

## Kontrol Diri dan Kecanduan Game Online, serta Hubungannya dengan Perilaku Agresif Siswa SMP

Rina Uswatul Khasanah<sup>1</sup>, Henny Indreswari<sup>2</sup>, Ella Faridati Zen<sup>3</sup>

Afiliasi 1<sup>1</sup>, Afiliasi 2<sup>2</sup>, Afiliasi 3<sup>3</sup>

Email: [rina.uswatul.180111@students.um.ac.id](mailto:rina.uswatul.180111@students.um.ac.id)<sup>1</sup>, [henny.indreswari.fip@um.ac.id](mailto:henny.indreswari.fip@um.ac.id)<sup>2</sup>, [ella.faridari.fip@um.ac.id](mailto:ella.faridari.fip@um.ac.id)<sup>3</sup>

### Info Artikel

Riwayat Artikel

Diterima: Juli 2022

Direvisi: Januari 2023

Disetujui: Juni 2023

Dipublikasikan: Juni 2023

### Keyword:

Kontrol Diri

Kecanduan Game Online

Perilaku Agresif

### Abstract

*This study aims to determine the relationship between self-control and addiction to online games with aggressive behavior. The instruments used are the self-control scale, the online game addiction scale, and the valid and reliable scale of aggressive behavior. The results showed that there was a relationship between self-control and aggressive behavior in junior high school students, with a significance ( $0.042 < 0.05$ ); there was no relationship between online game addiction and aggressive behavior in junior high school students, with a significance ( $0.619 > 0.05$ ); there was a relationship between self-control and online game addiction and aggressive behavior in junior high school students, with significance ( $0.042 > 0.05$ ). The final study concluded that there was a significant relationship between self-control and addiction to online games with aggressive behavior in junior high school students.*

### Pendahuluan

Pandemi atau wabah Covid-19 memberikan pengaruh bagi seluruh aspek, diantaranya adalah pendidikan. Sebagai upaya preventif dalam mengurangi penularan virus corona, pemerintah pusat bersama dengan pemerintah daerah menetapkan kebijakan bagi lembaga pendidikan untuk melaksanakan pembelajaran dari rumah masing-masing (Puwanto, 2020). Apabila sebelum terjadi wabah virus corona kegiatan pembelajaran dilaksanakan secara langsung, maka di era pandemi dilaksanakan pembelajaran jarak jauh (PJJ) secara daring. Pandemi Covid-19 mengharuskan siswa untuk siap belajar jarak jauh menggunakan teknologi seperti komputer ataupun gawai (Purwanto, 2020). Hal ini membuat siswa harus mengakses gawai atau komputer dengan intensitas yang lebih banyak dibandingkan sebelum pandemi Covid-19. Selain mengikuti pembelajaran, aktivitas siswa yang lain seperti mencari hiburan, juga terarah pada gawai misalnya dengan bermain *game* melalui gawai atau komputer, yang disebut bermain *game online*.

*Game online* yaitu permainan masa kini dan dapat dioperasikan melalui gawai (*handphone*) ataupun komputer dengan menggunakan jaringan internet. Burhan (dalam Kustiawan, 2019) menjelaskan arti dari *game online*, yaitu permainan melalui komputer yang bisa dimainkan lebih dari satu orang menggunakan jaringan data atau internet. Terdapat dua jenis *game online*, yaitu permainan berdasar teks dan permainan berdasar *website* atau jaringan (Kustiawan, 2019). Permainan

berdasar teks merupakan permainan dengan fasilitas berkomunikasi menggunakan teks yang disediakan sistem komputer, sehingga setiap pemain tidak dapat berinteraksi secara langsung. Sedangkan permainan berdasar *website* atau jaringan terdiri dari berbagai aplikasi *game online* yang diakses menggunakan jaringan internet, sehingga setiap pemain dapat saling berinteraksi secara langsung.

Menurut Andani (2015) kecanduan *game online* adalah suatu jenis ketergantungan akibat dari penggunaan internet dengan kata lain *internet addiction disorder*. Young mengatakan bahwa kecanduan *game online* sama seperti ketergantungan pada obat-obatan dan alkohol, yang mampu berdampak pada akademik, kinerja, gangguan kesehatan, dan masalah lainnya lainnya (Andani, 2015). Griffiths & Davies (dalam Fitri, 2018) menyebutkan bahwa kecanduan *game online* memiliki 7 aspek yaitu ciri khas (*saliance*), daya tahan (*tolerance*), modifikasi suasana hati (*mood modification*), gejala putus obat (*withdrawal symptoms*), kambuh (*relapse*), konflik (*conflict*), dan masalah (*problems*).

(Arsy, 2019) memaparkan data jumlah pemain *game online* di Indonesia berdasarkan usia, yakni dengan usia di bawah 18 tahun sejumlah 27%, usia 18-34 tahun sejumlah 29%, usia 35-49 tahun sejumlah 18%, dan usia 50 tahun ke atas sebesar 26%. Berdasarkan paparan data tersebut, pemain *game online* dengan usia di bawah 18 tahun menempati posisi kedua terbesar setelah usia 18-35 tahun, yakni sebanyak 27%. Dari pemaparan tersebut, diketahui bahwa usia anak-anak dan remaja menduduki posisi pemain *game online* terbanyak kedua di Indonesia. Sehingga, *game online* secara tidak langsung akan memberikan dampak bagi siswa.

Bermain *game online* merupakan kegiatan yang sangat menyenangkan dan digemari oleh siswa karena dalam *game online* tersebut menyediakan banyak tantangan, memungkinkan untuk berinteraksi serta mengenal banyak orang (Adiningtyas, 2017). *Game online* bisa memberi pengaruh baik dan juga pengaruh buruk kepada siswa. Salah satu pengaruh baik ketika memainkan *game online* yakni mampu menambah tingkat konsentrasi individu, dikarenakan perlu kefokusannya yang tinggi (Kustiawan, 2019). Sedangkan pengaruh buruk dari bermain *game online* yaitu siswa cenderung berperilaku secara agresif, baik verbal maupun non-verbal (Kartini, 2016).

