PERILAKU AGRESIF DITINJAU DARI PERSPEKTIF TEORI BELAJAR SOSIAL DAN KONTROL DIRI

Meydiningrum
Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email : meydiningrummeydiningrum16010014016@mhs.unesa.ac.id

Eko Darminto
Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email : ekodarminto@unesa.ac.id

Abstrak

Perilaku agresif merupakan manifestasi dalam bentuk perkelahian, tindak kekerasan maupun kerusuhan sosial yang membawa efek buruk pada individu dan lingkungan. Seringkali perilaku agresif berkembang menjadi masalah sosial di belahan dunia dan menyita perhatian banyak publik. Beragam perspektif atau teori telah menjelaskan penyebab munculnya perilaku agresif. Salah satu teori yang mendasari dan memiliki pengaruh penyebab munculnya perilaku agresif yaitu teori belajar sosial. Selain itu juga ada faktor lain yang mempengaruhi perilaku agresif yakni kontrol diri. Terdapat kajian dari hasil riset terdahulu yang menunjukkan bukti bahwa teori belajar sosial dan kontrol diri memiliki hasil yang searah bahkan bertentangan terhadap konsep perilaku agresif. Atas dasar pemikiran tersebut, artikel ini berbasis kajian konseptual akan memaparkan mengenai konsep, teori, dan hasil penelitian terdahulu tentang perilaku agresif ditinjau dari perspektif teori belajar sosial dan kontrol diri sehingga perilaku agresif dapat dipahami dan dianalisis lebih jauh agar dapat dilakukan pengontrolan terhadap perilaku agresif. Kajian konseptual ini diperoleh dari sumber bacaan seperti buku dan jurnal.
Kata Kunci: studi literatur, perilaku agresif, belajar sosial, kontrol diri

Abstract

Aggressive behavior is a manifestation in the form of fights, acts of violence and social unrest which has an adverse effect on individuals and the environment. Often aggressive behavior develops into social problems in parts of the world and attracts the attention of many publics. Various perspectives or theories have explained the cause of the emergence of aggressive behavior. One theory that underlies and has the effect of causing the emergence of aggressive behavior is social learning theory. In addition there are also other factors that influence aggressive behavior, namely self control. There are several of the results of research that show evidence that social learning theory and self-control have directional or even contradictory results to the concept of aggressive behavior. On the basis of these thoughts, this article is based on a conceptual study that will will explain the concepts, theories, and results of previous research on aggressive behavior in terms of the perspectives of social learning theory and self-control so that aggressive behavior can be further understood and analyzed in order to control aggressive behavior. Study conceptual sources obtained from reading books and international journals.
Keywords: *literature study, aggressive behavior, social learning, self control*

PENDAHULUAN

Perilaku agresif menjadi salah satu masalah yang mempengaruhi moralitas remaja. Mayoritas remaja memunculkan perilaku agresif yang merusak cerminan diri generasi muda. Banyak remaja yang tidak dapat mengontrol emosi dan berujung pada tindak kekerasan atau berperilaku agresif. Perilaku agresif yang dilakukan remaja merupakan suatu reaksi terhadap sesuatu yang menekan atau mengganggu dan dilampiaskan dalam bentuk kekerasan atau penyerangan secara fisik ataupun verbal.

Jika dilihat berita di media masa mengenai tawuran, kriminalitas dan tindak kekerasan selalu mewarnai media masa dalam jumlah yang semakin meningkat. Terlebih dengan munculnya berbagai fenomena perilaku agresif, seperti yang diungkapkan Ketua Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tanggal 02 Mei 2019, diketahui ada 25 kasus atau 67% yang tercatat KPAI baik dari kasus yang disampaikan melalui pengaduan langsung maupun online sepanjang Januari sampai April 2019. Berdasarkan data KPAI, dari 37 kasus terlapor, sebanyak 5 kasus terjadi pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP). Adapun kasus pelanggaran hak berupa anak pelaku perundungan terhadap guru 4 kasus, anak korban pengeroyokan 3 kasus, anak

korban kekerasan fisik 8 kasus, dan anak korban kekerasan seksual 3 kasus. Dalam hal ini, remaja belum mampu menguasai dirinya sendiri dan terus mencari jati dirinya sehingga melakukan tindakan yang tergolong berperilaku agresif.

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Hurlock (2006:206) berpendapat bahwa awal masa remaja berlangsung pada usia 13-17 tahun, dalam masa ini remaja mengalami tingkat perubahan sikap dan perilaku secara pesat, sejajar dengan perubahan fisik. Ditinjau dari teori perkembangan moral Kohlberg (Santrock, 2012:366), usia remaja berada pada tingkat konvensional, ciri utama tingkat ini adalah suatu tindakan dianggap baik apabila memenuhi harapan di masyarakat. Sikap ini bukan hanya ingin menyesuaikan dengan harapan di masyarakat atau keterlibatan sosial, tetapi sikap ingin menjaga, menunjang dan memberikan keputusan pada ketertiban tersebut dan sikap ingin mengidentifikasi diri dengan orang atau kelompok yang ada di dalamnya.

Kohlberg (Santrock, 2012:367) membagi tingkat konvensional menjadi dua tahap, yaitu tahap tiga (orientasi anak yang baik) dan tahap empat (mempertahankan otoritas dan aturan sosial). Pada tahap tiga, moralitas anak yang baik yaitu anak mampu menyesuaikan diri dengan peraturan untuk mendapatkan persetujuan orang lain dan mempertahankan hubungan baik dengan orang lain. Setiap individu berusaha agar dapat dipercaya dan diterima oleh kelompok, bertingkah laku sesuai dengan tuntutan kelompok dan berusaha memenuhi harapan kelompok. Individu telah menyadari nilai dalam suatu kelompok dan akan berusaha peduli serta membantu orang lain untuk dapat dianggap bermoral. Pada tahap empat, pandangan individu selalu mengarah pada otoritas, pemenuhan aturan dan upaya untuk memelihara aturan sosial. Perbuatan bermoral dianggap sebagai perbuatan yang mengarah pada pemenuhan kewajiban, penghormatan terhadap suatu otoritas, dan pemeliharaan norma sosial yang diakui dan diterima dalam kelompok.

Kohlberg (Santrock, 2012:374) menjelaskan, remaja mengalami perubahan sosio-emosional secara universal, maka dari itu moralitas remaja mengalami perubahan cukup mendasar dibandingkan pada masa kanak-kanak. Masa remaja dikenal sebagai masa transisi yang penuh resiko yang dapat memunculkan agresi yang tinggi, karena individu sedang mengalami banyak konflik dalam menjalani tugas perkembangannya (Nasrizulhaidi, Minauli, dan Yusuf, 2015:13). Terlebih dengan munculnya berbagai fenomena saat ini, seperti yang dilansir *news.detik.com*, pada tanggal 10 Maret 2020 di Jakarta Pusat, seorang remaja perempuan inisial N berusia 15 tahun melakukan tindakan agresif yaitu membunuh anak berumur 5 tahun berinisial A yang merupakan anak tetangga dan juga teman adiknya. N melakukan perbuatan tersebut dengan kesadaran, karena terinspirasi dari film horor Chucky dan anime Slender Man.

Madya, Siron (Naqiyah, 2013:202) menjelaskan bahwa penyebab remaja melakukan masalah sosial disebabkan oleh faktor pribadi, keluarga, keagamaan, teman sebaya, dan masyarakat. Remaja merupakan individu yang cenderung mudah emosi sehingga ketika menghadapi suatu permasalahan akan muncul perilaku agresif. Didukung dari hasil penelitian Salmiati (2015:72) yang menunjukkan bahwa siswa SMP Negeri 8 Makassar melakukan bentuk perilaku agresif fisik yakni memukul, membanting meja, mendorong, dan merusak barang-barang. Sedangkan perilaku agresif verbal ditunjukkan dengan mengejek, mengancam, membentak, memaki dan berteriak. Hal tersebut terjadi karena adanya peran model yang sering dilihat baik dari orang tuanya maupun teman sejawat, keseringan menonton film, serta main game yang menunjukkan adegan kekerasan, sering mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan dan ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi.

