

**MEDI Kons** : Jurnal Bimbingan dan Konseling

Vol. 9, No. 2, 2023,

ISSN 2528-424X (Print)

ISSN 2686-651X (Online)

Tersedia Online di <https://ejournal.unisri.ac.id/index.php/mdk>

# HUBUNGAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI DENGAN PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK KELAS XI MIPA SMA N 1 GODONG KABUPATEN GROBOGAN

Yeyen Tri Kusumaningsih

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

E-mail: yeyentri3101@gmail.com. No. HP 0895636524734

**Abstract:** *The research on the relationship between the ability to manage emotions and the aggressive behavior of students was motivated by the discovery of students who vented their emotions through anger, some cried, fought, insulted, mocked, called nicknames and some even acted to hurt someone. This research is a type of quantitative research. Ex post facto research method with a correlational approach. The population used in this study were students of SMA N 1 Godong class XI. used as a try out, namely class XI MIPA 5. While class XI MIPA 1, XI MIPA 2, XI MIPA 3, XI MIPA 4, XI MIPA 6 as the research sample. The sampling used is cluster random sampling technique. The data of this study were obtained through the scale of the ability to manage students' emotions and the scale of students' aggressive behavior. The results of the analysis show the category of ability to manage emotions is very low 1% as many as 2 students. The category of ability to manage emotions is low 33% as many as 35 students. The category of ability to manage emotions is 49% as many as 63 students. The category of ability to manage emotions is high 17% as many as 22 students, while the category of aggressive behavior is very low 32% as many as 37 students. The low category of aggressive behavior is 42% as many as 51 students. The category of moderate aggressive behavior is 22% of 27 students. The category of high aggressive behavior is 4% as many as 5 students. Based on the results of data analysis using product moment analysis, the relationship between the ability to manage emotions and aggressive behavior of students is  $-0.546$ , which means that there is a negative relationship between the ability to manage emotions and aggressive behavior, and the level of relationship between these variables is in the medium category. Based on the results of this study, the suggestion that can be conveyed is that BK teachers are able to provide services to improve the ability to manage students' emotions*

**Keywords:** *Ability to Manage Emotions, Aggressive Behavior.*

**Abstrak:** Penelitian hubungan kemampuan mengelola emosi dengan perilaku agresif peserta didik ini dilatar belakangi oleh ditemukannya peserta didik yang meluapkan emosi melalui amarahnya ada yang menangis, berkelahi, menghina, mengejek, memanggil nama julukan bahkan ada yang bertindak sampai menyakiti diri seseorang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Metode penelitian *ex post facto* dengan pendekatan korelasional. Populasi

yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik SMA N 1 Godong kelas XI. yang digunakan sebagai try out yaitu kelas XI MIPA 5. Sedangkan kelas XI MIPA 1, XI MIPA 2, XI MIPA 3, XI MIPA 4, XI MIPA 6 sebagai sampel penelitian. Sampling yang digunakan adalah teknik *cluster random sampling*. Data penelitian ini diperoleh melalui skala kemampuan mengelola emosi peserta didik dan skala perilaku agresif peserta didik. Hasil analisis menunjukkan katagori kemampuan mengelola emosi sangat rendah 1% sebanyak 2 siswa. Katagori kemampuan mengelola emosi rendah 33% sebanyak 35 siswa. Katagori kemampuan mengelola emosi sedang 49% sebanyak 63 siswa. Katagori kemampuan mengelola emosi tinggi 17% sebanyak 22 siswa, sedangkan katagori perilaku agresif sangat rendah 32% sebanyak 37 siswa. Katagori rendah perilaku agresif 42% sebanyak 51 siswa. Katagori perilaku agresif sedang 22% sebanyak 27 siswa. Katagori perilaku agresif tinggi 4% sebanyak 5 siswa. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan analisis *product moment* hubungan kemampuan mengelola emosi dengan perilaku agresif peserta didik sebesar  $-0,546$  yang berarti bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kemampuan mengelola emosi dengan perilaku agresif, serta tingkat hubungan diantara variabel tersebut berada dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil penelitian ini saran yang dapat disampaikan adalah guru BK mampu memberikan layanan guna meningkatkan kemampuan mengelola emosi peserta didik

**Kata Kunci: Kemampuan Mengelola Emosi, Perilaku Agresif.**

---

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang akan melanjutkan cita-cita bangsa. Harapan dan masa depan negara adalah tanggung jawab kaum muda. Oleh karena itu, masyarakat sangat mendambakan remaja yang dapat mengembangkan potensi atau tugas perkembangannya dari segi fisik, emosional, intelektual, sosial, dan moral dan spiritual. Dari aspek perkembangan remaja, banyak permasalahan emosional remaja dalam mencapai tugas ini, tidak hanya berupa konflik eksternal dalam diri individu, tetapi juga berupa tekanan, frustrasi, dan perasaan konflik internal. Perkembangan terakhir menunjukkan bahwa ada berbagai masalah emosional remaja, seperti ketidaksiharian keluarga dan perselisihan dengan teman sebaya, disebabkan oleh permasalahan dalam keluarga atau lingkungan remaja.

