

Kontrol Diri dan Agresi: Tinjauan Meta-Analisis

*Lita Widyo Hastuti*¹

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata

Abstract

Aggression brings adverse effects on individuals and the environment, and often develops into social problems. This meta-analysis study aimed to find out the correlation between self-control and aggression. The used samples based on 18 primary studies from 10 online journals published in 2002-2017 which is found by searching on online database journal via www.lib.ugm.ac.id. Two artifacts allowed for correction in these study are sampling error and measurement error. The results of the analysis provided support for the hypothesis that self-control had a negative correlation to aggression, therefore self-control inhibits the emerge of aggression behavior.

Keywords: aggression; meta-analysis; self-control

Pengantar

Agresi merupakan perilaku primitif yang keberadaannya telah diakui secara turun temurun. Jika di awal sejarah manusia perilaku agresi dilakukan untuk tujuan survival, maka kini agresi bisa terjadi atas dasar motif yang sangat beragam. Sebagai sebuah perilaku yang bertujuan untuk merusak/melukai/menyengsarakan suatu objek atau pihak tertentu, agresi dipandang serius dalam dunia individu, relasi antar individu maupun dalam masyarakat (DeWall, Finkel, & Denson, 2011), dan tetap menjadi misteri karena banyaknya kejadian yang sampai pada taraf menguatirkan. Sejalan dengan itu, ditunjukkan pula bahwa prevalensi perilaku agresi sendiri telah memicu timbulnya berbagai masalah sosial yang layak menjadi perhatian dan kondisi itu dapat terjadi dalam berbagai konteks budaya (Afiah, 2015).

Studi meta-analisis telah banyak dilakukan untuk menemukan jawaban dari

kompleksitas agresi. Kekerasan di media audio-visual memiliki pengaruh signifikan pada agresi, khususnya kognisi agresif dan afeksi agresif (Milla, 2009), dan hasil sedikit berbeda ditemukan bahwa kekerasan di media tidak secara otomatis mendorong munculnya agresi yang bersifat kriminal (Savage & Yancey, 2008). Studi meta-analisis lain menyimpulkan bahwa penggunaan alkohol menjadi daya dorong kuat bagi munculnya perilaku agresi (Crane, Godleski, Przybyla, Schaulch, & Testa, 2015). Dengan bermunculannya studi meta-analisis tentang agresi, maka agresi makin dikuatkan memiliki beragam faktor risiko maupun faktor protektif.

Teori lama dari para psikolog sosial (Crick & Grotpeter, 1995) menyetujui agresi dibagi menjadi dua komponen, yakni agresi fisik dan agresi non fisik. Agresi fisik merupakan tindakan agresi yang berdampak melukai fisik (contoh: memukul, menendang, menampar), sedangkan agresi nonfisik meliputi agresi verbal (contoh: membentak, mengolok-olok, melecehkan) dan agresi relasional/sosial (contoh: meng-

¹ Korespondensi mengenai artikel ini dapat dilakukan melalui: lita@unika.ac.id

gosipkan seseorang, mengisolasi sosial, menyindir berbau SARA). Sejalan dengan berkembangnya zaman, agresi menjadi lebih luas lagi dan seringkali menggunakan media elektronik (Hinduja & Patchin, 2009).

Di dalam studi yang mengkonfirmasi alat ukur ciptaan Buss-Perry (Gallagher & Ashford, 2016), agresi dinyatakan sebagai sebuah variabel yang tersusun dari empat komponen, yakni *physical aggression*, *verbal aggression*, *anger*, dan *hostility*. Alat ukur Buss-Perry ini cukup populer dan sebagian dari studi yang digunakan dalam meta-analisis ini menggunakan *Buss-Perry Aggression Questionnaire*.

Pembicaraan akademik mengenai agresi akan terkait dengan peran dari kontrol diri. DeWall *et al.* (2011) telah membuat sebuah studi untuk melihat sejauh mana kontrol diri memiliki pengaruh dalam agresi dan kekerasan. Kajiannya dimulai dari mengkaji model teoritis yang menekankan pada pentingnya proses kontrol diri dalam memahami perilaku agresif dan perilaku kriminal lainnya. Berbicara mengenai kontrol diri, Papalia, Olds, & Feldman (2004) mengartikan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah lakunya dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Sementara itu secara lebih spesifik kontrol diri didefinisikan sebagai kemampuan mengesampingkan impuls dan respon spontan yang selama ini telah menjadi kebiasaan, untuk kemudian menyesuaikan diri dengan standar orang/pihak lain (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004; Baumeister, Vohs, & Tice, 2007).

Kontrol diri dan agresi seperti dua kutub yang saling bertolak belakang. Hal ini ditunjukkan dalam riset yang melihat kuatnya pengaruh sifat agresif dalam memprediksi munculnya perilaku marah, sementara di sisi lain kuatnya kontrol diri mengarah pada minimnya perilaku marah

yang muncul (Brookings, DeRoo, & Grimone, 2008). Saat desakan agresi menguat, kontrol diri dapat membantu seseorang untuk mengabaikan dorongan pemenuhan kebutuhan agresinya, dan menolong individu tersebut untuk merespon sesuai dengan standar personal atau sosial dengan memberi peringatan pada agresi. Mencermati hal ini, bisa dipahami apabila terdapat hal-hal yang melemahkan, kontrol diri melemah maka agresi akan meningkat, dan sebaliknya jika ada faktor-faktor yang menguatkan kontrol diri, maka di situlah kemudian agresi akan menurun (DeWall *et al.*, 2011).

