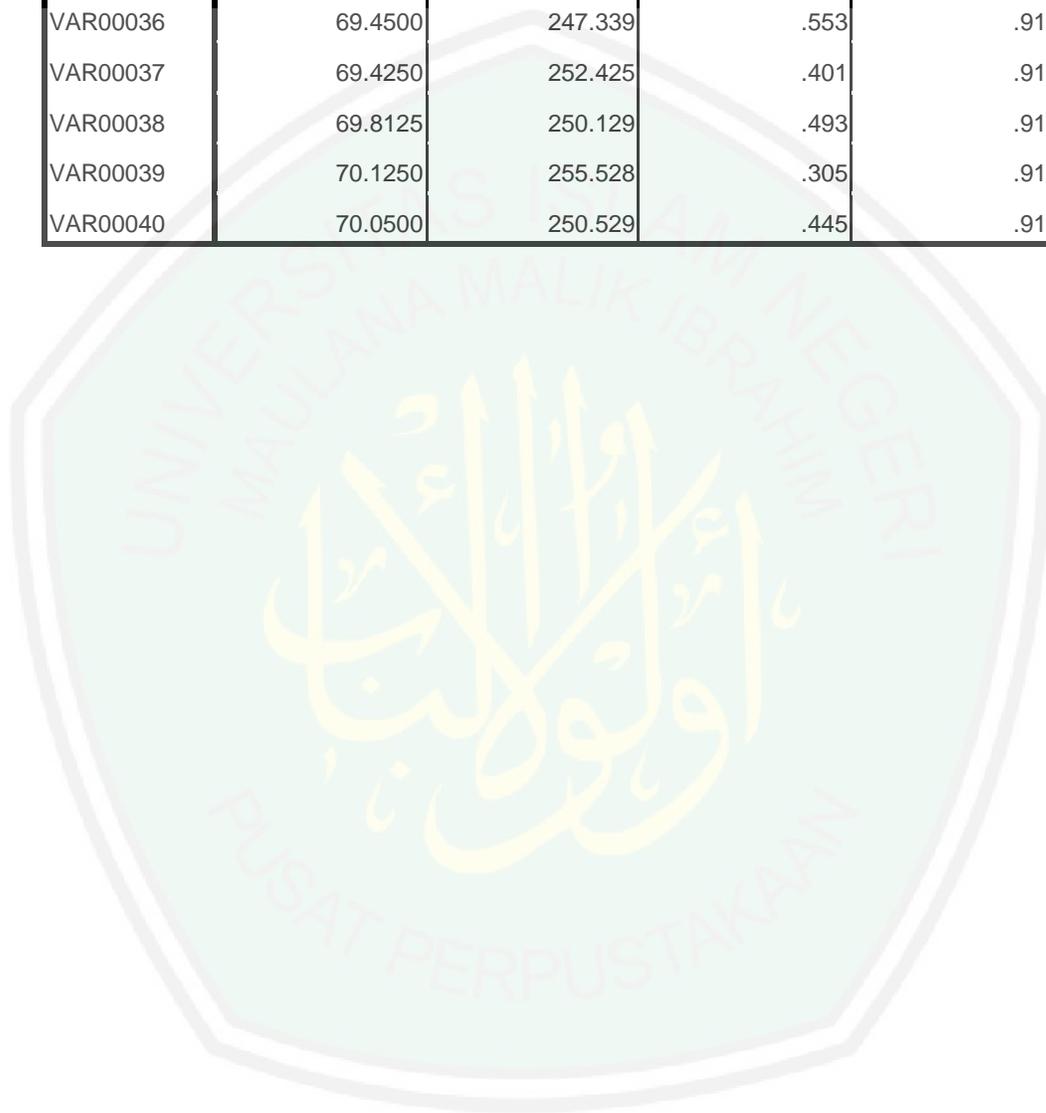


Lampiran 6 Uji Ketahanan Skala Agresivitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	69.9625	256.518	.337	.918
VAR00003	69.3625	253.753	.405	.917
VAR00004	70.3000	257.377	.397	.917
VAR00008	70.1750	251.615	.560	.915
VAR00009	69.7625	253.272	.382	.917
VAR00010	68.9000	257.281	.355	.917
VAR00011	69.4750	253.999	.501	.916
VAR00014	69.8625	254.702	.365	.917
VAR00015	68.7500	252.595	.428	.917
VAR00016	69.4375	248.756	.536	.915
VAR00017	69.5375	244.631	.661	.913
VAR00018	69.8875	251.038	.504	.916
VAR00019	69.6500	252.028	.471	.916
VAR00020	69.8000	246.289	.577	.914
VAR00021	69.7250	254.354	.362	.917
VAR00022	69.5750	248.830	.535	.915
VAR00023	69.8375	248.695	.550	.915
VAR00024	69.6375	250.968	.556	.915
VAR00025	69.7875	247.992	.583	.914
VAR00026	69.5000	251.519	.497	.916
VAR00027	69.8375	249.277	.556	.915
VAR00028	69.3875	249.177	.543	.915
VAR00029	69.5250	252.101	.426	.917
VAR00030	69.7750	251.569	.456	.916
VAR00031	69.2875	247.726	.566	.915
VAR00032	70.0875	252.790	.447	.916

VAR00033	70.0500	248.808	.590	.914
VAR00034	70.1625	250.188	.561	.915
VAR00035	69.9125	252.106	.378	.917
VAR00036	69.4500	247.339	.553	.915
VAR00037	69.4250	252.425	.401	.917
VAR00038	69.8125	250.129	.493	.916
VAR00039	70.1250	255.528	.305	.918
VAR00040	70.0500	250.529	.445	.916



Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas

Uji realibitas *Self Regulation Scale* (SRQ)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.959	58

Uji realibilitas *Aggression Quistionaire* (AQ)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.918	34

Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas regulasi diri

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		AgresivitasY
N		80
Normal Parameters ^a	Mean	71.8125
	Std. Deviation	16.31424
Most Extreme Differences	Absolute	.084
	Positive	.084
	Negative	-.050
Kolmogorov-Smirnov Z		.751
Asymp. Sig. (2-tailed)		.625
a. Test distribution is Normal.		