Idealnya seseorang remaja yang tumbuh dengan baik tidak dapat menonjolkan sikap yang menuju pada sikap negatif, sejalan dengan pendapat Prayitno (2006) tingkah laku negatif bukanlah pertumbuhan remaja yang wajar. Biasanya masalah emosional yang terjadi pada remaja yaitu gangguan pemusatan perhatian seperti perilaku agresif. Sikap agresif merupakan salah satu sikap yang menuju pada sikap negatif

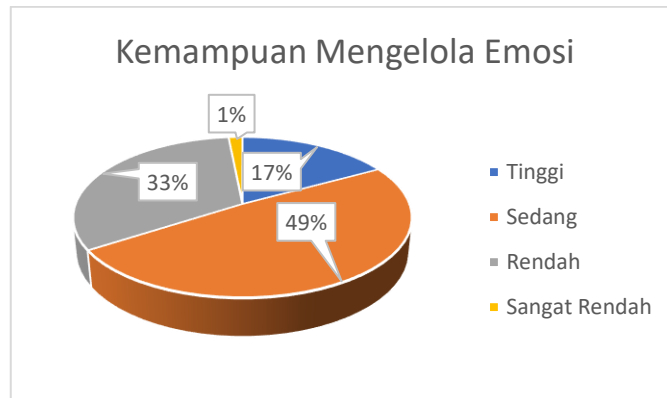
Remaja yang menunjukkan perilaku agresif merupakan remaja yang perkembangannya tersendat. Sikap agresif ialah suatu perilaku yang dicoba secara terencana pada orang lain sehingga menyebabkan sakit fisik serta psikis pada orang. Sejalan dengan itu, Buss (dalam Ivancevich, 2007) pula mengemukakan jika perilaku agresif bisa dikategorikan dalam bentuk fisik, verbal, aktif, pasif, langsung, serta tidak langsung. Perilaku agresif dalam bentuk fisik dapat melibatkan serangan dengan tinju, menampar, menendang, mendorong apalagi dengan memakai senjata. Agresif aktif memunculkan bahaya lewat suatu sikap khusus,

sebaliknya agresif pasif dicapai lewat menahan suatu yang di idamkan. bentuk langsung dari agresif seseorang yang melakukan tindakan agresif tersebut yang menimbulkan bahaya, sebaliknya dalam agresif tidak langsung orang lain yang menimbulkan bahaya

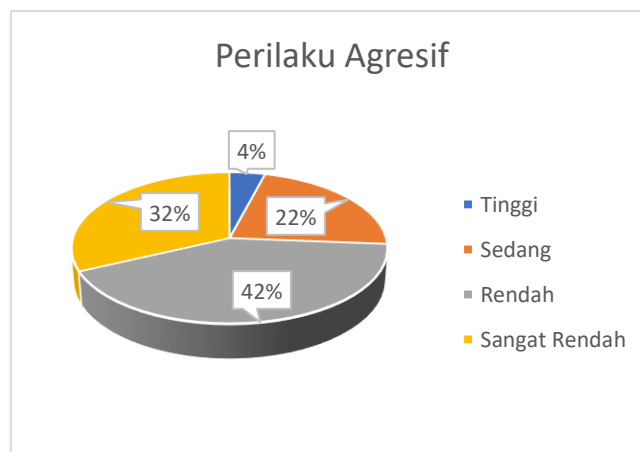
### METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara kemampuan mengelola emosi dengan perilaku agresif peserta didik yang berdasarkan angka koefisien korelasinya. Penelitian ini termasuk penelitian *ex-post facto* dimana data yang dihasilkan berupa angka yang termasuk dalam penelitian kuantitatif. Penelitian *ex-post facto* merupakan penelitian di mana variabel-variabel bebas telah terjadi ketika peneliti mulai dengan variabel terikat dalam suatu penelitian (Sukardi, 2008: 165).

### HASIL



Berdasarkan data tabel di atas dapat diketahui bahwa responden dengan kategori dengan katagori kemampuan mengelola emosi sangat rendah 1% sebanyak 2 siswa. Katagori kemampuan mengelola emosi rendah 33% sebanyak 35 siswa. Katagori kemampuan mengelola emosi sedang 49% sebanyak 63 siswa. Katagori kemampuan mengelola emosi tinggi 17% sebanyak 22 siswa. Total responden penelitian adalah 122 siswa. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan mengelola emosi berada pada ketegori sedang dengan nilai mean 71,93



Berdasarkan data tabel di atas dapat diketahui bahwa responden dengan kategori perilaku agresif sangat rendah 32% sebanyak 37 siswa. Katagori rendah perilaku agresif 42% sebanyak 51 siswa. Katagori perilaku agresif sedang 22% sebanyak 27 siswa. Katagori perilaku agresif tinggi 4% sebanyak 5 siswa. Total responden penelitian adalah 122 siswa. Dengan demikian dapat diketahui bahwa perilaku agresif berada pada kategori rendah dengan nilai mean 35,25