Menurut Mayers (2012:69) agresi sebagai bentuk perilaku fisik atau verbal yang dimaksudkan untuk menyebabkan kerusakan. Selanjutnya, Mac Neil dan Stewart (Hanurawan, 2010:80) berpendapat bahwa perilaku agresif adalah tindakan yang diniatkan untuk mendominasi atau berperilaku secara destruktif melalui kekuatan verbal maupun kekuatan fisik yang diarahkan kepada objek sasaran perilaku agresif, meliputi lingkungan fisik, orang lain, dan diri sendiri. Perilaku agresif dilakukan oleh individu maupun kelompok dan bertentangan dengan norma yang berlaku di masyarakat. Perilaku agresif sangat merugikan perkembangan remaja dalam hal keamanan dan kenyamanan orang lain.

Banyak terjadi kasus yang tidak lain merupakan bentuk dari perilaku agresif seperti yang terdapat dari hasil penelitian Ekawati (Ekawati dan Darminto, 2019:63) pada siswa SMP Negeri 2 Diwek Jombang yang melakukan perilaku agresif dengan memukul, menendang, melempar, dan merusak serta melukai suatu objek benda maupun orang lain, mencaci maki, berteriak, mengeluarkan kata-kata kasar atau kotor, dan bentuk lain yang sifatnya verbal atau lisan. Penyebab siswa melakukan perilaku agresif muncul dari faktor internal yaitu siswa akan merasakan kepuasaan ketika berperilaku agresif, dan faktor eksternal adalah pengaruh dari pergaulannya yang juga berperilaku agresif dan kurangnya perhatian dari keluarga.

Baron dan Byrne (2005:141-159) menjelaskan faktor penyebab perilaku agresif yakni frustasi, provokasi langsung, agresi terhadap seseorang yang bukan dari sumber provokasi awal yang kuat, kekerasan di media (online, TV, film dan videogame), dan keterangsangan yang meningkat dalam berbagai kondisi seperti marah. Menurut Miller dan Dollard (Eyyam dan Dogruer, 2016:47), perilaku individu diperoleh dari hasil proses belajar melalui peniruan terhadap perilaku orang lain. Perilaku peniruan terjadi karena individu

UNESA Universitas Negeri Surabaya

memperoleh penguat untuk mempelajari tingkah laku orang lain atau disebut dengan belajar sosial. Sejalan dengan pendapat tersebut, Bandura (1971:3-6) mengasumsikan bahwa individu belajar banyak tentang perilaku karena adanya pengaruh lingkungan sosial, individu akan mengamati perilaku di lingkungannya sebagai model, kemudian ditiru sehingga menjadi perilaku yang dimilikinya. Individu belajar dari model secara langsung seperti manusia maupun secara tidak langsung melalui videogame, film, dan televisi. Krahe (2001:52) menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif salah satunya adalah kontrol diri. Kontrol diri mengacu pada hambatan perilaku agresif yang seharusnya mencegah akan munculnya kecenderungan perilaku agresif.

Mc Mullen (1999:6) mendeskripsikan masa remaja ditandai dengan emosi yang mudah berubah atau cenderung tidak dapat mengendalikan diri sendiri. Tetapi tidak semua remaja mudah emosi atau tidak mampu mengontrol dirinya, sebagian remaja telah mampu mengontrol setiap tindakan yang dilakukannya. Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang dapat mengatur dan mengarahkan perilaku, yaitu kontrol diri. Menurut Denson, DeWall, dan Finkel (2011:24), ketika dorongan untuk melakukan agresi sedang mencapai puncaknya, kontrol diri dapat membantu individu menurunkan agresi dengan mempertimbangkan aspek norma sosial yang berlaku di masyarakat.

Chaplin (2011:451) menjelaskan bahwa kontrol diri atau self control adalah kemampuan individu untuk mengarahkan tingkah lakunya dan menekan atau menghambat dorongan yang ada. Gottfredson dan Hirschi (Malouf, 2014:335) mengembangkan "The General Theory Of Crime" atau lebih dikenal dengan "Low Self Control Theory" yang menjelaskan bahwa perilaku kriminal dapat dilihat melalui single-dimention yakni kontrol diri. Individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda-beda, individu dengan kontrol diri yang rendah rentan bersikap agresi dan melakukan kejahatan tanpa memikirkan resiko yang akan ditanggungnya.

Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif merupakan kajian teoritis yang menarik, karena kontrol diri mempengaruhi keinginan atau kemampuan seseorang untuk mengatur perilaku mereka secara efektif (Malouf, 2014:345). Sejalan dengan teori tersebut, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Febrianty (2016) yang melibatkan 240 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Purwadadi Kabupaten Ciamis, menemukan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif dan arah hubungan berbanding terbalik. Artinya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki siswa, semakin rendah kecenderungan siswa untuk berperilaku agresif, semakin rendah kemampuan kontrol diri, semakin tinggi kemungkinan siswa berperilaku agresif.

Disisi lain, walaupun ada banyak kajian teoritik dan hasil penelitian yang menyatakan bahwa belajar sosial dan kontrol diri memiliki hubungan terhadap perilaku agresif, akan tetapi ada juga hasil penelitian yang menunjukkan bahwa teori belajar sosial dan kontrol diri berbanding terbalik dengan penyebab munculnya perilaku agresif.

Berdasarkan fenomena dan kajian teori diatas, tulisan dalam artikel ini bermaksud untuk membuat kajian konseptual tentang perilaku agresif ditinjau dari perspektif teori belajar sosial dan kontrol diri dalam rangka memecahkan permasalahan sebagaimana telah dikemukakan, namun difokuskan pada masalah berikut: 1. Bagaimana sesungguhnya yang disebut perilaku agresif menurut perspektif teori perilaku agresif?, 2. Mengapa proses belajar sosial memiliki pengaruh besar terhadap penyebab munculnya perilaku agresif?, 3. Apakah kontrol diri memang dapat menurunkan perilaku agresif?, 4. Apakah terdapat hasil peneliitian yang kontradiktif dengan konsep teori?

Fokus masalah tersebut akan dijawab berdasarkan pemahaman konsep perilaku agresif, diikuti konsep belajar sosial dan kontrol diri, dan teori serta hasil penelitian terdahulu, model konseptual dan kesimpulan yang akan disajikan dalam artikel ini.

METODE

Artikel ini menggunakan kajian literatur. Kajian literatur berkaitan dengan teoritis dan referensi lain yang berhubungan dengan nilai, budaya dan norma yang berkembang pada situasi sosial yang diteliti, selain itu studi literatur sangat penting dalam melakukan penelitian, karena penelitian tidak akan lepas dari literatur ilmiah (Arikunto, 2010:16). Tujuan kajian literatur ini hanya ingin mengkaji teori-teori dan simpulan hasil penelitian terdahulu guna memperoleh rujukan dalam rangka memecahkan permasalahan yang penulis ajukan dan kemudian dituliskan sebagai artikel kajian konseptual.

Prosedur dalam kajian artikel ini digunakan untuk menyusun deskripsi mengenai perilaku agresif remaja ditinjau dari perspektif teori belajar sosial dan kontrol diri. Adapun langkah-langkah dalam studi literatur menurut Arikunto (2010:17), sebagai berikut:

a. Pemilihan topik
b. Eksplorasi informasi
c. Menentukan fokus penelitian
d. Pengumpulan sumber data
e. Persiapan penyajian data
f. Penyusunan laporan

Dalam meyusun kajian mengenai perilaku agresif remaja ditinjau dari perspektif teori belajar sosial dan kontrol diri penulis melakukan pengumpulan sumber data berupa buku, artikel ilmiah internasional, dan skripsi terkait dengan topik yang telah dipilih sesuai judul artikel, kemudian diunduh dan dikaji.