Perilaku agresif dapat dikatakan sebagai perilaku yang dapat menyebabkan kerusakan, baik kerusakan fisik dan kerusakan mental. Berkowitz (dalam Fauziah, 2014) mengartikan perilaku agresif sebagai wujud tindakan secara sengaja untuk ditujukan kepada seseorang dengan maksud menyakiti secara fisik dan mental. Bentuk perilaku agresif dapat secara verbal dan juga non-verbal (Arriani, 2014). Perilaku agresif verbal berbentuk seperti umpatan, hinaan, ancaman, perkataan kasar, dan juga ejekan. Sedangkan perilaku agresif non-verbal dapat berbentuk seperti tindakan fisik hingga dapat memberikan rasa sakit kepada individu lain

secara fisik maupun mental. Buss & Perry (dalam Hasanah, 2020) menjelaskan perilaku agresif yang memiliki 4 aspek yaitu agresi verbal, agresi fisik, permusuhan, serta kemarahan.

Berdasar pada hasil penelitian (Masya & Candra, 2016), menyebutkan bahwa dampak dari adiksi atau kecanduan *game online* adalah mudah merasa marah. Dalam hal ini, mudah merasa marah merupakan salah satu dari perilaku agresif. Di sisi lain penelitian (Amanda, 2019) diperoleh hasil yang menunjukkan *game online* berpengaruh pada perilaku agresif remaja. Sehingga memperkuat bahwa *game online* mampu memberi pengaruh buruk kepada siswa.

Berdasar hasil wawancara dengan guru BK/ konselor SMP Laboratorium UM, mayoritas siswa di SMP Laboratorium UM bermain *game online*. Hal ini diketahui oleh Guru BK dengan bertanya langsung kepada siswa ketika masuk di kelas melaksanakan layanan BK. Terdapat juga siswa yang mengatakan seperti “anjing”, “bangsat”, “asu”, ketika mereka memainkan *game online* ataupun dalam keseharian siswa di sekolah. Berdasarkan hal tersebut, berkata “anjing” disertai dengan emosi marah merupakan salah satu tindakan berkata kasar. Berkata kasar dalam hal ini, termasuk ke dalam perilaku agresif secara verbal.

(Ansori, 2021) menjelaskan bahwa Dr. Siste yang merupakan ahli adiksi yang menjabat Kadep Medis Kesehatan Jiwa RSCM, mengatakan bahwa rumah sakit tersebut sejak tahun 2018 hingga 2019 telah merawat puluhan pasien dari usia anak hingga orang tua yang mengalami disfungsi serius akibat kecanduannya pada permainan *online*. Keadaan ini tercipta karena otak individu yang mengalami kecanduan *game* mengalami rusak pada bagian yang berguna untuk mengendalikan perilaku. Bagian ini bertugas untuk kontrol diri, perilaku, rangsangan yang dilakukan dengan refleks atau tanpa pertimbangan.

Sejalan dengan pendapat tersebut, (Aulia, 2014) mendefinisikan kontrol diri sebagai satu diantara aspek kepribadian yang dapat berpengaruh pada individu yang berperilaku agresif. Individu yang berperilaku agresif disebabkan karena mempunyai kontrol diri yang masih rendah (Febriyanti, 2016). Kontrol diri didefinisikan sebagai kecakapan setiap orang dalam mengendalikan diri, mengarahkan, dan mengatur perilaku diri pada arah yang positif (Ghufron & Risnawati, 2010). (Hurlock, 1990) menjelaskan bahwa kontrol diri adalah bagaimana seseorang mengendalikan perasaan dan keinginannya. Individu dengan kontrol diri rendah kurang bisa mengendalikan dorongan yang muncul pada dirinya, sehingga individu dengan kontrol diri rendah lebih berpotensi melakukan tindakan yang buruk (Angelina, 2013).

Darminto (2020) mencirikan pengendalian diri sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi berbagai kesulitan sehingga dapat menciptakan kondisi yang lebih baik. Goldfried dan Merbaum (Darminto, 2020) mencirikan pengendalian

diri sebagai kapasitas untuk menyusun, mengarahkan, dan mengoordinasikan tindakannya pada hasil yang positif. Menurut Averill (Widyaningrum, 2021), kontrol diri memiliki 3 aspek penting, yakni kontrol kognitif, kontrol perilaku, dan kontrol keputusan.

Pada penelitian yang dihasilkan oleh (Setiawati, 2019) diperoleh simpulan yaitu ada korelasi antara lama waktu memainkan game online dengan perilaku agresif. Semakin tinggi waktu dalam memainkan game online pada usia remaja, berpotensi memiliki perilaku agresif yang tinggi. Adapun bentuk perilaku agresif tersebut adalah mengucapkan kata-kata kasar seperti “goblok”, “anjing”, serta kalimat lain yang kurang pantas untuk diucapkan. Disamping hal itu, memukul meja di sekitarnya serta memberikan ejekan atau cemooh kepada orang yang ada di sekitarnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Febrianty, 2016) didapatkan simpulan yakni kontrol diri dan perilaku agresif mempunyai keterkaitan. Jika kemampuan individu dalam melakukan kontrol diri tersebut tinggi, tentu perilaku agresif tersebut menjadi lebih rendah. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan individu dalam melakukan kontrol diri maka perilaku agresifnya akan semakin tinggi.

Berangkat dari teori dan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, dan juga beberapa data penelitian terdahulu yang telah dipaparkan oleh peneliti, peneliti melihat keterkaitan pada kontrol diri, kecanduan *game online*, serta perilaku agresif. Sehingga peneliti tertarik meneliti hubungan antara kontrol diri dan kecanduan game online dengan perilaku agresif.

## Metode Penelitian

Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan rancangan korelasional. Populasi penelitian siswa kelas VII dan VIII pada SMP Laboratorium UM sejumlah 431 siswa. Penentuan sampel diperoleh berdasarkan (Arikunto, 2006) bahwa apabila populasi di atas 100, maka boleh mengambil 10% hingga 15% nya. Sampel penelitian sejumlah 64 siswa yang diperoleh melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Penggunaan instrumen untuk mengukur variabel adalah dengan model *skala likert*. Terdapat tiga skala penelitian yakni skala kontrol diri, skala kecanduan *game online*, dan skala perilaku agresif.