Uji normalitas agresivitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		SelfRegulationX
N		80
Normal Parameters ^a	Mean	181.5875
	Std. Deviation	22.87317
Most Extreme Differences	Absolute	.069
	Positive	.061
	Negative	-.069
Kolmogorov-Smirnov Z		.615
Asymp. Sig. (2-tailed)		.844
a. Test distribution is Normal.		

Lampiran 9 Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
agresivitas * self-regulasi	Between Groups	(Combined)	15996.138	50	319.923	1.844	.040
		Linearity	1634.722	1	1634.722	9.425	.005
		Deviation from Linearity	14361.416	49	293.090	1.690	.066
	Within Groups		5030.050	29	173.450		
Total			21026.188	79			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
agresivitas * self-regulasi	.279	.078	.872	.761

Lampiran 10 Hasil Uji regresi linear sederhana

Regresi seluruh sampel

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.279 ^a	.078	.066	15.76732	.078	6.575	1	78	.012

a. Predictors: (Constant),
SelfRegulationX

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1634.722	1	1634.722	6.575	.012 ^a
	Residual	19391.466	78	248.609		
	Total	21026.188	79			

a. Predictors: (Constant), SelfRegulationX

b. Dependent Variable: AgresivitasY

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	35.699	14.193		2.515	.014
	SelfRegulationX	.199	.078	.279	2.564	.012

a. Dependent Variable: AgresivitasY

Regresi sampel PSHT

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.421 ^a	.177	.156	14.82914

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.421 ^a	.177	.156	14.82914

a. Predictors: (Constant), Selfregulation

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1799.649	1	1799.649	8.184	.007 ^a
	Residual	8356.326	38	219.903		
	Total	10155.975	39			
a. Predictors: (Constant), Selfregulation						
b. Dependent Variable: Agresivitas						

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
		1	(Constant)	9.107		
	Selfregulation	.360	.126	.421	2.861	.007
a. Dependent Variable: Agresivitas						

Regresi sampel PPS Betako MP

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.210 ^a	.044	.019	16.31115

a. Predictors: (Constant), selfregulated

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	467.559	1	467.559	1.757	.193 ^a
	Residual	10110.041	38	266.054		
	Total	10577.600	39			

a. Predictors: (Constant), selfregulated

b. Dependent Variable: Agresivity

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	45.751	18.398		2.487	.017
	selfregulated	.131	.099	.210	1.326	.193

a. Dependent Variable: Agresivity

Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Wawancara pada narasumber sesepuh perguruan Setia Hati Terate ranting Balerejo Madiun



Gambar 2. Wawancara pada narasumber sesepuh perguruan Setia Hati Terate ranting Balerejo Madiun



Gambar 3. Subyek perguruan Setia Hati Terate ranting Balerejo Madiun mengisi skala penelitian



Gambar 4. Subyek perguruan Setia Hati Terate ranting Balerejo Madiun mengisi skala penelitian



Gambar 5. Wawancara pada narasumber pelatih Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih Kolat Salak Madiun



Gambar 6. Wawancara pada narasumber pelatih Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih Kolat Salak Madiun



Gambar 7. Subyek Anggota Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih Kolat Salak Madiun mengisi Skala Penelitian



Gambar 6. Subyek Anggota Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih mengisi Skala Penelitian

Lampiran 12 Naskah Publikasi

**PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP TINGKAT AGRESIVITAS
PADA ANGGOTA USIA REMAJA
PERGURUAN SILAT BELADIRI TANGAN KOSONG MERPATI PUTIH DAN
PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE
DI MADIUN**

Mikhail Mohamad

Fina Hidayati, MA

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

ABSTRAK

Perilaku agresif bertujuan melukai atau mencelakakan yang berupa kekerasan fisik, verbal, kemarahan, *anger* dan *hostility*.

Salah satu aspek pengontrol agresivitas adalah regulasi diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang diukur menggunakan skala *Self Regulation Questionnaire (SRQ)* untuk mengukur Regulasi diri dan *Agression Questionnaire (GSE)* untuk mengukur tingkat perilaku agresif.

Sampel penelitian sejumlah 40 orang Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) ranting Balerejo Kabupaten Madiun dan 40 orang Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih (Betako MP) Kolat Salak Kota Madiun. Total populasi sampel sebesar 80 orang anggota berusia remaja.

Analisis data menggunakan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat pengaruh regulasi diri yang hanya memberi pengaruh sebesar 7,8 % terhadap perilaku agresif dengan hasil signifikansi 0,012 pada semua sampel penelitian.

Analisis secara terpisah pada dua kelompok sampel, regulasi diri memberikan sumbangan sebanyak 17,7% pada *agresivitas* Anggota Persaudaraan Setia Hati terate dan memberikan sumbangan sebanyak 4,4% pada *agresivitas* Anggota Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih.

Uji regresi yang dilakukan pada 40 orang sampel PSHT menunjukan hasil signifikansi sebesar 0,007 yang menunjukan adanya pengaruh regulasi diri terhadap *Agresivitas*, sedangkan pada 40 orang sampel Betako MP sebesar 0,193 yang tidak menunjukan pengaruh regulasi diri terhadap *Agresivitas*.