Teknik analisis data yang digunakan dalam studi literatur ini adalah metode analisis isi (*content analysis*). Krippendoff (1993) menjelaskan bahwa metode analisis isi digunakan untuk mendapatkan

inferensi yang valid dan dapat diteliti ulang berdasarkan konteksnya. Untuk menjaga kekekalan proses pengkajian dan mencegah serta mengatasi mis-informasi (kesalahan pengertian manusiawi yang bisa terjadi karena kekurangan pengetahuan peneliti atau kekurangan penulis pustaka), maka dilakukan pengecekan ulang antar pustaka dan membaca ulang pustaka serta memperhatikan komentar pembimbing.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Perilaku Agresif

1. Definisi Perilaku Agresif

Beberapa literatur telah mengusulkan definisi perilaku agresif dengan variasi sesuai dengan perspektif atau teori yang digunakan oleh penulis. Berikut adalah beberapa definisi perilaku agresif yang telah dikemukakan oleh beberapa ahli yang dikutip dalam literatur.

Baron dan Richardson (Benjamin, 2016:33) mendefinisikan perilaku agresif sebagai tindakan yang termotivasi untuk membahayakan dan merugikan orang lain. Berkowitz (Krahe, 2001:12) menambahkan bahwa perilaku agresif merupakan bentuk perilaku yang bertujuan untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun mental. Berkowitz membedakan agresi menjadi dua macam yaitu agresi instrumental (instrumental aggression) dan agresi benci (hostile aggression).

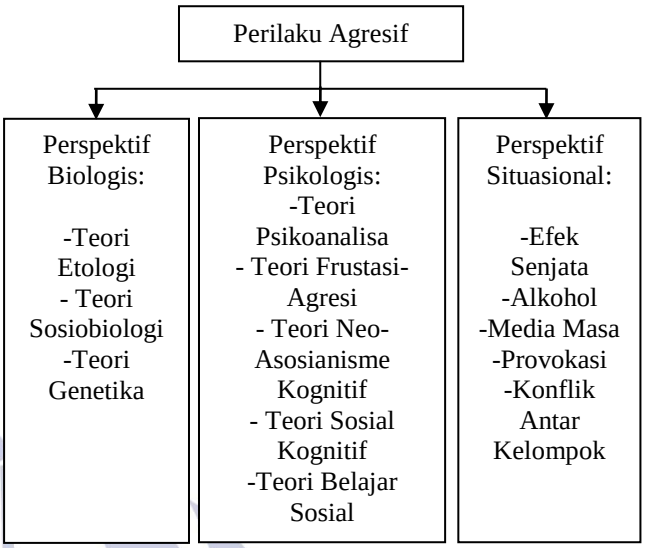
Sejalan dengan pendapat diatas, Krahe (2001:16-17) mengatakan bahwa perilaku agresif adalah segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk melukai seseorang secara fisik maupun psikis. Krahe memfokuskan aspek perilaku agresif ke dalam tiga bagian yaitu akibat merugikan atau menyakiti, niat, dan harapan bahwa tindakan itu akan menghasilkan sesuatu. Buss dan Perry (1992:452-453), menjelaskan perilaku agresif yaitu keinginan seseorang untuk mengekspresikan perasaan negatifnya dengan cara menyakiti orang lain baik secara fisik dan verbal. Buss dan Perry membagi aspek perilaku agresif menjadi empat aspek yakni agresi fisik, agresi verbal, kemarahan (anger) dan permusuhan (hostility) untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Buss dan Perry juga mencetuskan The Buss-Perry Aggression Questionnaire sebagai instrumen untuk mengukur tingkat agresivitas (Buss dan Perry, 1992:454).

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku agresif merupakan bentuk perilaku yang dapat merugikan orang lain dan memiliki unsur kesengajaan.

2. Teori Perilaku Agresif

Dilihat dari sudut pandang psikologi, ada bebarapa teori yang mendasari pemikiran mengenai perilaku agresif. Kerumitan dalam memahami perilaku agresif menumbuhkan beberapa perspektif dalam upaya mencoba menjelaskan dinamika penyebab perilaku agresif.

Bagan 1 Perspektif dan Teori Perilaku Agresif



Terdapat beberapa teori yang mencoba menejelaskan perilaku agresif dari sisi perspektif biologis yakni teori etologi, sosiobiologi, dan genetika. Dalam perspektif biologis, perilaku agresif disebabkan karena meningkatnya hormon testosteron. Teori etologi (Lorenz dan Krahe, 2001:28) menjelaskan perilaku agresif disebabkan oleh faktor *instinct* (naluri) dalam diri manusia. Manusia itu sama halnya dengan hewan yang juga memiliki naluri bawaan bersifat agresif. Perilaku agresif muncul ketika kebutuhan dasarnya (basic needs) tidak terpenuhi. Teori sosiobiologi (memandang manusia bertindak agresif ketika mengalami ketidaknyamanan, sistem sosial yang tidak berjalan dengan baik dan adanya ancaman dari pihak luar. Sedangkan teori genetika percaya bahwa perilaku agresif merupakan bagian dari sifat bawaan genetik individu yang diwariskan dari orang tuanya (Durkin, 1995:599).

Berbeda dengan perspektif biologis, dalam ranah psikologis beberapa teori juga ikut berkontribusi terhadap perilaku agresif yaitu teori psikoanalisa, frustasi-agresi, neo-asosianisme kognitif, sosial kognitif, dan belajar sosial. Teori psikoanalisa dipelopori oleh Freud (Krahe, 2001:33-34) memandang bahwa dalam diri manusia memiliki potensi bawah sadar berupa dorongan untuk merusak diri sendiri atau *thanatos* dan juga orang lain. Teori frustasi-agresi menyatakan apabila usaha seseorang untuk mencapai suatu tujuan mengalami hambatan akan timbul dorongan perilaku agresif yang dapat melukai objek yang menyebabkan frustasi. Walaupun frustasi menimbulkan perilaku agresif tetapi dapat dicegah jika ada hukuman terhadap pelaku. Namun, dalam kenyataannya tidak setiap perilaku agresif dapat diarahkan pada sumber frustasi sehingga orang akan mengarahkan pada sasaran lain (Eron dan Huesmann, 1994:3-4)

Selanjutnya dalam teori neo-asosianisme kognitif merupakan pengembangan dari teori frustasi-agresi menyatakan bahwa peristiwa yang tidak memuaskan akan menstimulasi perasaan negatif (marah atau takut). Sejauh mana perilaku agresif terbentuk, tergantung pada proses kognisi tingkat tinggi seseorang (Huesmann, 1994:35-37).

Teori sosial kognitif telah memperluas perspektif perilaku agresif, teori ini menemukan adanya perbedaan individu dalam bertindak agresif. Tingkah laku manusia digerakkan oleh pikiran, bukan hanya dorongan yang tidak disadarinya, konflik maupun perasaan yang ada pada dirinya (Benjamin, 2016:33). Selain itu ada teori belajar sosial yang dikembangkan secara luas oleh Bandura (1961:575) menyatakan bahwa perilaku manusia sebagian besar merupakan perilaku yang dipelajari dari pengalaman masa lalu apakah melalui pengamatan langsung, penguat positif, dan karena stimulus tertentu.