Skala kontrol diri dikembangkan menggunakan teori Averill (Widyaningrum, 2021) dengan 3 aspek yaitu kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decision control*). Skala kontrol diri disusun sebanyak 40 item, setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas didapatkan 20 item yang valid dan reliabel dengan koefisien reliabilitas 0.828 (sangat kuat). Skala kecanduan *game online* dikembangkan berdasarkan teori Griffiths & Davies (Fitri, 2018) dengan 7 aspek yaitu ciri khas (*saliance*), daya tahan (*tolerance*), modifikasi

suasana hati (*mood modification*), gejala putus obat (*withdrawal symptoms*), kambuh (*relapse*), konflik (*conflict*), dan masalah (*problems*). Skala kecanduan game online disusun sebanyak 52 item, dan didapatkan sejumlah 36 item yang valid dan reliabel dengan koefisien reliabilitas 0.952 (sangat kuat). Skala perilaku agresif dikembangkan atas dasar teori Buss & Perry (Hasanah, 2020) dengan empat aspek yaitu agresi verbal (*verbal aggression*), agresi fisik (*physical aggression*), permusuhan (*hostility*), dan kemarahan (*anger*). Skala perilaku agresif disusun sebanyak 48 item, setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas diperoleh 23 item yang valid dan reliabel dengan koefisien reliabilitas 0.874 (sangat kuat).

Analisis data dilakukan dengan analisis deskriptif untuk menjelaskan data dari setiap variabel penelitian. Analisis deskriptif ialah statistika untuk melakukan analisis data dengan cara membuat deskripsi atau menerangkan data yang diperoleh secara asli, tanpa menarik kesimpulan untuk generalisasi (Sugiyono, 2016). Teknik analisis data dilakukan dengan analisis korelasional *Pearson Product Moment* dan regresi berganda. Sebelum melaksanakan uji regresi, terlebih dahulu melakukan uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas sebagai prasyarat. Uji normalitas dilakukan dengan teknik *Kolmogorov-Smirnov*, apabila nilai signifikansi  $> 0.05$ , maka data berdistribusi dengan normal. Uji multikolinearitas melihat nilai (*tolerance*  $> 0.10$ ) atau (*VIF*  $< 10.00$ ) maka tidak terjadi multikolinearitas. Uji heteroskedastisitas dilakukan menggunakan *Spearman rho* dengan melihat nilai (signifikansi  $> 0.05$ ) maka tidak ada gejala heteroskedastisitas.

Analisis korelasional menggunakan *Pearson Product Moment* dengan melihat nilai *p* dan nilai (signifikansi  $< 0.05$ ) maka berkorelasi. Analisis regresi menggunakan uji *t* dilakukan dengan melihat angka (signifikansi  $< 0.05$ ) dan *t* hitung  $> t$  tabel, maka terdapat pengaruh secara terpisah variabel bebas terhadap variabel terikat. Kemudian analisis regresi menggunakan uji *F* dilakukan dengan melihat nilai (signifikansi  $< 0.05$ ) serta melihat nilai *F* hitung  $>$  dari *F* tabel, berarti gabungan kedua variabel bebas mempunyai pengaruh pada variabel terikat.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Hasil

#### 1.1 Hasil Analisis Deskriptif

Peneliti membagi tingkat kontrol diri, kecanduan *game online*, serta perilaku agresif dalam tiga tingkatan atau kategorisasi yakni tinggi, sedang, dan rendah. Berikut merupakan kategori tingkat kontrol diri, kecanduan *game online*, dan perilaku agresif pada siswa SMP Laboratorium UM.

**Tabel 1. Deskripsi tingkat kontrol diri, kecanduan *game online*, dan perilaku agresif**

Kategorisasi	Kontrol Diri	Kecanduan <i>Game Online</i>	Perilaku Agresif
--------------	--------------	------------------------------	------------------

	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Tinggi	12	18.8%	8	12.5%	10	15.7%
Sedang	41	64%	43	67.2%	46	71.8%
Rendah	11	17.2%	13	20.3%	8	12.5%

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa siswa SMP Laboratorium UM memiliki tingkat kontrol diri pada kategori tinggi sejumlah 18.8%, pada tingkat sedang sejumlah 64%, dan pada tingkat rendah sejumlah 17.2%. Kemudian siswa SMP Laboratorium UM mengalami kecanduan *game online* pada tingkat tinggi sejumlah 12.5%, pada tingkat sedang sejumlah 67.2%, dan pada tingkat rendah sejumlah 20.3%. Dan siswa SMP Laboratorium UM memiliki perilaku agresif yang berada pada tingkat tinggi sejumlah 15.7%, pada tingkat sedang sejumlah 71.8%, dan pada tingkat rendah sejumlah 12.5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa SMP Laboratorium UM memiliki tingkat kontrol diri, kecanduan *game online*, serta perilaku agresif pada tingkat sedang.

## 1.2 Hasil Uji Regresi

Hasil uji normalitas sebagai prasyarat uji regresi diperoleh hasil dari ketiga variabel tersebut dengan nilai signifikansi 0.200 sehingga data yang dihasilkan berdistribusi dengan normal. Kemudian hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai VIF ( $1.221 < 10.0$ ) dan nilai *tolerance* ( $0.819 > 0.1$ ) sehingga data bebas dari gejala multikolinearitas. Selanjutnya hasil uji heteroskedastisitas menggunakan uji *Rank Spearman's rho*, yaitu dengan mengkaitkan nilai residual kepada setiap variabel bebas. Uji heteroskedastisitas menghasilkan kontrol diri memiliki signifikansi ( $0.631 > 0.05$ ) dan kecanduan *game online* memiliki signifikansi ( $0.594 > 0.05$ ). Sehingga, pada model regresi tidak ditemukan adanya gejala heteroskedastisitas.

**Tabel 2. Hasil Uji Regresi Ganda**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	58.059	12.590		4.611	.000
KONTROL DIRI	-.341	.164	-.279	-2.079	.042
KECANDUAN GAME ONLINE	.034	.068	.067	.499	.619

Dari hasil uji regresi, bisa dilihat variabel kontrol diri (X1) memiliki angka koefisien regresi/ beta senilai (- 0.279). Variabel kontrol diri (X1) dan perilaku agresif (Y) mempunyai arah hubungan yang negatif atau berlawanan. Dari hasil ini diketahui jika setiap ada peningkatan nilai kontrol diri sebesar 1 poin maka mempengaruhi turunnya nilai perilaku agresif sebesar 0.279. Kemudian variabel kecanduan *game online* (X2) mempunyai besaran koefisien regresi/ beta yaitu (0.067). Artinya, setiap ada peningkatan nilai kecanduan *game online* sebesar 1 poin maka akan mempengaruhi nilai perilaku agresif sebesar 0,067.

**Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Variabel Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif**

		KONTROL DIRI	PERILAKU AGRESIF
KONTROL DIRI	Pearson Correlation	1	-.308*
	Sig. (2-tailed)		.013
	N	64	64
PERILAKU AGRESIF	Pearson Correlation	-.308*	1
	Sig. (2-tailed)	.013	
	N	64	64

**Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Variabel Kecanduan *Game Online* dengan Perilaku Agresif**

		PERILAKU AGRESIF	KECANDUAN GAME ONLINE
PERILAKU AGRESIF	Pearson Correlation	1	.186
	Sig. (2-tailed)		.141
	N	64	64
KECANDUAN GAME ONLINE	Pearson Correlation	.186	1
	Sig. (2-tailed)	.141	
	N	64	64

Berdasar pada hasil uji korelasi Pearson pada tabel 3, menunjukkan hasil yakni terdapat keterkaitan secara signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif. Hasil ini didapatkan dengan melihat angka signifikansi ( $0.013 < 0.05$ ) dan p sebesar  $0.308$ . Kemudian pada tabel 4, ditemukan hasil bahwa tidak terdapat keterkaitan secara signifikan antara kecanduan *game online* dengan perilaku agresif. Hal ini bisa dilihat pada angka signifikansi ( $0.141 > 0.05$ ) serta nilai p sebesar  $0.186$ .

**Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Ganda**

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	.314 <sup>a</sup>	.098	.069	8.23578	.098	3.332	2	61	.042

Dari hasil uji korelasi ganda pada tabel 5, didapatkan hasil yakni kontrol diri dan kecanduan *game online* secara simultan berhubungan secara signifikan dengan perilaku agresif. Hasil ini dapat dilihat pada angka signifikansi F Change ( $0.042 < 0.05$ ). Kemudian melihat nilai R yaitu  $0.314$  yang berarti dalam kategori lemah. Adapun nilai R square adalah  $0.098$  atau  $9.8\%$ . Artinya  $9.8\%$  perilaku agresif dipengaruhi oleh variabel kontrol diri dan kecanduan *game online*, sisanya  $90.2\%$  dipengaruhi oleh variabel yang lain.

### 1.3 Hasil Uji Hipotesis

#### Hubungan kontrol diri dengan perilaku agresif siswa SMP

Dari hasil uji korelasi dapat diketahui yakni terdapat hubungan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif. Ditunjukkan dengan angka signifikansi ( $0.013 < 0.05$ ) dan  $p (-0.308)$ . Kemudian hasil uji regresi memperoleh signifikansi ( $0.042 < 0.05$ ). Adapun hipotesis penelitian yaitu adanya hubungan antara kontrol diri dan perilaku agresif siswa SMP. Sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

### **Hubungan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif siswa SMP**

Hasil uji korelasi memperlihatkan yakni kecanduan *game online* dan perilaku agresif tidak memiliki hubungan secara signifikan. Ditunjukkan dengan angka signifikansi ( $0.141 > 0.05$ ) dan  $p$  sebesar ( $0.186$ ). Kemudian hasil uji regresi memperoleh nilai signifikansi ( $0.619 > 0.05$ ). Adapun hipotesis penelitian yaitu terdapat hubungan antara kecanduan *game online* dengan perilaku agresif pada siswa SMP. Sehingga menunjukkan bahwa  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima.

### **Hubungan kontrol diri dan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif siswa SMP**

Berdasarkan hasil uji korelasi ganda, didapatkan hasil yakni terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif. Hal ini dapat dilihat pada signifikansi F Change ( $0.042 < 0.05$ ). Kemudian dengan melihat nilai R yaitu 0.314 yang berarti dalam kategori lemah. Adapun rumusan hipotesisnya ialah terdapat hubungan antara kontrol diri dan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif pada siswa SMP. Sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Adapun nilai R square adalah 0.098 atau 9.8%, artinya besar hubungan variabel bebas (X) yaitu kontrol diri dan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif sebesar 9,8%. Dalam penelitian ini diperoleh sumbangan efektif dari kontrol diri (X1) sebesar 8.6% dan sumbangan efektif untuk variabel kecanduan *game online* sebesar 1.2%. Adapun sumbangan relatif dari variabel kontrol diri (X1) sebesar 87.7% dan sumbangan variabel kecanduan *game online* (X2) sebesar 12.3%.

## **2. Pembahasan**

### **2.1 Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif Siswa SMP Laboratorium UM**

Dari serangkaian uji hipotesis yang sudah dilakukan diperoleh hasil yakni terdapat hubungan secara signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa SMP Laboratorium UM. Berdasarkan data yang telah dianalisis, menunjukkan bahwa dari 64 siswa terdapat 12 (18.8%) siswa yang mempunyai tingkat kontrol diri tinggi, 41 (64%) siswa memiliki tingkat kontrol diri sedang, dan 11 (17.2%) siswa yang mempunyai tingkat kontrol diri rendah. Dari paparan data di atas, bisa ditarik simpulan yaitu mayoritas siswa SMP Laboratorium UM memiliki kontrol diri pada tingkat sedang.



Darminto (2020) mencirikan pengendalian diri sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi berbagai kesulitan sehingga dapat menciptakan kondisi yang lebih baik. Goldfried dan Merbaum (Darminto, 2020) mencirikan pengendalian diri sebagai kapasitas untuk menyusun, mengarahkan, dan mengoordinasikan tindakannya pada hasil yang positif. Melihat hasil analisis dimana siswa SMP Laboratorium UM memiliki kontrol diri yang berada di tingkat sedang, artinya siswa SMP Laboratorium UM memiliki kapasitas yang memadai dalam mengatasi berbagai kesulitan hambatan yang dialaminya serta mampu membuat suatu kondisi yang lebih baik. Selain itu siswa SMP Laboratorium UM cukup mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya pada hal yang baik, membimbing dirinya sendiri serta dapat menjauhkan diri dari hal yang merugikan atau buruk misalnya berperilaku agresif.