Kata kunci: perilaku agresif, regulasi diri, pencak silat

PENDAHULUAN

Pencak Silat merupakan salah satu cabang dari olahraga beladiri, yang terdiri dari berbagai macam organisasi yang disebut perguruan. Setiap perguruan memiliki ciri khas ajaran dan nilai norma sosialnya sendiri, sebagai identitas khusus bagi masing-masing anggotanya yang diajarkan melalui internalisasi nilai perguruan. Setiap nilai ajaran yang dihayati oleh anggotanya pada dasarnya mengajarkan perilaku positif serta menanamkan semangat persaudaraan yang kuat antar anggotanya (Sudiana & Sepyanawati, 2017).

Pada pelaksanaannya, tidak selamanya nilai dan ilmu yang diperoleh anggota perguruan diamalkan dengan benar sesuai aturan. Semangat persaudaraan ini terkadang disalahartikan oleh anggota terlabih pada usia remaja, ketika mereka memahami nilai perguruan secara kurang menyeluruh, akibat gagalnya internalisasi nilai-nilai perguruan. Akibatnya, timbul kebanggaan berlebihan terhadap perguruan yang menimbulkan fanatisme menjadi pemicu perilaku agresif dari para anggota yang melibatkan organisasi perguruan (Maksum, 2007).

Sejak maret 1998 hingga Februari 2007, telah terjadi 217 kasus kekerasan di wilayah madiun dan kota sekitarnya yang mayoritas disebabkan provokasi dari anggota salah satu perguruan. Puncak peristiwa terjadi pada tahun 2001 dengan 53 kasus, dan menurun setiap tahun (Maksum, 2007). Sedangkan di daerah lain Pada 18 November 2013 bentrok besar terjadi tepatnya di ponorogo, dipicu provokasi dari salah satu pihak perguruan (Aziiz, 2016). Selain di wilayah madiun dan ponorogo, kasus perilaku agresif juga ditemui di daerah jombang (Hutomo, 2012), dan bojonegoro (Novitasari, 2015), yang kebanyakan dipancing adanya provokasi yang berujung kesalahpahaman antar dua perguruan. Dampaknya, ketika ada faktor pemicu seperti kesalahpahaman, menjalar pada konflik berkepanjangan antar dua perguruan, akibat perilaku agresif pada anggota perguruan silat yang tidak terkontrol.

Dalam hal ini, perilaku agresif sendiri adalah tingkah laku individu yang ditunjukkan untuk melukai atau mencelakakan individu yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut (Koeswara, 1988). Schneiders (Dalam Kiswarawati, 1992) mendefinisikan agresi sebagai suatu bentuk respon yang mencari pengurangan ketegangan dan frustrasi melalui perilaku yang banyak menunut, memaksa dan mengusai orang lain. Menurut Buss dan Perry (1992), perilaku agresif tersebut dapat berwujud perilaku agresif fisik, perilaku agresif verbal, kemarahan (*anger*), dan pandangan negatif pada orang lain (*hostility*). Diperkuat dengan pernyataan Anderson, Deuser, dan DeNeve (1995) bahwa perilaku agresif dipicu oleh adanya rasa ketidaknyamanan, frustrasi, rasa tidak aman maupun berada dalam situasi yang kacau. Kondisi-kondisi ini kemudian memicu munculnya pikiran bermusuhan, perasaan marah dan gairah untuk melepaskan kemarahan.

Perilaku agresif yang dilakukan oleh anggota perguruan berupa perilaku yang memiliki potensi untuk melukai orang lain atau benda yang berupa serangan fisik, serangan verbal (membentak, menghina), amarah, dendam, prasangka buruk, hingga melanggar hak orang lain (bertindak anarkis dengan merusak tempat perguruan lain,). dengan maksud untuk melukai, menyakiti, merusak, maupun membalaskan dendam pada orang maupun kelompok yang telah memicu kemarahannya. Dengan ini, pelaku berharap memberikan pelajaran bagi seseorang maupun kelompok lawan agar disegani dan ditakuti (Dalam penelitian Maksum, 2009).

Dalam penelitian Maksun (2007), Berdasarkan data Kepolisian Madiun sejak Maret 1998 hingga Februari 2007 telah terjadi 217 kasus kekerasan yang melibatkan kedua perguruan silat, dimana 180 kasus terjadi di wilayah Kabupaten Madiun dan 37 kasus terjadi di wilayah Kota Madiun. Jika dilihat dari kasus kekerasan pesilat di kota Madiun, dari tahun 1998 sampai tahun 2000, angka kasus kekerasan terjadi dalam jumlah normal. Puncak angka kasus kekerasan terjadi pada tahun 2001 dengan 53 kasus, kemudian tingkat kekerasan menurun hingga 9 kasus di tahun 2004, hal ini terjadi setelah adanya ikrar kesepakatan damai antar kedua petinggi perguruan silat, namun intensitas kekerasan meningkat lagi pada tahun 2005 dengan 30 kasus.

Pada Perguruan Merpati Putih Madiun, kasus agresivitas fisik pada Anggota jarang ditemui. Sebaliknya, perilaku agresif verbal dan perilaku iri maupun penilaian negatif pada orang lain (hostility) sering ditemui pada anggota usia remaja (wawancara penulis pada narasumber sesepuh Perguruan Merpati Putih Kolat Salak Madiun, 11 november 2018). Perilaku agresif, cenderung dilakukan oleh segelintir anggota yang dipengaruhi oleh ajaran pelatih yang menyimpang (Najud, 2006). Dalam kondisi lain, kasus kekerasan pada anggota merpati putih terjadi ketika anggota dalam kondisi terdesak atau terancam nyawanya (Detik News, Pelatih Merpati Putih Tewaskan Perampok dalam Rumah, 12 September 2017), dan kasus paling parah adalah penyerangan anggota merpati putih kopassus pada lapas kerobokan, akibat salah satu anggotanya tewas dibunuh yang menewaskan beberapa orang narapidana (Wawancara penulis pada narasumber pelatih kolat kasin, 2 november 2018).