Sedangkan perspektif situasional menyakini munculnya perilaku agresif melibatkan faktor eksternal yakni efek senjata, alkohol, media masa, provokasi, dan konflik antar kelompok sebagai penentu dalam pembentukan perilaku agresif. Aspek-aspek situasi yang memicu dan memperburuk perilaku agresif merupakan stimulus yang muncul pada situasi tertentu yang mengarahkan perhatian individu ke arah agresi sebagai respon yang potensial (Berkowitz dan Krahe, 2001:87).

Berdasarkan pemaparan dari berbagai teori dapat dirangkum faktor penyebab perilaku agresif:

Tabel 1 Rangkuman Faktor Penyebab Perilaku Agresif

Kebiasaan yang Dipelajari	Kondisi Internal	Faktor Situasi
Pengalaman langsung	Insting/ naluri	Efek senjata
Pengamatan langsung	Biologis	Provokasi
Penguat positif dan negatif	Frustasi Agresi	Penyerangan
	Neo-asosianisme kognitif	Media masa
		Alkohol
		Konflik antar kelompok

Dari penjelasan teori diatas, dapat ditarik analisis kritis terhadap perspektif biologis dan situasional, teori etologi, psikoanalisa, frustasi-agresi, neo-asosianisme kognitif, belajar sosial, sebagai berikut:

a. Tidak ada bukti empiris dari konsep-konsep yang diajukan karena mereka lebih mendasarkan diri pada observasi saja
b. Hasil penelitian mengenai peningkatan hormon testosteron terhadap meningkatnya perilaku agresif tidak konsisten. Peningkatan hormon testosteron ternyata tidak mampu memunculkan perilaku agresif secara langsung karena hormon testosteron hanya bertindak sebagai anteseden. Pada anak laki-laki memang meningkat perilaku agresinya, namun tidak ditemukan pada anak perempuan.
c. Teori etologi mendasarkan diri pada perilaku binatang. Terjadi overgeneralisasi (simpulan yang berlebihan) dari perilaku binatang dan manusia. Manusia dalam rangka mempertahankan diri tidak selalu menggunakan perilaku agresif, justru mengembangkan perilaku anti agresi seperti yang dipelopori Mahatma Gandhi.
d. Berdasarkan teori frustasi-agresi: tidak setiap perilaku manusia disebabkan oleh frustasi, ada faktor lain yang memicu perilaku agresif. Tingkat frustasi ringan dan sedang tidak akan menimbulkan perilaku agresif, sedangkan perilaku agresif akan sering muncul apabila hambatan terhadap perlawanan perilaku agresif lemah dan tingkat frustasi tinggi.
e. Kritik teori neo-asosianisme kognitif: peristiwa yang tidak memuaskan dan perasaan negatif terlalu umum dalam kehidupan manusia. Sejauh mana perilaku agresif terbentuk, tergantung pada proses kognisi tingkat tinggi seseorang. Perspektif ini telah mempertimbangkan faktor-faktor kognitif yang merupakan kelebihan dari perspektif insting, etologi dan sosiobiologi.
f. Kritik terhadap teori belajar sosial: perilaku agresif juga dapat dipelajari melalui model yang dilihat dalam keluarga, lingkungan kebudayaan, dan media masa. Perilaku agresif akan meningkat atau menurun tergantung sejauh mana penguat diterima. Dalam hal ini, perilaku agresif dilakukan karena seseorang menjadi korban dari stimulus yang menyakitkan dan akan melakukan pembalasan.
g. Kritik terhadap perspektif situasional, kurang berperannya fungsi-fungsi kognisi sebagai bahan pertimbangan apakah akan melakukan perilaku agresif atau tidak. Mekanisme otomatis agak dominan.

Konsep Belajar Sosial

1. Definisi Belajar Sosial

Ada banyak teori yang mencoba mendefinisikan faktor penyebab munculnya perilaku agresif. Seperti yang telah dilihat dalam beberapa teori perilaku agresif yang telah disajikan, teori belajar sosial merupakan teori yang berpengaruh terhadap perilaku agresif. Dalam konteks ini belajar sosial dipandang sebagai proses kognitif (orang) dalam diri individu yang memegang peranan dalam proses belajar, sedangkan proses belajar terjadi karena adanya pengaruh lingkungan sosial. Berikut definisi menurut beberapa ahli.

Miller dan Dollard (Eyyam dan Dogruer, 2016:47) menyatakan bahwa belajar sosial merupakan hasil proses pembelajaran melalui peniruan terhadap perilaku orang lain. Perilaku peniruan terjadi karena individu memperoleh penguat untuk mempelajari tingkah laku orang lain. Sedangkan Rotter (Edinyang, 2016:42) mendefinisikan bahwa belajar sosial yaitu perilaku manusia sebagian besar didasarkan pada interaksi orang-orang dengan lingkungannya yang bermakna. Rotter percaya meskipun kepribadian dapat berubah kapan saja, ia memiliki kesatuan dasar yang mempertahankannya dari perubahan sebagai hasil dari pengalaman masa kecil.

Pendapat lain dijelaskan oleh Bandura (1971:3-6) bahwa belajar sosial adalah proses belajar yang terjadi karena adanya pengaruh lingkungan sosial, individu akan mengamati perilaku di lingkungannya sebagai model,

kemudian ditiru sehingga menjadi perilaku yang dimilikinya. Individu belajar dari model secara langsung seperti manusia maupun secara tidak langsung melalui videogame, film, dan televisi.

Menurut beberapa definisi yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa inividu akan mengamati perilaku di lingkungannya sebagai model, kemudian ditirunya sehingga perilaku tersebut menjadi miliknya. Maka dari itu, teori belajar sosial ini disebut teori pembelajaran melalui peniruan. Perilaku individu terbentuk melalui peniruan terhadap perilaku di lingkungan, pembelajaran merupakan suatu proses bagaimana membuat peniruan yang sebaik-baiknya sehingga sesuai dengan keadaan diri dan tujuan.

2. Teori Belajar Sosial

Salah satu teori yang mendasari dan memiliki peran penting terhadap faktor penyebab perilaku agresif yaitu teori belajar sosial. Berbeda dengan teori bawaan dan frustasi-agresi yang hanya menekankan faktor dari dalam, teori belajar sosial lebih menekankan adanya faktor dari luar.

Belajar sosial mengacu pada hubungan timbal balik antara karakteristik lingkungan sosial, bagaimana seseorang termotivasi dan mampu memproduksi perilaku yang mereka lihat atau terjadi disekitar mereka (Miller, Dollard dan Blackwell, 1942:256). Meskipun kepribadian dapat berubah kapan saja, ia memiliki kesatuan dasar yang mempertahankannya dari perubahan sebagai hasil dari pengalaman masa kecil (Rotter dan Edinyang, 2016: 42). Perilaku agresif merupakan perilaku yang dipelajari dari pengalaman masa lalu apakah melalui pengamatan langsung, penguat positif dan karena stimulus diskriminatif.

a. Pengamatan Langsung

Mekanisme penting bagi perilaku agresif pada remaja adalah adanya proses belajar melalui pengamatan langsung/ observational learning (Cherry, 2013:1). Remaja akan mengamati lingkungan atau orang disekitarnya yang berperilaku agresif atau mungkin mengontrol perilaku agresif dan kemudian menirukannya