Buss dan Perry (Yolanda, 2020), mendefinisikan perilaku agresif sebagai kemauan seseorang untuk mengungkap dan menyalurkan emosi negatifnya melalui tindakan yang melukai orang lain baik secara verbal dan fisik. Buss dan Perry juga memberikan aspek perilaku agresif menjadi empat aspek yakni agresi verbal, agresi fisik, permusuhan (*hostility*) dan kemarahan (*anger*) untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Melihat hasil analisis dimana perilaku agresif yang dimiliki siswa SMP Laboratorium UM pada tingkat sedang, hal ini dapat diartikan bahwa siswa SMP Laboratorium UM mengekspresikan perasaan negatifnya dengan cara menyakiti orang lain dalam bentuk fisik, verbal, kemarahan, ataupun permusuhan pada rentang sedang.

Pada penelitian ini memberikan hasil analisis bahwa kontrol diri mempunyai arah hubungan yang berlawanan dengan perilaku agresif. Artinya makin tinggi kontrol diri individu tentu makin rendah tingkat perilaku agresifnya. Sebaliknya, jika kontrol diri individu rendah maka perilaku agresifnya akan semakin tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febriyanti (2016).

Menurut Febriyanti (2016), individu yang berperilaku agresif dapat disebabkan karena kontrol dirinya masih rendah. Individu yang punya kontrol diri rendah kurang bisa memberi kontrol pada keinginan yang muncul pada dirinya, sehingga perilaku negatif lebih mungkin dimiliki oleh seseorang dengan kontrol diri yang rendah. Individu dengan kontrol diri rendah mungkin sulit untuk mengelola dan mengarahkan tindakannya pada hal-hal baik, sehingga cenderung melakukan sesuatu yang merugikan atau buruk bagi dirinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Ubaidillah (2017) dimana menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki arah hubungan yang negatif dengan agresivitas. Individu yang kontrol dirinya rendah lebih berpotensi berperilaku agresif apabila dibandingkan individu yang mempunyai kontrol diri tinggi.

Keterkaitan antara kontrol diri dengan perilaku agresif juga mendukung pendapat Guswani dan Kawuryan (Illahi, 2018) yang mengatakan jika kontrol diri menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya perilaku agresif. Kontrol diri berperan menjadi faktor penting yang dapat berpengaruh pada muncul atau hilangnya perilaku agresif. Dengan kata lain, tinggi rendahnya tingkat kontrol diri individu akan berpengaruh terhadap tinggi rendahnya perilaku agresif. Individu dengan perilaku agresif tinggi, cenderung memiliki tingkat kontrol diri yang rendah dan begitupun sebaliknya. Hal ini dikarenakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri dan menjauhkan dari hal yang negatif masih rendah. Sehingga ia akan mengalami kesulitan atau hambatan dalam menghindari perbuatan yang bisa merugikan orang lain secara verbal dan fisik, dalam bentuk kemarahan atau permusuhan.

Berdasarkan paparan hasil penelitian dan kajian teori di atas, diperoleh simpulan yaitu terdapat adanya hubungan signifikan antara kontrol diri dan perilaku agresif. Makin tinggi tingkat kontrol diri individu, tentu akan semakin rendah perilaku agresif. Dan sebaliknya, semakin rendah tingkat kontrol diri individu, semakin tinggi perilaku agresifnya.

## **2.2 Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Perilaku Agresif Siswa SMP Laboratorium UM**

Tujuan penelitian ini ialah mencari tahu bagaimana keterkaitan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif siswa SMP Laboratorium UM. Dari uji hipotesis didapatkan hasil yakni kecanduan *game online* tidak ada hubungannya dengan perilaku agresif pada siswa SMP Laboratorium UM. Pada hasil pengolahan data yang dilakukan, menunjukkan yakni dari 64 siswa terdapat 8 (12.5%) siswa yang mempunyai kecanduan *game online* pada tingkat yang tinggi, 43 (67.2%) siswa yang mempunyai kecanduan *game online* dengan tingkat sedang, dan 13 (20.3%) siswa yang mempunyai kecanduan *game online* pada tingkat yang rendah. Didasarkan berbagai data tersebut bisa ditarik simpulan yaitu mayoritas siswa SMP Laboratorium UM memiliki kecanduan *game online* pada tingkatan sedang atau menengah.

Menurut Andani (2015) kecanduan *game online* adalah suatu jenis ketergantungan akibat dari penggunaan internet dengan kata lain *internet addiction disorder*. Young (dalam Andani, 2015) mengatakan bahwa kecanduan *game online* sama seperti ketergantungan kepada obat-obatan dan alkohol, yang bisa berdampak menurunnya prestasi belajar, semangat belajar menjadi turun, kesehatan terganggu karena jarang berolahraga, dan berpotensi untuk mengalami konflik lainnya. Kondisi ini menyebabkan individu merasa terikat dan tidak mampu lepas dari *game online*, yang mampu mengakibatkan hal negatif dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Efek dari kecanduan atau ketergantungan tentu saja akan

menimbulkan masalah pada individu (pecandu) maupun bagi orang lain di sekitar pecandu.

Melihat hasil analisis dimana siswa SMP Laboratorium UM mengalami kecanduan terhadap *game online* dalam kategori sedang, dapat diartikan bahwa siswa SMP Laboratorium UM memiliki ketergantungan pada *game online*. Siswa SMP Laboratorium UM berpotensi mengalami hambatan-hambatan yang akan berdampak seperti menurunnya prestasi belajar atau mengalami konflik lainnya. Kemudian juga menunjukkan hasil tidak ada hubungan signifikan antara kecanduan *game online* dengan perilaku agresif. Sehingga tinggi atau rendahnya perilaku agresif tidak dipengaruhi oleh tinggi rendahnya tingkat kecanduan *game online* pada individu.

Hasil penelitian yang dilakukan mendukung penelitian Pitakasari (2019) yakni menunjukkan hasil tidak terdapat keterkaitan antara paparan *game online* dengan perilaku agresif. Maksud terpapar *game online* ini adalah individu yang sering memainkan *game online* setiap hari, memainkan *game online* melebihi 5 jam setiap harinya, hingga melupakan waktu mandi dan makan. Karakteristik terpapar *game online* berdasarkan penelitian Pitakasari (2019) ini hampir sama dengan karakteristik kecanduan terhadap *game online*.