Ironisnya, pelaku perilaku agresif mayoritas ada pada usia remaja awal sampai dewasa awal (wawancara penulis pada narasumber sesepuh Setia Hati ranting Balerejo, 10 November 2018). Didukung dengan pernyataan penelitian Aziiz (2016), remaja belasan tahun sering berpartisipasi ketika terjadi bentrok antar perguruan. Meluasnya minat dan motivasi menjadi pendekar pencak silat pada remaja, tidak didukung dengan kematangan kepribadian, mengakibatkan organisasi pencak silat sebagai wadah remaja dalam menyalurkan agresifnya (Maksun, 2009:11). Dalam menemukan hasil semakin tinggi kematangan kepribadian, maka semakin rendah tingkat perilaku agresif pada diri seseorang (Nurtjahyo dan Matulesi 2013). salah satu ciri kematangan kepribadian adalah ketika seseorang memiliki kemampuan regulasi dalam mengatur dirinya kearah positif.

Dari fakta yang telah dijelaskan. Terdapat perbedaan motif tindakan agresif yang terjadi pada Perguruan Silat, yaitu karena identitas sosial yang terdistorsi atau perilaku mempertahankan diri (Maksun, 2009).

Namun ketika seorang anggota benar benar memahami ajaran nilai nilai perguruan, maka perilaku anggota tersebut akan terkendali dalam menghadapi situasi dan respon negatif dari orang lain. Pada kemampuan seorang anggota dalam mengolah emosi negatif yang muncul dari respon, maka perilaku agresif dapat dibatasi dan diolah sebagai perilaku positif dan produktif. Hal ini dijelaskan oleh Thompson (dalam Gross, 2007), yaitu kemampuan seseorang dalam mengenal, memonitor, mengevaluasi dan membatasi respon emosi khususnya intensitas dan bentuk reaksinya untuk mencapai suatu tujuan yang terdiri dari proses intrinsik dan ekstrinsik. Ketika seseorang telah mampu mengendalikan emosi negatifnya dan mengarahkannya pada tujuan tertentu, ini merupakan awal terbentuknya regulasi diri pada anggota perguruan silat.

Kemampuan regulasi diri dijelaskan oleh Goleman (2004), meliputi: kemampuan seseorang mengatur emosinya dengan kecerdasan emosi, menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya, kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, dan keterampilan sosial, sehingga mampu memunculkan pengaturan diri kearah positif (regulasi diri). Regulasi diri menurut Miller dan Brown (1991) dapat dicapai melalui 7 langkah, yaitu penerimaan informasi, mengevaluasi informasi dan membandingkan dengan norma, memunculkan tantangan, mencari berbagai kemungkinan perubahan perilaku, merumuskan rencana, menerapkan rencana, mengukur efektifitas rencana.

Pernyataan tersebut diperkuat oleh Friedman & Schustack (2008), Dengan kemampuan regulasi diri ini, maka respon negatif dapat disikapi tanpa adanya respon agresif, karena timbul kemampuan empati dan keterampilan sosial dalam mengatasi permasalahan sehingga seseorang anggota perguruan silat mampu melihat permasalahan dari sudut pandang orang lain, dan mampu menimbang segala tindakan dan keputusan yang akan diambil ketika menghadapi respon negatif dari orang maupun kelompok lain (Munjit, 2014). Hasilnya, kecenderungan kebencian (*hostility*) dan dendam (*anger*) dapat diatasi.

Menurut DeWall, Baumeister, Stillman, dan Galliot, individu memiliki kemampuan terbatas untuk menahan diri dari perilaku agresif maupun perilaku antisosial lainnya. Apabila kemampuan regulasi diri dalam diri individu berkurang maka hal tersebut dapat menghambat kemampuan untuk menahan perilaku agresif. Sedangkan, orang-orang yang memiliki pengendalian diri yang tinggi cenderung lebih tahan terhadap efek penipisan dari kemampuan regulasi diri.

Pada penelitian Wibowo dan Nashori (2017), regulasi diri pada tingkat perilaku agresif remaja dipengaruhi oleh aspek *planning*, *implementing*, dan *evaluating* pada regulasi diri. Aspek *planning* memiliki kemampuan dalam merencanakan tujuan, kemampuan dalam membuat keputusan dan juga kemampuan dalam melihat konsekuensi dari tindakan yang dilakukan sehingga potensi *hostility* dan *anger* dapat ditekan. Aspek *implementing* dalam regulasi diri mencakup kemampuan individu untuk fokus pada rencana awal, kemampuan dalam menahan godaan, juga kemampuan dalam mengimplementasikan aturan-aturan yang telah tertanam dalam diri individu, sehingga potensi melakukan agresi fisik maupun verbal dapat dialihkan. Sedangkan Aspek *evaluating* mencakup kemampuan individu dalam mengevaluasi perilaku diri sendiri terhadap lingkungan dengan menggunakan standar pribadi dan norma yang berlaku di lingkungan sosial, serta memberikan evaluasi dalam diri individu sendiri atas perilaku yang dilakukan, sehingga timbul rasa malu ketika akan melakukan perilaku agresif baik berupa fisik maupun verbal.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wibowo dan Nashori (2017) serta Ross dan Fontao (2007) menunjukkan bahwa semakin kuat regulasi diri maka semakin rendah tingkat kecenderungan agresif dan sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi tingkat kecenderungan agresif pada anggota perguruan silat, didasarkan dari uji korelasi dari data penelitian.

Akan Tetapi, dalam penelitian Krisnawati (2006) pada siswa remaja laki-laki di Bandung, menunjukkan kurang eratnya hubungan regulasi diri terhadap agresivitas. Hasil ini dilatarbelakangi oleh banyaknya faktor yang mempengaruhi perilaku agresi selain regulasi diri, ini menunjukkan bahwa regulasi diri bukanlah satu-satunya faktor penentu tinggi rendahnya tingkat perilaku agresif pada seseorang.