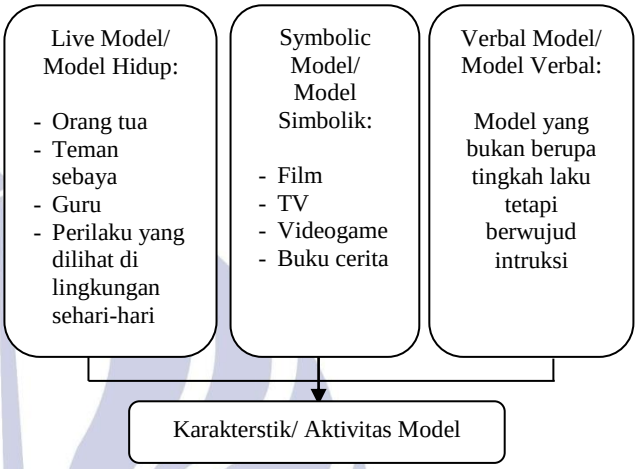
b. Pengalaman Langsung

Apakah perilaku agresif akan semakin meningkat atau menurun tergantung sejauh mana penguat diterima. Perilaku agresif yang disertai penguat positif akan meningkatkan perilaku agresif. Setiap kali individu memukul temannya dan diberi sebuah imbalan, maka perilaku agresif semakin meningkat. Penguat positif dalam kehidupan sehari-hari sering diekspresikan dengan persetujuan verbal dari orang-orang disekitarnya. Hal ini seringkali djumpai pada kelompok yang mempunyai lingkungan kebudayaan agresif seperti gang remaja, bela diri, silat, tinju dan lain-lain (Krahe, 2001:135). Perilaku agresif yang disertai penguat negatif juga dapat meningkatkan perilaku agresif. Dalam hal ini, perilaku agresif dilakukan karena seseorang menjadi korban dari stimulus yang menyakitkan seperti diejek atau diserang orang lain dan akan melakukan pembalasan.

c. Imitasi/ imitation

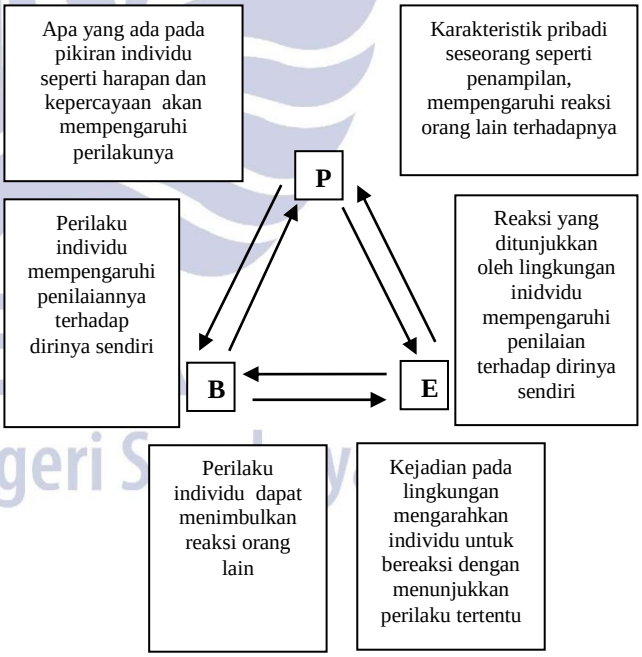
Perilaku agresif juga dapat dipelajari melalui model (imitation/ modeling) yang dilihat dalam keluarga, lingkungan kebudayaan, dan media masa. Individu memberikan perhatiannya terhadap karakteristik model atau aktivitas model untuk dapat mempelajarinya (McLeod, 2016:2). Dalam kaitan dengan belajar sosial, ada tiga macam model, yaitu:

Bagan 2 Macam-Macam Model



Dari penjelasan tersebut dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Bagan 3 Determinisme Resiprokal



Pada bagan determinisme resiprokal dijelaskan bahwa P meruapakan singkatan dari personal atau kepribadian seseorang, B merupakan singkatan dari behavior atau perilaku sesorang, dan E merupakan singkatan dari Environment atau lingkungan. Determinisme resiprokal dicetuskan oleh Bandura sebagai konsep penting dalam teori belajar sosial. Pendekatan ini menjelaskan bahwa perilaku manusia dalam konteks interaksi timbal balik yang

berhubungan antara kepribadian sesorang (kognitif), perilaku dan pengaruh lingkungan. Lingkungan dapat membentuk perilaku dan perilaku dapat membentuk lingkungan.

Konsep Kontrol Diri

1. Definisi Kontrol Diri

Dalam litertur kontrol diri memiliki pengaruh dalam perilaku agresif. Kajiannya dimulai dari mengkaji model teoritis yang menekankan pada pentingnya proses kontrol diri memahami perilaku agresif. Adapun definisi yang telah penulis rangkum berdasarkan pendapat beberapa ahli.

Tangney, Baumeister, dan Boone (2004:271-273) berpendapat bahwa kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk mengubah respon batin seseorang dan menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan serta menahan diri dari tindakan menyimpang sebagai upaya untuk mendapatkan hasil yang positif bagi dirinya dan lingkungannya.

Tidak jauh beda dari pendapat diatas, Averill (1973:286), kontrol diri yaitu kemampuan individu dalam mengatasi berbagai keluhan negatifnya, sehingga mampu menciptakan keadaan yang lebih baik. Goldfried dan Merbaum (Mulyani, 2016:4) mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Denson, DeWall, dan Finkel (2011:24) menyatakan kontrol diri sebagai kemampuan seseorang untuk menyesuaikan tingkah lakunya agar bisa diterima secara sosial oleh masyarakat.

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mencegah dan mengatur dorongan dalam diri agar tidak melanggar norma yang berlaku. Kontrol diri dapat membantu individu menampilkan perilaku yang sesuai dengan tuntutan lingkungan sehingga tidak akan menimbulkan keresahan dalam berhubungan dengan diri sendiri dan orang lain.

2. Teori Kontrol Diri

Konsep awal kontrol diri diawali pada bidang ilmu psikologi pada tahun 1977 dengan istilah efikasi diri. Bandura (Rosenbaum, 1980:111) menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan diri seseorang untuk melakukan perilaku tertentu. Selanjutnya, Rosenbaum (1980:109-110) mencetuskan istilah kontrol diri dan mengoperasionalkan konsep awal tentang kontrol diri melalui skala *Self-Control Schedule.* Rosenbaum (1980:110) menganggap kontrol diri dapat dipelajari dan perlu adanya keyakinan bahwa seseorang dapat mengontrol perilakunya sendiri tanpa bantuan dari luar dirinya.

Teori kontrol diri Rosenbaum merupakan bagian dari *internal locus of control* yang dipelopori oleh Rotter tahun 1990. Baumeister, Vohs, dan Tice (Malouf, 2014:334) melihat kontrol diri sebagai kapasitas manusia untuk mengendalikan respon terutama dalam fungsinya untuk beradaptasi dengan norma, ideal, moral, ekspektasi sosial dan pencapaian jangka panjang.

Selain konsep teori tersebut, Gottfredson dan Hirschi (Malouf, 2014:335) mengembangkan "The General Theory Of Crime" atau lebih dikenal dengan "Low Self Control Theory" yang menjelaskan bahwa perilaku kriminal dapat dilihat melalui single-dimention yakni kontrol diri. Individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda-beda, individu dengan kontrol diri yang rendah rentan bersikap agresi dan melakukan kejahatan tanpa memikirkan resiko yang akan ditanggungnya. Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengatasi berbagai keluhan negatifnya, sehingga mampu menciptakan keadaan yang lebih baik (Averill , 1975:75).

Logue (1995:34) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan kontrol diri yaitu faktor genetik dan faktor lingkungan. Louge menjelaskan bahwa umumnya remaja dapat mengendalikan diri sesuai pertambahan usianya. Sedangkan faktor lingkungan yang mempengaruhi kontrol diri yaitu orang tua. Orang tua menjadi pembentuk pertama kontrol diri pada anak. Cara orang tua mendisiplinkan anak, merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri.

Adapun jenis-jenis kontrol diri yang disajikan dalam tabel, sebagai berikut:

Tabel 2 Jenis- Jenis Kontrol Diri

Jenis Kontrol Diri	Deskripsi
Over control	Kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan dan menyebabkan individu banyak menahan diri beraksi terhadap stimulus.
Under control	Kecenderungan individu untuk melepaskan impuls (rangsangan) dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.
Appropriate control	Kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls (rangsangan) secara tepat.