Tidak terdapat keterkaitan antara kecanduan *game online* bersama perilaku agresif bisa jadi disebabkan karena faktor atau penyebab lain dari perilaku agresif lebih kuat. Adapun salah satunya, faktor yang berpengaruh dengan tingkat perilaku agresif ialah tingkat kontrol diri. Diketahui dalam hasil penelitian ini memaparkan tingkat kontrol diri siswa SMP Laboratorium UM berada pada tingkat sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengendalikan dan mengarahkan diri kepada hal positif berada pada kategori sedang dan cenderung tinggi. Meskipun di sisi lain, hasil penelitian juga memaparkan tingkat kecanduan *game online* berada pada tingkatan sedang, namun siswa mampu untuk mengatur, mengendalikan diri dan mengantisipasi terhadap hal-hal negatif dimana salah satunya adalah perilaku agresif. Sehingga meskipun siswa mengalami kecanduan *game online*, maka hal itu tidak akan berpengaruh terhadap perilaku agresifnya karena faktor lain yang mempengaruhi tinggi rendahnya perilaku agresif lebih kuat.

Kemudian selain faktor yang berpengaruh terhadap perilaku agresif, juga terdapat faktor yang berkaitan dengan kecanduan *game online* yaitu motivasi. Adapun motivasi siswa bermain *game online* adalah sebagai sarana untuk menghibur diri, meredakan rasa jenuh, dan sebagai sarana untuk "*healing*". Ketika peneliti melakukan proses penelitian, terdapat beberapa siswa yang mengutarakan pendapatnya seputar *game online*. Siswa mengatakan bahwa bermain *game online* sebagai cara siswa untuk menghilangkan stress dan lelah. Bermain *game online* juga menjadi sarana siswa untuk "*healing*". Dimana kata *healing* berarti penyembuhan,

sekaligus istilah kekinian di kalangan anak muda yang digunakan untuk menjelaskan kondisi ketika individu sedang menyembuhkan diri dan mengembalikan energi dari tekanan atau stress yang dialaminya.

Dari hasil pengolahan data dan kajian teori tersebut, bisa ditarik kesimpulan yaitu secara parsial kecanduan *game online* tidak terdapat hubungan signifikan dengan perilaku agresif. Hal ini bisa terjadi meskipun individu memiliki ketergantungan pada *game online*, namun tidak berpengaruh terhadap perilaku agresif. Terdapat faktor lain yang berperan lebih kuat dalam mempengaruhi perilaku agresif.

### **2.3 Hubungan Kontrol Diri dan Kecanduan *Game Online* dengan Perilaku Agresif Siswa SMP Laboratorium UM**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mencari hubungan antara kontrol diri dan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif siswa SMP Laboratorium UM. Pada hasil pengolahan data yang dilakukan, menunjukkan yakni dari 64 siswa terdapat 10 (15.7%) siswa yang berperilaku agresif pada tingkat tinggi, 46 (71.8%) siswa berperilaku agresif pada tingkat sedang, dan 8 (12.5%) siswa yang berperilaku agresif pada tingkat rendah. berdasarkan data tersebut bisa diambil simpulan yakni siswa SMP Laboratorium UM mempunyai perilaku agresif pada tingkat sedang. Berdasarkan hasil uji hipotesis, memperlihatkan bahwa kontrol diri bersama kecanduan *game online* mempunyai hubungan signifikan dengan perilaku agresif pada siswa SMP Laboratorium UM.

Individu dengan kontrol diri yang rendah memungkinkan individu tersebut untuk berperilaku agresif. Hal ini sejalan dengan pendapat Febriyanti (2016) yaitu individu yang berperilaku agresif dapat terjadi dikarenakan masih memiliki kontrol diri yang rendah. Selain itu, Aulia (2014) mengatakan bahwa satu dari aspek kepribadian yang dapat mempengaruhi individu berperilaku agresif adalah kontrol diri. Individu yang mempunyai tingkat kontrol diri rendah kurang bisa mengendalikan perilakunya, serta kesulitan mengatur tindakannya menuju hal yang positif. Sehingga individu tersebut akan lebih rentan mengalami hambatan-hambatan yang ada. Sehingga seseorang dengan kontrol diri rendah sangat rentan untuk bertindak hal negatif seperti berperilaku agresif. Selain itu, kecanduan *game online* juga mampu menimbulkan individu berperilaku agresif.

Baron dan Byrne (Setiawati, 2019) mengatakan bahwa salah satu penyebab timbulnya perilaku agresif disebabkan karena media baik media yang tercetak maupun media elektronik yang dapat dilihat, dibaca, maupun di dengar misalnya seperti *game online*. Selain itu, Guswani dan Kawuryan (Illahi, 2018) memaparkan faktor yang mengakibatkan adanya perilaku agresif satu diantaranya karena pengaruh media. Individu yang mengalami kecanduan *game online*, ditambah memiliki kontrol diri yang rendah akan mengalami perilaku agresif. Perilaku agresif

dapat terjadi karena dampak dari kecanduan terhadap *game online*. Individu yang melihat unsur kekerasan dan mendengar kalimat atau perkataan kasar sewaktu memainkan *game online* bisa tertanam dalam kegiatan hariannya.

Hal ini berkaitan dengan teori belajar sosial, dimana Miller (dalam Ainiyah, 2017) berpandangan bahwa teori belajar sosial mengacu pada hubungan timbal balik antara karakteristik lingkungan sosial, bagaimana seseorang termotivasi dan membentuk perilaku yang mereka lihat atau terjadi disekitar mereka. Termasuk perilaku agresif merupakan perilaku yang dapat dipelajari dari lingkungan individu tersebut, baik dilakukan secara pengamatan langsung, pengalaman langsung, ataupun secara imitasi atau peniruan.