Ini menunjukkan, tingkat perilaku agresif, dapat ditentukan oleh adanya berbagai faktor salah satunya regulasi diri pada diri seseorang. Regulasi diri dipilih karena merupakan pengaturan dan perencanaan diri (perubahan perilaku) yang dapat mengalihkan maupun mengurangi intensitas timbulnya perilaku agresif, selain itu dalam regulasi diri terdapat aspek introspeksi diri untuk pengembangan perilaku kearah positif.

Tujuan dalam penelitian ini untuk Mengetahui tingkat regulasi diri pada anggota pencak silat usia remaja Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate .

Selain itu juga untuk mengetahui tingkat agresivitas pada anggota pencak silat usia remaja Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate

Terakhir, untuk menguji adanya pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas pada anggota Pencak Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate.

HIPOTESIS

H.1 Terdapat pengaruh regulasi diri terhadap tingkat perilaku agresif pada anggota remaja Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate.

H.0 Tidak Terdapat pengaruh regulasi diri terhadap tingkat perilaku agresif pada anggota remaja Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate..

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode kuantitatif. Sebagaimana dijelaskan Azwar (2010), pendekatan kuantitatif menekankan analisis pada data numerical (angka) dan diolah menggunakan metode statistika. Metode kuantitatif yang dipilih penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif regresi linear sederhana. Menurut Nawari (2010), analisis regresi linear sederhana merupakan metode sederhana untuk melakukan investigasi tentang hubungan fungsional di antara beberapa variabel.

Dalam penelitian ini sampel diambil dari populasi Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate menggunakan *non probability sample* dengan metode *purposive sampling*. Sampel yang diambil masing-masing sejumlah 20%. Dari kedua kelompok Merpati Putih dan Setia Hati Terate sebanyak 20% dari 400 orang, yaitu sejumlah 80 orang. Jumlah ini terdiri dari 40 orang anggota Merpati Putih yang dipilih berdasarkan usia (remaja) dan lama mengikuti latihan (2 tahun/hingga pada tahap warga). Mayoritas sampel berusia 13-15 tahun dan 40 orang anggota Setia Hati Terate yang mayoritas berusia 17-19 tahun, dengan masing-masing jenis kelamin sebanyak 60% laki-laki dan 40% perempuan dari kedua kelompok sampel. Skala perilaku agresif disusun berdasarkan empat aspek perilaku agresif (agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan) menurut *Appetitive Aggression Scale Questionnaire* (AQ) Buss and Perry (1992) sejumlah 40 item sedangkan skala regulasi diri adalah skala *Self Regulation Questionnaire* (SRQ 63) berdasarkan tujuh aspek terdiri dari aspek menerima informasi (*Receiving*), mengevaluasi informasi dan membandingkan dengan norma (*Evaluating*), memunculkan tantangan (*Trigerring*), mencari berbagai

kemungkinan perubahan perilaku (*Searching*), merumuskan rencana (*Formulating*), menerapkan rencana (*Implementating*), mengukur efektifitas rencana (*Assesing*) yang dikembangkan oleh Miller dan Brown (1991) yang berisi 63 item.

Hasil Uji coba Skala menggunakan SPSS 16.0 menunjukkan terdapat enam item gugur pada *Appettitive Agression Scale Quistionaire* (AQ) yaitu dalam aspek agresi fisik sejumlah empat item, dan agresi verbal sebanyak dua item. Pada *Self Regulation Quistionaire* (SRQ 63), terdapat lima item gugur sejumlah satu item pada aspek *receiving*, dua aspek *evaluating*, dan dua aspek *trigerring*.

Hasil uji reliabilitas terhadap kedua skala tersebut dapat dikatakan reliabe dengan jumlah regulasi diri sebesar 0,98 dan perilaku agresif sebesar 0,19. Kedua skala tersebut memiliki nilai alpha yang medekati 1,00 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua skala tersebut reliabel.

HASIL

Hasil dari uji normalitas skala dapat dilihat dalam table berikut.

Tabel. 1
Uji Normalitas Skala Regulasi diri
Dan Agresivitas

Variabel	KS-Z	Sig	Keterangan
Regulasi diri	0,615	0,844	Normal
Agresivitas	0,751	0,625	Normal

Nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka kedua skala dapat dikatakan normal. Ini menunjukkan skala layak untuk diuji pada sampel. Hasil uji linearitas (*Sig. Deviation From Linearity*) sebesar 0,66 karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka ada hubungan yang linier di antara kedua variabel yang di uji.

Kategorisasi tingkat regulasi diri subyek warga Setia Hati Terate dan Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih memiliki tingkat regulasi diri tinggi sebanyak 62,2%; sedang sebanyak 36,2%; dan rendah sebanyak 1,2%. Tingkat regulasi diri subyek penelitian dijelaskan pada tabel berikut ini.

Tabel. 2 Kategorisasi Skala Regulasi diri Anggota Merpati Putih

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosen tasi
Tinggi	>175	50	62,2%
Sedang	116-174	29	36,2%
Rendah	<115	1	1,2%

diketahui bahwa kategorisasi regulasi diri terbanyak adalah kategori tinggi yaitu sejumlah 62,2%, sejumlah 50 orang. Pada anggota Setia Hati Terate, mayoritas memiliki tingkat regulasi diri tinggi (52,5%) sedangkan pada anggota Merpati Putih, memiliki persentase lebih besar dengan mayoritas memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi (97,5%).