Hasil Penelitian Terdahulu

Berdasarkan penelitian Petterson, Littman dan Bricker (Knutson, 2009:284) menemukan fakta bahwa perilaku agresif akan membuahkan hasil berupa peningkatan frekuensi perilaku agresif itu sendiri. Individu yang berperilaku agresif telah mengalami sendiri perlakuan agresif terhadap dirinya baik diperoleh dari orang tua, teman sejawat, maupun lingkungan sekitarnya.

Hal ini juga dibuktikan dari penelitian Schunk (2012:120) yang menemukan hasil bahwa peniruan dapat berlaku hanya melalui pengamatan terhadap perilaku model meskipun pengamatan itu tidak dilakukan secara terus menerus. Penelitian tersebut menemukan hasil bahwa subjek yang diperlihatkan perilaku agresif akan bertindak lebih agresif dibandingkan dengan subjek yang tidak diperlihatkan tindakan agresif. Tindakan agresif yang ditiru oleh subjek yakni fisik dan verbal. Dalam penelitian ini juga dijelaskan perilaku meniru tindakan agresif juga dipengaruhi oleh jenis kelamin model dan subjeknya. Subjek laki-laki yang telah diperlihatkan tindakan agresif model laki-laki lebih banyak menunjukkan tindakan agresif dibandingkan subjek perempuan yang diperlihatkan tindakan agresif model laki-laki.

Selain itu ada hasil penelitian terdahulu yang dilakukan pada eksperimen bobo doll dengan subjek penelitian 36 anak laki-laki dan 36 anak perempuan mengungkapkan fakta bahwa hanya dengan melihat rekaman video anak bisa menjadi berperilaku agresif atau tidak agresif tergantung pada jenis film yang dilihat dalam rekaman video tersebut (Bandura, Ross dan Ross, 1961:576-578). Pada kehidupan sehari-hari, perilaku agresif dapat dipelajari dari model yang dilihat dalam keluarga, lingkungan dan media masa. Hasil penelitian terdahulu lainnya oleh Krahe (2001:114-120) memunculkan hasil bahwa adegan kekerasan dalam film maupun videogame juga dapat mempengaruhi timbulnya perilaku agresif.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu lainnya yang menunjukkan bahwa perilaku agresif sangat berkaitan dengan hubungan yang tidak baik antara orang tua dan anak atau apa yang dilihatnya di rumah, sekolah dan di lingkungan pergaulannya. Namun, tidak berarti bahwa tidak ada penelitian yang memandang sebagai sesuatu hal yang tidak negatif. McCloskey, Figuerendo dan Koss (1995:1255) adalah ahli yang menemukan bahwa tidak ada hubungan antara pengalaman agresi dan disfungsi keluarga pada masa kanak-kanak dengan perkembangan agresivitas dan kesahatan mental orang yang bersangkutan pada masa dewasanya. Jika terjadi perilaku agresif, menurut mereka hal tersebut bukan disebabkan oleh pengalaman masa lalu atau kondisi kesehatan mental mereka yang kurang baik. Dengan demikian, perilaku agresif dianggap hanya sekedar suatu reaksi.

Hasil lain juga ditunjukkan dari penelitian yang dilakukan Dill dan Dill (1998:423) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara video game dan media masa dengan perilaku agresif. Dill dan Dill (1998:410) melihat perilaku agresif sebagai bentuk perilaku yang dilakukan berdasarkan pengalaman adanya rangsangan situasi tertentu sehingga menyebabkan seseorang melakukan tindakan agresif.

Selain belajar sosial terdapat faktor lain yang mempengaruhi terjadinya perilaku agresif yaitu kontrol diri. Denson, DeWall, dan Finkel (2011:24) telah membuat sebuah kajian untuk melihat sejauh mana kontrol diri memiliki hubungan dengan perilaku agresif. Kajian tersebut dimulai dari mengkaji model teoritis yang menekankan pada pentingnya proses kontrol diri dalam memahami perilaku agresif.

Hasil penelitian terdahulu lainnya yang diteliti Rosenbaum (1980:119) menunjukkan bahwa kontrol diri berhubungan dengan *internal locus of control* yaitu kecenderungan seseorang menganggap hasil dari perilaku berasal dari karakterisik personal dan perilaku mereka sendiri. Berdasarkan penelitian Kwak dan Oh (2017:11) dengan subjek penelitian 6.142 anak laki-laki dan 5.814 anak perempuan di Korea. Subjek termasuk 4.004 siswa sekolah dasar, 4.710 sekolah menegah pertama dan 3202 siswa sekolah menengah atas ditemukan hasil bahwa kontrol diri dapat menurunkan perilaku agresif. Kontrol diri yang tinggi akan menghambat perilaku agresif.

Selain itu, penelitian oleh Shepperd, Miller, dan Smith (2015: 608) dengan subjek penelitian yakni 1.040 remaja di Amerika Serikat menunjukkan adanya korelasi negatif di antara kontrol diri dengan perilaku agresif yang berarti kontrol diri bisa mengendalikan perilaku agresif secara signifikan. Pada penelitian selanjutnya Tangney, Baumeister, dan Boone (2004:271-273) lebih berfokus pada dampak kontrol diri sebagai kemampuan untuk mencegah impuls perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri untuk tidak melakukannya, hal tersebut membuat kontrol diri yang rendah disebut sebagai impulsivitas dan ketidaksabaran seseorang untuk memuaskan keinginannya.

Akan tetapi terdapat temuan kecil yang menarik. Ada satu penelitian yakni penelitian Toyibah (2007) yang menunjukkan korelasi antara kontrol dan perilaku agresif dengan angka korelasi positif (0,021). Meskipun angkanya kecil apabila dilihat dari sampel penelitian laki-laki pelaku carok (pertarungan membela harga diri dengan senjata tradisional pada masyarakat suku Madura yang kental dengan tindakan agresif), maka bisa dijelaskan bahwa konteks penelitian ini unik dan tidak bisa digeneralisasikan sebagaimana penelitian yang lain.

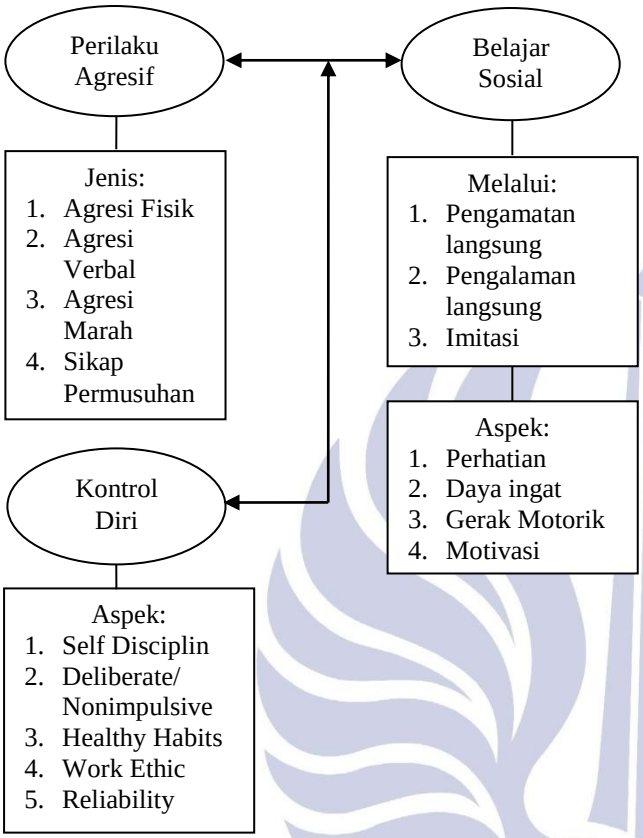
Diihat dari hasil penelitian terdahulu yang dilakukan para peniliti dapat disimpulkan bahwa banyak penelitian yang menemukan fakta belajar sosial dan kontrol diri memiliki hubungan dengan perilaku agresif sesuai dengan kajian teoritik. Lebih lanjut, dijelaskan bahwa perilaku agresif ini dipelajari dari lingkungan sosial seperti interaksi dengan keluarga, teman sebaya dan media masa melalui pengamatan langsung maupun imitasi. Setiap remaja tentu memiliki mekanisme yang dapat membantu dalam mengatur dan mengarahkan dirinya. Jika remaja mampu melakukan kontrol diri dengan baik maka remaja akan menyadari akibat dari perbuatannya yang menyimpang.