Pengamatan langsung individu dalam bermain *game online* bisa terjadi dengan mengamati lawan bermainnya yang berperilaku agresif sehingga individu tersebut menirukannya. Kemudian individu tersebut telah mendapatkan pengalaman secara langsung. Dalam hal ini, perilaku agresif dapat terjadi saat individu telah menjadi korban seperti diejek atau dipukul oleh orang lain, sehingga akan membalas dengan hal yang sama. Kemudian individu yang berperilaku agresif dapat terjadi karena individu tersebut meniru atau mengimitasi tindakan orang lain.

Perilaku agresif bisa dipelajari melalui pencontohan (*imitation/ modeling*) yang dilihat dalam keluarga, lingkungan kebudayaan, dan media massa. Perilaku agresif tentu akan meningkat apabila diberikan penguatan. Selain itu, Bandura (Widyastuti, 2014) mengatakan bahwa perilaku agresif dapat dengan mudah ditiru oleh individu jika individu yang ditiru (model) diberikan ganjaran, jenis kelamin yang sama antara model dengan peniru, dan sudah saling mengenal antara model dengan peniru.

Berkaitan dengan penjelasan di atas, perilaku agresif tidak muncul tanpa sebab. Perilaku agresif bisa disebabkan karena banyak faktor, dan dua diantaranya ialah kontrol diri dan pengaruh media yang dapat diartikan termasuk pengaruh *game online*. Menurut Kartono dalam Trisnawati (2014), terdapat dua faktor yang menyebabkan remaja berperilaku agresif, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Adapun yang terdapat pada faktor internal tersebut seperti rasa kecewa, salah persepsi, gangguan berpikir, dan gangguan emosi yang di alami individu. Kemudian yang menjadi faktor eksternal adalah, faktor sekolah, faktor keluarga, dan faktor lingkungan. Guswani dan Kawuryan (Illahi, 2018) juga mengatakan bahwa sebab adanya perilaku agresif berasal dari tingkat kedewasaan emosional seseorang, tingkatan kontrol diri, tingkatan religiusitas, dan pengaruh media.

Berdasarkan banyaknya faktor pembentuk perilaku agresif menunjukkan bahwa faktor lain dapat menjadi faktor yang lebih kuat untuk membentuk terjadinya perilaku agresif pada siswa SMP Laboratorium UM. Namun dari beberapa penjelasan sebelumnya bisa ditarik simpulan yakni  $H_a$  diterima dan  $H_0$

ditolak. Artinya hipotesis penelitian diterima yaitu kontrol diri dan kecanduan *game online* secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku agresif siswa SMP Laboratorium UM. Hal ini dapat dilihat pada besarnya sumbangan variabel kontrol diri dan kecanduan *game online* terhadap perilaku agresif sebesar 0.098 atau 9.8%. Dengan masing-masing sumbangan efektif dari variabel kontrol diri sebesar 8.6% dan sumbangan efektif variabel kecanduan *game online* sebesar 1.2%. Maksudnya adalah variabel kontrol diri mempengaruhi terbentuknya perilaku agresif sebesar 8.6% dan variabel kecanduan *game online* mempengaruhi terbentuknya perilaku agresif sebesar 1.2%

#### **2.4 Temuan Penelitian dan Implikasinya dalam Layanan BK di Sekolah**

Siswa SMP termasuk dalam usia remaja dimana pada usia ini individu mengalami masa-masa yang masih labil dalam tindakan dan pengambilan keputusannya. Menurut Jahja (Siervani, 2020), tugas perkembangan remaja merupakan menerima keadaan fisiknya, mampu mengontrol emosinya, mengembangkan keterampilan komunikasi dengan teman sebaya, menemukan sosok yang dijadikan panutan, memahami diri dan punya rasa percaya kepada kapasitas yang dimilikinya. Apabila remaja mampu mencapai tugas perkembangan tersebut sesuai dengan tahapannya akan mencapai kebahagiaan dalam hidupnya. Oleh karena itu remaja perlu mendapatkan dukungan dan bantuan dari orang yang disekelilingnya seperti orang tua, teman, guru mata pelajaran, serta orang terdekat dalam kehidupannya.

Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki tugas dan posisi yang sangat dibutuhkan dalam memfasilitasi siswa di sekolah, yang mana tugas bimbingan dan konseling adalah memandirikan dan memfasilitasi siswa untuk mencapai tugas-tugas perkembangannya (Santoso, 2013). Terdapat empat bidang layanan bimbingan dan konseling yang ditujukan untuk memfasilitasi siswa yakni adanya bidang sosial, pribadi, karir, dan belajar. Adapun bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan perilaku agresif adalah bidang pribadi sosial.

Tujuan penelitian ialah untuk mencari tahu keterkaitan kontrol diri dan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif, mampu membantu guru BK dalam memahami faktor-faktor yang berhubungan terhadap perilaku agresif. Berdasar hasil penelitian bahwa kontrol diri mempunyai keterkaitan yang negatif dengan perilaku agresif, maka konselor atau guru BK sebagai fasilitator dalam pengembangan diri siswa perlu membuat sebuah program. Konselor perlu menyusun program untuk siswa yang mempunyai tingkat kontrol diri rendah dan sedang dengan cara memberikan layanan bimbingan, yang dapat dilakukan secara klasikal atau kelompok dengan topik "tips atau cara meningkatkan kontrol diri". Bisa juga dengan ditambahkan dengan layanan konseling individu maupun kelompok kepada siswa yang mempunyai tingkat kontrol diri rendah. Layanan ini

dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan kontrol diri siswa. Hal ini penting dilakukan agar siswa mampu memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi, sehingga dengan siswa memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi maka perilaku agresif pada siswa cenderung rendah.

Selain itu, pada penelitian ini didapatkan hasil dan membuktikan bahwa tingkat kecanduan *game online* siswa berada pada tingkat sedang, maka konselor perlu memberikan layanan BK. Konselor bisa memberikan layanan bimbingan berupa klasikal atau kelompok tentang “cara mencegah terjadinya kecanduan *game online*”. Selain itu konselor juga bisa memfasilitasi layanan konseling individu maupun kelompok kepada siswa yang mempunyai tingkat kecanduan *game online* yang tinggi. Hal ini perlu dilakukan agar tingkat kecanduan siswa kepada *game online* bisa menurun.