Tabel. 3
Kategorisasi Skala Regulasi diri
Anggota Setia Hati Terate

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>103	3	42,5%
Sedang	68 – 102	43	53,8%
Rendah	< 67	34	3,8%

Berdasarkan tabel 1.3 didapatkan bahwa warga PSHT dan PPS Betako MP memiliki tingkat perilaku agresif tinggi sebanyak 3,8%; sedang sebanyak 53,8%; dan rendah sebanyak 42,5%. Dapat diketahui bahwa kategorisasi tingkat perilaku agresif terbanyak adalah kategori sedang yaitu sejumlah 53,8% sebanyak 43 orang. Pada anggota PSHT, mayoritas memiliki tingkat agresivitas sedang (55%) sedangkan pada anggota PPS Betako Merpati Putih, memiliki persentase sedikit dibawah objek lainnya, dengan mayoritas memiliki tingkat agresivitas yang sedang (52,5%).

Hasil Uji Hipotesis berupa uji analisis regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS for windows 16.0. Hasil dari uji regresi menjelaskan bahwa nilai signifikansi adalah sebesar 0,012, sehingga dapat dikatakan $p > 0,05$. Dengan demikian menunjukkan bahwa variabel X (regulasi diri) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y (tingkat perilaku agresif). Nilai r yang didapat sebesar 0,279 atau dapat dibilang dengan 27,9 %.

Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa regulasi diri tidak memiliki pengaruh terhadap agresivitas pada warga dan anggota PSHT dan PPS Betako MP di Madiun. Hal ini membuktikan bahwa H_0 diterima yaitu tidak adanya pengaruh self regulated terhadap agresivitas. Adapun prosentase pengaruh regulasi diri terhadap tingkat perilaku agresif. Hasil dari uji regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi $R^2 = 0,078$ atau dapat dibilang dengan 7,8 %. Yang artinya variabel regulasi diri memberikan kontribusi 7,8% terhadap tingkat agresivitas warga PSHT dan PPS Betako Merpati Putih di Madiun.

Jika dilihat dari masing-masing perguruan, maka hasil uji regresi dari PSHT memiliki nilai signifikansi adalah sebesar 0,007, sehingga dapat dikatakan $p < 0,05$. Dengan demikian menunjukkan bahwa variabel X (regulasi diri) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y (tingkat agresivitas). Regulasi diri memberikan kontribusi 17,7% terhadap perilaku agresif warga PSHT di Madiun.

Pada subyek PPS Betako Merpati Putih, Hasil dari uji regresi menjelaskan bahwa nilai signifikansi adalah sebesar 0,193, sehingga dapat dikatakan $p > 0,05$. Dengan demikian menunjukkan bahwa regulasi diri tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel perilaku agresif.

Adapun prosentase pengaruh regulasi diri terhadap perilaku agresif menurut hasil dari uji regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi $R^2 = 0,044$ atau dapat dibilang dengan 4,4 %. Yang artinya variabel self regulation memberikan kontribusi 4,4% terhadap perilaku agresif.

PEMBAHASAN

Warga Anggota Perguruan Silat Setia Hati Terate dan Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan PSHT di Madiun memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi.

Pandangan dari Galinsky (2011) dengan adanya regulasi diri, seseorang akan mampu mengatur pikiran dan emosinya untuk menuju kesuksesan dalam lingkungan sosialnya. Karena pada dasarnya setiap orang memiliki kemampuan mengontrol dirinya sendiri untuk selalu berbuat kebaikan dan perilaku positif dalam menyeimbangkan dunia sosialnya. berdasarkan wawancara penulis (oktober 2018) Tingkat pelanggaran pada kedua anggota perguruan silat) dari tahun ke tahun semakin berkurang karena para anggota remaja lebih menggiatkan diri pada pengembangan prestasi dan keorganisasian, dan mengalihkan pengakuan diri yang sebelumnya dilakukan dengan sikap arogan menjadi prestasi dalam bidang olahraga.

Pada anggota PSHT, mayoritas memiliki tingkat agresivitas sedang (55%) sedangkan pada anggota PPS Betako Merpati Putih, juga memiliki persentase tingkat agresivitas yang sedang (52,5%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat agresivitas pada anggota kedua perguruan cukup baik. Hasil ini sejalan dengan wawancara penulis (oktober 2018), yang menemukan bahwa dari tahun ke tahun tingkat pelanggaran berupa tindak kekerasan pada pesilat di kedua perguruan semakin kecil, dan adanya kesadaran untuk menjalin silaturahmi kepada warga lain perguruan untuk memperbaiki ketegangan di masa lalu dan menciptakan kondisi kondusif di Madiun.

Presentase rendahnya tingkat agresivitas yang lebih besar pada warga Setia Hati Terate dibanding Merpati Putih berasal dari perbedaan usia sampel penelitian dari kedua perguruan. Pada perguruan PSHT, responden berusia 15-21 tahun dengan mayoritas berusia 17-19 tahun (peralihan masa remaja tengah ke dewasa akhir), sedangkan pada PPS Betako MP, subyek berusia 13-18 tahun dengan mayoritas berusia 13-15 tahun(masa remaja awal). Hampir seluruh subyek merupakan remaja usia 13-19 tahun, sedangkan hanya 5 orang subyek berusia diatas 19 tahun.