Model Konseptual Perilaku Agresif Ditinjau Dari Perspektif Teori Belajar Sosial dan Kontrol Diri

Adapun model konseptual yang akan dijelaskan untuk

mempermudah pemahaman terhadap kaijan konseptual perilaku agresif ditinjau dari perspektif teori belajar sosial dan kontrol diri, sebagai berikut:

Bagan 4 Perilaku Agresif Ditinjau Dari Perspektif Teori Belajar Sosial dan Kontrol Diri Secara Umum



Dari bagan tersebut dapat dipahami bahwa perilaku agresif adalah suatu bentuk perilaku bertujuan untuk menyakiti atau melukai seseorang dan cenderung melakukan penyerangan, baik secara fisiologis maupun psikologis. Seseorang tidak hanya belajar dari mengamati perilaku orang lain, tetapi juga belajar dari efek yang ditimbulkan oleh suatu perilaku.

Perilaku agresif pada remaja dapat disampaikan melalui perbuatan, tetapi apabila tingkah laku tersebut dihalangi, maka akan disampaikan melalui kata-kata (verbal). Perilaku agresif terbentuk sebagai hasil dari proses belajar dimana stimulus eksternal dan penguat atau reinforcement dilihat sebagai faktor yang menentukan dalam proses belajar atau pembentukan tingkah laku..

Individu belajar dari lingkungan bagaimana cara orang merespon suatu keadaan, bagaimana merespon ketidaksukaan, kekecewaan, dan kegagalan, dan bagaimana orang-orang mengekspresikan keinginan atau pandangannya yang menuntut kontrol diri. Selain itu, keberadaan kontrol diri dapat menggagalkan munculnya perilaku agresif dan sebaliknya kontrol diri dapat menguatkan munculnya perilaku agesif. Setiap remaja memiliki keinginan dan kapasitas yang berbeda-beda dalam upaya melakukan kontrol diri dan perbedaan individual ini berimplikasi pada aspek sosial, emosional, dan penyesuaian perilaku.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa sikap agresif diperoleh individu dari meniru suatu model dalam lingkungan sosial, dalam hal ini remaja meniru perilaku model yang mereka lihat yang sebagian besar mengandung unsur kekerasan. Individu belajar melalui pengamatan langsung, pengalaman langsung dan proses imitasi. Hal ini dapat memunculkan perilaku agresif berupa agresi fisik (pukulan, penyerangan terhadap objek/ orang lain), agresi verbal (berkata kasar, menghina, menuntut orang lain), agresi marah (kesal hati) dan sikap permusuhan (curiga dan iri hati). Kebanyakan model yang ditiru bukan hanya model hidup (orang), melainkan model simbolis (adegan kekerasan di film, TV, dan videogame). Aspek yang mempengaruhi proses belajar sosial yakni 1) perhatian/ attention: individu memperhatikan tingkah laku model untuk dapat dipelajarinya, 2) daya ingat/ retention: individu harus mengingat apa yang dilakukan model , 3) gerak motorik/ motor reproduction: individu menerapkan hasil pengamatan model sebagai proses belajar, 4) motivasi/ motivation: individu memiliki dorongan untuk meniru perilaku model yang telah dipelajarinya dan akan mengulangi perbuatan tersebut untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

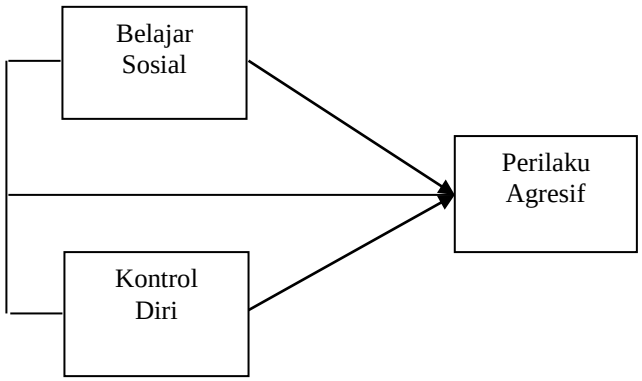
Saat desakan untuk berperilaku agresif menguat, kontrol diri dapat membantu seseorang mengabaikan dorongan untuk memenuhi kebutuhan agresinya, dan membantu individu merespon sesuai dengan standar sosial dengan memberi peringatan pada perilaku agresif tersebut. Hal yang perlu diperhatikan dalam kontrol diri sebagai berikut: 1) self discipline: mampu menghilangkan kebiasaan buruk, 2) deliberate/ nonimpulsive: individu dalam melakukan sesuatu dengan hati-hati, 3) healthy habits: individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak negatif, meskipun hal tersebut menyenangkan, 4)work ethic: mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan atau fokus pada tugas, 5) reliability: merujuk pada penilaian individu terhadap kemampuannya dalam pelaksanaan rencana jangka panjang untuk pencapaian tertentu.

Apabila terdapat hal-hal yang melemahkan, kontrol diri akan melemah maka agresi meningkat dan sebaliknya jika ada faktor-faktor yang menguatkan kontrol diri, maka agresi akan menurun. Remaja yang menonton tayangan netral dan prososial dapat menurun agresivitasnya, dibandingkan anak-anak yang menonton tayangan kekerasan dapat meningkat agresivitasnya. Kontrol diri sangat berpengaruh terhadap tindakan yang akan diambil. Remaja yang tidak dapat mengendalikan emosi maka akan mengambil keputusan secara singkat untuk menentukan tindakannya.

Berdasarkan kajian ini, dapat mengajukan sebuah hipotesis kerja yaitu terdapat hubungan antara perilaku agresif dengan belajar sosial dan kontrol diri. Artinya belajar sosial dapat meningkatkan munculnya perilaku agresif dan kontrol diri dapat menghambat munculnya perilaku agresif. Maka dapat dikontruksikan seperti yang ditunjukkan pada bagan berikut:

UNESA Universitas Negeri Surabaya

Bagan 5 Model Konseptual Perilaku Agresif dengan Belajar Sosial dan Kontrol Diri



PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan kajian konseptual diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif merupakan bentuk perilaku yang dilakukan secara sengaja dan dimaksudkan untuk menyakiti orang lain baik secara fisiologis dan psikologis. Dalam memahami fenomena perilaku agresif banyak faktor yang menjelaskan penyebab munculnya perilaku agresif. Maka dari itu sejumlah teori mencoba menjelaskan perilaku agresif dari sisi internal dan eksternal.

Banyak riset-riset yang menunjukkan bahwa perilaku agresif dipelajari dari lingkungan sosial seperti interaksi dengan keluarga, teman sebaya dan melalui media masa (TV, film, videogame yang berisi adegan kekerasan). Individu belajar melalui pengamatan langsung (observational learning) maupun pengalaman langsung bahkan melalui proses imitasi atau modeling. Dilihat dari segi gender, laki-laki lebih dominan untuk bertindak agresif dibandingkan dengan perempuan. Seseorang yang melakukan tindakan agresif biasanya termotivasi untuk meniru perilaku agresif yang telah dimodelkan agar dapat dipelajarinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan, kepuasaan, serta rasa balas dendam karena pernah menjadi korban tindak kekerasan.