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh kemampuan mengelola emosi kelas XI MIPA SMA N 1 Godong tahun ajaran 2021/2022 terbagi menjadi empat, yaitu dari 122 subjek bahwa skor dengan rentangan 51 –59 dengan kategori kemampuan mengelola emosi sangat rendah terdiri dari 2 siswa (1%), skor dengan rentangan 60 – 68 dengan kategori kemampuan mengelola emosi rendah terdiri dari 35 siswa (33%), skor dengan rentangan 69 – 77 dengan kategori kemampuan mengelola emosi sedang terdiri dari 63 siswa (49%), dan skor dengan rentangan 78 – 86 dengan kategori kemampuan mengelola emosi terdiri dari 22 siswa (17%), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan mengelola emosi berada pada kategori sedang.

Sedangkan hasil penelitian yang diperoleh variabel perilaku agresif kelas XI MIPA SMA N 1 Godong terbagi menjadi empat yaitu bahwa skor dengan rentangan 22 - 30 dengan katagori perilaku agresif sangat rendah terdiri dari 37 siswa (32%), skor dengan rentangan 31 – 39 dengan katagori perilaku agresif rendah terdiri dari 51 siswa (42%), skor dengan rentangan 40 – 48 dengan katagori perilaku agresif sedang terdiri dari 27 siswa (22%), dan skor dengan rentangan 49 –57 katagori perilaku agresif tinggi terdiri dari 5 siswa (4%) dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif berada pada kategori rendah

Hasil Uji hipotesis membuktikan bahwa ada hubungan negatif antara kemampuan mengelola emosi dengan perilaku agresif. Pengujian hipotesis menggunakan korelasi *product moment* diketahui bahwa nilai *Sig. (2-tailed)* antara kemampuan mengelola emosi (X) dengan perilaku agresif (Y) sebesar  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat korelasi antara variabel kemampuan mengelola emosi dengan variabel perilaku agresif. Selain signifikansi dapat diketahui nilai korelasi sebesar -0,546 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang negatif antara variabel kemampuan mengelola emosi dengan variabel perilaku agresif artinya semakin tinggi variabel X maka semakin rendah variabel Y dan berdasarkan nilai korelasi tersebut maka berada pada kategori sedang.

Hubungan kemampuan mengelola emosi terhadap perilaku agresif peserta didik kelas XI Mipa SMA N 1 Godong dapat diketahui melalui koefisien determinasi atau *R square* sebesar 30%. Hal tersebut berarti kemampuan mengelola emosi dapat memberikan impact terhadap perilaku agresif.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Lestari (2015:6) hasil penelitian diperoleh  $r$  hitung = 0,727 pada taraf 5% diperoleh  $r$  tabel = 0,304 ( $0,727 > 0,304$ ). Sehingga menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara kemampuan mengelola emosi dengan perilaku agresif .

Berdasarkan uraian tersebut maka kemampuan mengelola emosi berkaitan erat dengan perilaku agresif. uji hipotesis menggunakan *r product moment* menunjukkan bahwa ada hubungan yang negatif . Semakin rendah kemampuan mengelola emosi siswa maka semakin tinggi pula perilaku agresif dan sebaliknya semakin tinggi kemampuan mengelola emosi siswa maka semakin rendah perilaku agresif siswa, bergantung pada bagaimana cara siswa menyikapinya. Hal ini akan berpengaruh pada tingkat keberhasilan siswa dalam mengelola emosi.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

Berdasarkan uji korelasi person product moment, diperoleh nilai korelasi  $r$  hitung -0,546. Sedangkan  $r$  tabel untuk jumlah sampel 122 dengan taraf signifikan 5% didapat sebesar 0,176. Oleh karena itu nilai  $r$  hitung  $-0,546 > r$  tabel (0,176) maka disimpulkan bahwa ada hubungan secara signifikan antara kemampuan mengelola emosi dengan perilaku agresif peserta didik kelas XI MIPA SMA N 1 Godong.

Hubungan tersebut menunjukkan hubungan yang negatif, karena nilai  $r$  hitung yang didapat bertanda negatif. Hubungan negatif tersebut memiliki arti bahwa jika kemampuan mengelola emosi siswa tinggi maka perilaku agresif siswa rendah dan sebaliknya jika kemampuan mengelola emosi siswa rendah maka perilaku agresif siswa tinggi.

### **DAFTAR RUJUKAN**

- Prayitno, E. 2006. *Bahan Ajar Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.Pustaka Setia.
- Sukardi, 2008. *Metodelogi Penelitian Pendidikan, Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta : PT Bumi Aksara
- Lestari, T. 2015. *Hubungan antara Kemampuan Pengelolaan Emosi dengan Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 2 Papar Tahun Pelajaran 2014/2015*. Kumpulan Skripsi Universitas Nusantara PGRI Kediri Tahun 2015. Hal 1. Diunduh tanggal 21 Agustus 2021 dari [http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file\\_artikel/2015/11.1.01.01.0294](http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2015/11.1.01.01.0294). Pdf