Menurut Ali dan Asrori (2004) pada masa remaja awal kontrol terhadap perilaku bertambah sulit akibat labilnya emosi meyakinkan dunia sekitarnya. Sedangkan pada masa akhir remaja tengah hingga awal remaja akhir, tuntutan tanggung jawab dari keluarga dan lingkungan mengkondisikan individu untuk mulai mampu belajar mengembangkan, pemikiran, sikap, perilaku yang lebih dewasa dari masa sebelumnya. Fakta ini sejalan dengan perbedaan tingkat agresivitas pada kedua kelompok sampel.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa hasil analisis pada seluruh 80 orang sampel menunjukkan tidak adanya pengaruh regulasi diri terhadap perilaku agresif pada anggota perguruan pencak silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate di Madiun. Namun dari hasil uji

analisis pengaruh pada masing –masing kelompok sampel, pada responden PSHT sebanyak 40 orang menunjukkan adanya hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas, sedangkan pada Responden Betako MP sebanyak 40 orang tidak ditemui hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas.

dalam penelitian Krisnawati (2006 : 77) pada siswa remaja laki-laki di Bandung, menunjukkan kurang eratnya hubungan regulasi diri terhadap agresivitas. Hasil ini dilatarbelakangi oleh banyaknya faktor yang mempengaruhi perilaku agresi selain regulasi diri, seperti kontrol diri dan kematangan emosi, ini menunjukkan bahwa regulasi diri bukanlah satu-satunya faktor penentu tinggi rendahnya tingkat perilaku agresif pada seseorang dan faktor pendukung dalam pengontrol perilaku agresif individu.

Pada Responden Skala Kelompok PSHT yang berusia rata-rata berusia 16-19 tahun. Terdapat nilai signifikansi adalah sebesar 0,007, sehingga dapat dikatakan nilai signifikansi lebih kecil dari standar nilai signifikansi sebesar 0,05. Ini menunjukkan bahwa regulasi diri memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat agresivitas Anggota Persaudaraan Setia Hati Terate. Disamping itu, Hasil dari uji regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi R^2 senilai 0,177 atau dipresentasikan senilai 17,7 %. Yang artinya regulasi diri memberikan kontribusi 17,7% terhadap agresivitas warga PSHT di Madiun. Dilihat dari tingkat regulasi diri yang tinggi sebesar 52,5 % populasi dan tingkat agresivitas sedang senilai 55% populasi Perguruan, maka hal ini menunjukkan rendahnya perilaku agresif pada anggota Setia Hati Terate dibentuk regulasi diri yang baik terhadap berbagai emosi negatif, sehingga anggota dapat mengontrol perilakunya dan mengarahkannya pada hal positif. Namun hal yang berbeda ditunjukkan oleh responden Merpati Putih sebanyak 40 orang dengan mayoritas usia 13 hingga 15 tahun, Hasil dari uji pengaruh menjelaskan bahwa nilai signifikansi adalah sebesar 0,193, sehingga lebih besar dari nilai standar signifikansi sebanyak 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa regulasi tidak berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku agresivitas. Hasil dari uji regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi R^2 sebesar 0,044 atau jika dipresentasikan sebesar 4,4 %. Yang artinya regulasi diri memberikan kontribusi 4,4% terhadap agresivitas warga PPS Betako Merpati Putih di Madiun. Hal menarik menunjukkan bahwa tingkat regulasi anggota perguruan Merpati Putih bernilai tinggi, yaitu 97,5% dari populasi memiliki regulasi diri yang baik, dan memiliki tingkat agresivitas yang sedang. Diperkirakan, hal ini terjadi karena usia mayoritas responden berada pada fase remaja awal yang merupakan kunci utama dalam pembentukan kematangan emosi.

Pada penelitian Wibowo dan Nashori (2017: 56), regulasi diri pada tingkat perilaku agresif remaja dipengaruhi oleh aspek *planning*, *implementing*, dan *evaluating* pada regulasi diri. Aspek *planning* memiliki kemampuan dalam merencanakan tujuan, kemampuan dalam membuat keputusan dan juga kemampuan dalam melihat konsekuensi dari tindakan yang dilakukan sehingga potensi hostility dan anger dapat ditekan. Aspek *implementing* dalam regulasi diri mencakup kemampuan individu untuk fokus pada rencana awal, kemampuan dalam menahan godaan, juga kemampuan dalam mengimplementasikan aturan-aturan yang telah tertanam dalam diri individu, sehingga potensi melakukan agresi fisik maupun verbal dapat dialihkan. Sedangkan Aspek *evaluating* mencakup kemampuan individu dalam mengevaluasi perilaku diri sendiri terhadap lingkungan dengan menggunakan standar pribadi dan norma yang berlaku di

lingkungan sosial, serta memberikan evaluasi dalam diri individu sendiri atas perilaku yang dilakukan, sehingga timbul rasa malu ketika akan melakukan perilaku agresif baik berupa fisik maupun verbal.

Sejalan dengan wawancara yang dilakukan pada sesepuh kedua perguruan (10 & 11 November 2018), tingkat agresivitas yang rendah dipengaruhi oleh kesadaran anggota dalam menerapkan nilai dan aturan perguruan dengan disiplin, sehingga perilaku agresif seperti dalam bentuk pukulan tendangan, disalurkan secara positif dan sportif di setiap kegiatan pertandingan maupun turnamen, sehingga regulasi diri para anggota lebih fokus dalam meraih kemenangan di setiap pertandingan. Hal tersebut yang mempengaruhi tidak ada hubungan signifikan antara regulasi diri dan perilaku agresif, karena perilaku agresif berupa fisik cenderung disalurkan saat pertandingan, bukan dalam bentuk dan tujuan menyakiti individu lain. Sedangkan regulasi diri berpengaruh pada pemahaman anggota terhadap nilai dan aturan dalam perguruan.