Setiap remaja tentu memiliki mekanisme yang dapat membantu dalam mengatur dan mengarahkan dirinya. Jika remaja mampu melakukan kontrol diri dengan baik maka remaja akan menyadari akibat dari perbuatannya yang menyimpang. Perilaku agresif dan kontrol diri dapat diilustrasikan seperti neraca. Bandul disisi kiri adalah sifat dasar perilaku agresif dan sifat dendam yang apabila mendapatkan dorongan berupa provokasi serta reaksi sosial maka akan memunculkan perilaku agresif. Sedangkan bandul disebelah kanan merupakan hambatan yang dapat berwujud dalam beberapa faktor seperti ketenangan, regulasi diri dan kontrol diri. Keberadaan kontrol diri dapat menggagalkan munculnya perilaku agresif dan sebaliknya rendahnya kontrol diri dapat menguatkan munculnya perilaku agresif. Kontrol diri memiliki bagian yang cukup strategis dan mampu menghambat perilaku agresif. Belajar sosial dan kontrol diri merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Dua hal tersebut memiliki kontribusi besar terhadap perilaku agresif.

Saran

Untuk penulis studi literatur selanjutnya:

a. Dalam memilih buku maupun jurnal yang akan dikaji harus memperhatikan isi dan inti dari bacaan buku atau jurnal
b. Mempersiapkan dengan baik alat dan waktu yang dibutuhkan dalam proses kajian teoritik
c. Melakukan kajian yang lebih spesifik dengan sumber pustaka yang lebih beragam
d. Mengenali banyak kosa kata dalam bahasa inggris dan mampu menemukan pilihan kata atau diksi yang sesuai
e. Memiliki kemampuan membaca cepat untuk menemukan hasil kajian
f. Sabar dan teliti dalam menyusun hasil kajian serta menulis catatan hasil penelitian

Untuk studi literatur selanjutnya:

a. Studi literatur ini harus lebih dispesifikkan lagi ke dalam ruang lingkup pendidikan
b. Hasil kajian konseptual ini hanya berupa kajian mengenai perilaku agresif ditinjau dari perspektif teori belajar sosial dan kontrol diri sehingga dapat dilakukan penelitian yang membandingkan dengan kajian teoritik lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Averill, J. R. 1973. Personal Control Over Asersive Stimuli And Relationship To Stress. *Psychological Bulletin*, 80(4).

Bandura, A., Dorothea R., Sheila, A. R. 1961. Transmission of Aggression Through Imitation of Aggressive Models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63(3).

Bandura, Albert. 1971. *Social Learning Theory*. New York City: General Learning Press.

Baron, R. A., & Byrne, D. 2005. *Psikologi Sosial*, edisi 10. Jakarta: Erlangga.

Benjamin, Arlin James. 2016. Aggression. *Encyclopedia of Mental Health, 1.*

Buss, Arnold H, dan Mark Perry. 1992. The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459.

Chaplin, J. P. 2011. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan Dr. Kartini Kartono. Jakarta: Grafindo Persada.

Chendra, Kerry. 2013. Social Learning Theory. *Journal Of Psychology*, 1(1).

DeWall, C. N., Finkel, E. J., & Denson, T.F. 2011. Self-Control And Agression. *Current directions in psychological science*, 21(1).

UNESA Universitas Negeri Surabaya

Dill, K. E & Dill. J. C. 1998. Video Game Violence: A Review of the Empircal Literature. *Aggression and Violent Behavior*, 3(4).

Durkin, Kevin. 1995. *Developmental Social Psychology. From Infancy To Old Age*. Oxford: Blackwell Publishers Ltd.

Edinyang, Sunday David. 2016. The Significante of Social Learning Theories In The Teaching of Social Studies Education. *International Journal of Sociology and Anthropology Research*, 2(1).

Ekawati, Jihan I. & Eko Darminto. 2019. Penerapan Konseling Kelompok Ringkas Berbasis Solusi Teknik Pertanyaan Berskala Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal BK UNESA*, 10(2).

Febrianty, T. A. B. 2016. *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Siswa.* Skripsi Diterbitkan. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.

Hanurawan, F. 2010. *Psikologi Sosial: Suatu Pengantar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Hurlock, Elizabeth B. 2006. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Huesmann, Rowell L. 1994. *Aggressive Behavior Current Perspectives*. Michigan: University of Michigan.

Knutson, John F. 2009. *The Control of Aggression*. USA: University Of Lowa.

Krahe, Barbara. 2001. *The Social Psychology of Aggression*. Canada: Psychology Press Ltd.

Krippendof, Klaus. 1993. *Analisis Isi: Pengantar Teori dan Metodologi*. Jakarta: Citra Niaga Rajawali Press.

Kwak, M. & Insoo Oh. 2017. Comparasion Of Psychological and Social Characteristics Among Traditional, Cyber, Combined Bullies, and Non-Involved. *School Psychology International*, 38(6).

Logue, A. W., & Forzano, L.B. 1995. Self Control and Impulsivness in Children and Adults OF Food Preferences. *Journal Of The Experimental Analysisof Behavior*, 64(1).

Malouf, E.T., Schaefer, K.E., Witt, E. A., Moore, K.E., Stuewig, J., & Tangney, J.P. 2014. The Brief Self-Control Scale Predicts Jail Inmates' Recidivism, Substance Dependence, And Post-Release Adjustment. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 40(3). Self-Control Scale Predicts Jail Inmates' Recidivism, Substance Dependence, And Post-Release Adjustment. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 40(3).

Mayers, David G. 2012. *Psikologi Sosial*. Edisi 10 Buku 2. Jakarta: Salemba Humanika.

McCloskey, Laura Ann, Aurelio Jose Figueredo & Mary P. Koss. 2016. The Effects of Systemic Family Violence on Children's Mental Health. *Child Development*, 66(5).

McLeod, Saul. 2016. Social Learning Theory By Observational Learning and Imitation. *Simplypsychology*, 1(1).

McMullen, J.C, Shoemaker, D.J., Chair, Bailey, C.A., & Wolf, P.D. (1999). *A Test of Self-Control Theory Using General Patterns of Deviance*. Dissertation the Faculty of the Virginia Polytechnic Institute and State University Blacksburg, Virginia.

Mulyani, & Syamsu Yusuf L. N. 2016. *Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self Control*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.

Naqiyah, Najlatun. 2013. Penerapan Konseling Islami untuk Menangani Kenakalan Remaja di Era Modern. *Prosiding Kongres XII, Konverensi Nasional XVIII Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) dan Seminar Internasional Konseling*.

Nasrizulhaidi, Minauli, dan Yusuf. 2015. Efektivitas Anger Management Training Untuk Menurunkan Agresivitas Pada Remaja Disruptive Behavior Disorders. *Jurnal UIN Suska*, 11(1).

Rosenbaum, Michael. 1980. A Schedule for Assessing Self-Control Behaviors: Preliminary Findings. *Behaviour Therapy, 11*.

Santrock, J. W. 2012. *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.

Salmiati. 2015. Perilaku Agresif dan Penanganannya (Studi Kasus pada Siswa SMP Negeri 8 Makassar). *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 1(1).

Schunk, Dale H. 2012. *Learning Theories An Educational Perspective*. Greensboro: The University of North Carolina.

Shepperd, J.A, Wendi A. Miller & Colin Tucker Smith. 2015. Religiousness and Aggression In Adolescents: The Mediating Roles Of Self Control and Compirasion. *Journal Of Aggressive Behavior*, 41.

Toyibah. 2007. *Perilaku Agresif, Budaya Carok, Kematangan Emosi dan Kontrol Diri*. Tesis Tidak Dipublikasikan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

UNESA
Universitas Negeri Surabaya