Sesuai dengan hasil penelitian ini bisa dikembangkan terkait dengan cara menurunkan perilaku agresif pada siswa melewati program BK di sekolah. Hal ini juga bisa dilakukan dengan cara guru BK memberikan layanan konseling agar perilaku agresif yang dialami siswa dapat menurun. Pada hasil penelitian ini, variabel kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 8,6%, maka guru BK dapat melaksanakan layanan bimbingan yang berkaitan dengan “cara meningkatkan kontrol diri” dengan harapan mampu menurunkan perilaku agresif.

Dalam pemberian layanan BK, guru BK dapat berkolaborasi dengan bidang yang berkaitan seperti guru mata pelajaran, wali kelas, dan orang tua dalam upaya peningkatan kontrol diri, mengurangi tingkat kecanduan *game online* dan perilaku agresif. Guru BK juga dapat memberikan layanan informasi dengan memanfaatkan perkembangan teknologi dan media sosial seperti whatsapp, instagram, youtube, dan flatform lainnya untuk membantu memaksimalkan pemberian layanan kepada siswa. Hasil dalam penelitian ini juga dapat dikembangkan media papan bimbingan tentang cara meningkatkan kontrol diri siswa, buku panduan tentang menurunkan kecanduan *game online* dan perilaku agresif pada siswa. Hasil penelitian ini bisa juga digunakan sebagai acuan awal untuk peneliti selanjutnya mengembangkan dan menyusun buku panduan untuk menurunkan kecanduan *game online* dan perilaku agresif pada siswa SMP.

## **Simpulan**

Hasil penelitian ini dapat ditarik simpulan yaitu: (1) terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMP Laboratorium UM, artinya semakin tinggi tingkat kontrol diri siswa semakin rendah tingkat perilaku agresif siswa, dan sebaliknya, (2) tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan *game online* dengan perilaku agresif pada siswa SMP Laboratorium UM, artinya kecanduan *game online* bukanlah faktor yang dapat menyebabkan tinggi rendahnya perilaku agresif, (3) terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol

diri dan dan kecanduan *game online* dengan perilaku agresif pada siswa SMP Laboratorium UM, artinya kontrol diri dan kecanduan *game online* secara bersama-sama memiliki kontribusi dalam terbentuknya perilaku agresif siswa. adapun hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan oleh peneliti selanjutnya untuk mengkaji lebih lanjut terkait faktor lain yang lebih kuat dalam mempengaruhi perilaku agresif.

## Daftar Pustaka

- Amanda, R. A. (2016). Pengaruh Game Online terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja di Samarinda. *EJournal Ilmu Komunikasi*, 4(3), 290-304. Dari <https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id>.
- Andani, R. R. (2015). *Keefektifan Teknik Konseling Self Management untuk Mengatasi Kecanduan Game Online pada Siswa SMA*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Angelina, D. Y. (2013). Pola asuh otoriter, kontrol diri dan perilaku seks bebas remaja SMK. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2). Dari <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/viewFile/106/100>.
- Ansori. (2021). *Kenali 2 Jenis Ketergantungan Internet pada Anak dan Remaja*, (Online), (<https://sis.binus.ac.id/2021/05/17/kenali-2-jenis-ketergantungan-internet-pada-anak-dan-remaja/>), diakses pada 03 Juli 2022.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arriani, F. (2014). Perilaku agresif anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 8(2), 269-280. Dari <https://media.neliti.com/media/publications/11716-ID-perilaku-agresif-anak-usia-dini.pdf>.
- Arsy, H. D. (2019). *Pengaruh Religious Identity terhadap Online Gaming Addiction dengan Self Control sebagai Variabel Mediator*. Disertasi Diterbitkan, Bandung: Pascasarjana UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Auliya, M. (2014). Hubungan kontrol diri dengan perilaku agresi pada siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(3). Dari <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/viewFile/10992/10520>.
- Darminto, E. (2020). Perilaku Agresif Ditinjau Dari Perspektif Teori Belajar Sosial dan Kontrol Diri. *Jurnal BK UNESA*, 11(4). Dari <https://jurnal.mahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/download/34436/30637>.
- Fauziah, S. (2014). *Pengaruh Trait Kepribadian Big-Five dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Agresivitas Anak Punk di Jabodetabek*, (Online), (<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25361/1/SYIFA%20FAUZIAH-PSI.pdf>), diakses pada 18 Maret 2021.
- Fitri, E., Erwinda, L., & Ildil, I. (2018). Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja serta Peran Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 6(3), 211-219. Dari <https://jurnal.konselingindonesia.com>.
- Hasanah, U., Hijrianti, U. R., & Iswinarti, I. (2020). Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Perilaku Agresif Pada Remaja. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 15(2), 182-191. Dari <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article/download/10978/4505>.
- Hurlock, E. B. (1990). *Developmental Psychology: A Lifespan Approach*. Boston: McGrawHill.
- Illahi, U., Neviyarni, N., Said, A., & Ardi, Z. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresif remaja dan implikasinya dalam bimbingan dan konseling. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 3(2), 68-74. Dari <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti/article/viewFile/244/271>.
- Kartini, H. (2016). Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya dan Intensitas Bermain Game Online dengan Intensi Berperilaku Agresif Pada Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(4). Dari <http://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/4232/2685>.



- Kustiawan, A. A., Or, M., Utomo, A. W. B., & Or, M. (2019). *Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan*. Magetan : CV AE Media Grafika..
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Hyun, C. C., Wijayanti, L. M., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1-12. Dari <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsycouns/article/download/397/223>.
- Rondo, A. A. A., Wungouw, H. I., & Onibala, F. (2019). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Perilaku Agresif Siswa di SMA N 2 Ratahan. *Jurnal keperawatan*, 7(1). Dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/download/24324/23992>.
- Santoso, D. B. (2013). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Malang: Tidak diterbitkan.
- Siervani, I. (2020). *Hubungan Konsep Diri dan Persepsi Pola Asuh Demokratis dengan Penerimaan Diri Siswa SMA Negeri 7 Malang*, Skripsi diterbitkan. Malang : FIP UM.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Ubaidillah, M, A. (2017). *Hubungan Kontrol Diri dengan Agresivitas Santri Baru Pondok Pesantren Ilmu Al-Quran Singosari Malang*. Skripsi Diterbitkan. Malang : Fakultas Psikologi UIN Malang.
- Widyastuti, Y. (2014). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Graha Ilmu.