Semangat berprestasi, merupakan penggeseran dari bentuk dominasi berupa tawuran dan berkelahian untuk membanggakan perguruanannya. ini merupakan salah satu bentuk regulasi diri yang bertujuan positif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

4. Tingkat regulasi diri pada Anggota Perguruan Silat Merpati Putih dan Setia Hati Terate usia remaja di Madiun pada kategori tinggi.
5. Tingkat perilaku agresif pada Anggota Perguruan Silat Merpati Putih dan Setia Hati Terate usia remaja di Madiun pada kategori sedang.
6. Kurangnya pengaruh regulasi diri terhadap tingkat perilaku agresif pada Anggota Perguruan Silat Merpati Putih dan Setia Hati Terate usia remaja di Madiun. Artinya adalah regulasi diri secara umum kurang berpengaruh terhadap tingkat agresivitas dari kedua kelompok pesilat. Dimana faktor internal seperti usia dan eksternal seperti lingkungan lebih berpengaruh terhadap kemampuan pesilat dalam mengontrol potensi agresivitas mereka.
7. Hasil keseluruhan sebanyak 80 sampel dari kedua perguruan, menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh regulasi diri terhadap tingkat perilaku agresif, karena berkaitan dengan penerapan pembinaan diri serta ajaran perguruan yang tegas dan disiplin oleh para pelatih dan senior, sehingga perilaku agresif pada anggota perguruan usia remaja bisa ditekan dan ditangani dengan baik. Regulasi diri anggota perguruan juga dipengaruhi oleh usia dari anggota bersangkutan, dimana semakin matang usia anggota berpengaruh pada kemampuan regulasi diri terhadap kecenderungan perilaku agresif mereka.

Saran

1. Untuk para pesilat remaja agar mengarahkan dorongan emosi dan perilaku agresif kepada perilaku positif yang produktif berupa pencapaian prestasi di bidang olahraga maupun pengembangan keorganisasian perguruan masing-masing.

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti regulasi diri hendaknya menambah variabel lain dengan karena masih banyak variabel yang mempengaruhi ditambah melakukan penelitian mengenai berbagai aspek, faktor dan solusi perilaku agresif secara mendalam.

diharapkan mampu memperhatikan aspek-aspek seperti usia, jenis kelamin, geosentris, religiusitas dan berbagai aspek pendukung lainnya. Serta mampu memperbanyak jumlah populasi dan sampel sehingga ruang lingkup penelitian lebih luas dan hasil penelitian yang dihasilkan lebih baik dan representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Saifuddin. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. 2009. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin.(2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Alwisol.(2004). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka cipta.
- Anderson, A Craig, Deuser & De Neve. (1995). *Hot Temperatures, Hostile Affect, Hostile Cognition, and Arousal: Test of General Model of Affective Aggression*. Columbia: University of Missouri
- Aziiz, Isnan Miftahul. (2016). *Solidaritas Kelompok Organisasi Pencak Silat Cabang Kabupaten Ponorogo : Studi Kasus Anggota Pencak Silat Setia Hati Terate VS Setia Hati Winongo*. Jurnal Skripsi. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Buss, Arnold H & Perry, Mark.(1992). *Aggression Quistionaire*. Journal of Personality and Social Psychology, 1992, Vol. 63, No 3, Copyright 1992 by the American Psychological Association. Inc.
- Chaplin. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Friedman, Howard S & Schustack, Miriam. (2008). *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Goleman, Daniel.(2007). *Emotional Intelligence. Terjemahan Hermaya*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gottfredson, M. R. & Hirschi, T.(1990). *A General Theory of A Crime*. Stanford: Stanford University Press.
- Gross, James J.(2002). *Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences*. Journal of Psychophysiology, 39, 281-291.
- Hutomo, Syafril Prasetyo. (2012). *hubungan antara konformitas dan obedience dengan agresivitas pada anggota Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT)*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kiswarawati,(1992). *Perilaku Agresi*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Koeswara.(1988). *Agresi Manusia*. Bandung: Rosda Offset.
- Krisnawati, Eva Nila.(2006). *Hubungan Self Regulation dan Perilaku Agresi pada Siswa SLTP X Bandung*. Skripsi. Universitas Kristen Maranatha Bandung.
- Kurnia. (2018). *Internalisasi Nilai Moral Melalui Pencak Silat Persaudaraan*

- Setia Hati Terate (PSHT) di Desa Bulak Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan*. Skripsi.FIS UNY.
- Maksum, A. (2009). *Konflik kekerasan antar kelompok perguruan pencak silat proses pembentukan identitas sosial yang terdistorsi*. *Anima, Indonesian psychological journal*, 101-115.
- Michel, J. S., Pace, V. L., Edun, A., Sawhney, E., & Thomas, J. (2014). *Development and validation of an explicit aggressive beliefs and attitudes scale*. *Journal of Personality Assessment*, 96(3), 327-338.
- Miller, Brown, & Lawendowsky.(1999). *The Self Regulation Quistionaire*. In L.VandeCreek & TL Jackson(Eds). *Innovation in Clinical Practice : A source book*, Vol 17,pp 281-292.Sarasota, FL, US.
- Muzzaki, (2013). *Kebanggaan Kolektif Anggota Perguruan Silat (Kera Sakti, Setia Hati Terate, dan Pagar Nusa)*, Skripsi, UIN Maliki Malang
- Najud, Anang Hambiyatun.(2006). *Makna Simbol Perguruan Pencak Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih*. Skripsi. Universitas Airlangga Surabaya.
- Novitasari. (2015). *Hubungan Antara Komtrol Diri Dengan Agresivitas Pada Anggota Pencak Silat*. Skripsi. UIN Maliki Malang.
- Nur Ghufron, M & Rini Risnawati S. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Nurtjahyo, Mattulesi.(2013). *Hubungan Kematangan Emosi dan Konformitas terhadap Agresi Verbal, Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*. September 2013. Vol 2 No.3, Hal 223-231
- Roberton , Daffern , Bucks. *Emotion regulation and aggression*. Article in *Aggression and Violent Behavior* January 2012,72–82.
- Ross, Fontao.(2007). *The Relationship of Self-Regulation and Aggression: An Empirical Test of Personality Systems Interaction Theory*. Article in *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*·, December 2007.