Cukup banyak penelitian yang menunjukkan adanya korelasi negatif di antara kontrol diri dengan agresi, yang dimaknai kontrol diri bisa mengendalikan agresi dengan angka korelasi beragam (Brannigan, Gemmell, Pevalin, & Wade, 2002; DeKemp, *et al.*, 2009; Archer & Southall, 2009; Archer, Fernandez-Fuertes, & Thanzami, 2010; Yusainy, 2013; Gavriel-Fried, Ronen, Agbaria, Orkibi, & Hamama, 2015; Shepperd, Miller, & Smith, 2015; Baker, Klipfel, & VanDulmen, 2016; Kwak & Oh, 2017).

Setiap orang memiliki keinginan dan kapasitas yang berbeda-beda dalam upaya melakukan kontrol diri, dan perbedaan individual ini berimplikasi pada aspek emosional, sosial, serta penyesuaian perilaku, sehingga perlu pengukuran khusus. Alat ukur kontrol diri yang dipakai oleh separuh studi yang digunakan dalam meta-analisis ini adalah *Self-Control Scale* yang disusun oleh Tangney *et al.* pada tahun 2004.

Berdasarkan gambaran di atas yang menunjukkan adanya keterkaitan antara kontrol diri dan agresi, maka studi ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada konsistensi korelasi negatif antara kontrol diri dengan agresi, yang dianalisis dengan

meta-analisis. Konsistensi korelasi ini penting untuk diketahui mengingat agresi merupakan salah satu perilaku yang perlu mendapat perhatian, karena bisa berlanjut serius dan menimbulkan dampak negatif apabila tidak dipahami dan dipikirkan upaya untuk dapat meminimalisasinya.

Pembahasan

Di dalam studi ini dilakukan analisis terhadap hubungan antara kontrol diri (*self-control*) dengan agresi (*aggression*) berdasarkan studi literasi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer dari studi yang relevan, dengan kata kunci *self-control* dan *aggression*. Kriteria yang dipakai sebagai sumber literatur adalah dicantumkan nilai korelasi antara kontrol diri dan agresi. Dari penelusuran

melalui internet, diperoleh manuskrip *online* dengan rentang waktu publikasi antara tahun 2002 sampai dengan 2017. *Database online* bersumber dari *EBSCOhost*, *ProQuest New Platform*, *Wiley Online library*, dan *SAGE Journals*, serta *Electronic Theses and Dissertations Gadjah Mada University*, yang diakses melalui www.lib.ugm.ac.id.

Berdasarkan kriteria tersebut ditemukan 10 penelitian, terdiri dari 8 jurnal, 1 tesis dan 1 disertasi. Beberapa jurnal yang dipakai di dalamnya memuat lebih dari 1 studi, sehingga dari 10 sumber literatur yang dipakai, didapatkan sebanyak 18 studi primer yang dianalisis. Ke-18 studi tersebut semuanya mencantumkan angka koefisien korelasi (r) dan 17 studi mencantumkan konsistensi internal alat ukur yang dipakai untuk mengukur kedua variabel. Berikut sumber data yang dipakai.

Tabel 1
Sumber Data Penelitian

No	Th	Peneliti	Studi ke	N	Alat ukur		Karakteristik Sampel
					Kontrol Diri	Agresi	
1	2009	Archer, J., & Southall, N.	1	122	Self-Control Scale (SCS, Tangney et al., 2004)	Prison Aggression Consequences Questionnaire (P-ACQ)	Narapidana laki2 di Inggris
2	2010	Archer, J., Fernandez-Fuertes, A.A., & Thanzami, V.L.	1	175	SCS (Tangney et al., 2004)	ACQ	Mahasiswa di Mizoram, India
3	2010	Archer, J., Fernandez-Fuertes, A.A., & Thanzami, V.L.	2	601	Brief SCS (Tangney et al., 2004)	Spanish version of the CADRI	Siswa sekolah menengah atas di Spanyol
4	2016	Baker, E.A., Klipfel, K.M., & vanDulmen, M.H.M.	1	120	Low SCS (Grasmick et al., 1993)	SR EVA Scale of the CADRI	Mahasiswa di midwestern university
5	2016	Baker, E.A., Klipfel, K.M., & vanDulmen, M.H.M.	2	120	Low SCS (Grasmick et al., 1993)	SR EVA of the CADRI	Mahasiswa di midwestern university

KONTROL DIRI DAN AGRESI: TINJAUAN META-ANALISIS

6	2017	Kwak, M. & Oh, I.	1	11.117	SC instrument (Mo et al., 2014)	The Aggression Questionnaire/TAQ (Buss-Perry, 1992)	Siswa sekolah dasar, menengah dan atas Korea
7	2015	Shepperd, .A., Miller, W.A., & Smith, C.T.	1	1.142	Brief SCS (Tangney et al., 2004)	Richardson Conflict Response Questionnaire	Remaja US
8	2015	Shepperd, .A., Miller, W.A., & Smith, C.T.	2	1.040	Brief SCS (Tangney et al., 2004)	Richardson Conflict Response Questionnaire	Remaja US
9	2015	Gavriel-Fried, B., Ronen, T., Agbaria, Q., Orkibi, H. & Hamama, L.	1	248	Adolescent SCS	TAQ (Buss-Perry, 1992)	Remaja Arab di Israel
10	2013	Yusainy, C.	1	241	SCS (Tangney et al., 2004)	TAQ (Buss & Perry, 1992)	Mahasiswa dan non-mahasiswa
11	2009	deKemp, R.A.T, Vermulst, Ad.A, Finkenauer, C., Scholte,R.H.J., Overbeek, G., Rommes, E.W.M., & Engels, R.C.M.E,	1	1.332	SCS (Tangney et al., 2004)	Aggressive Behavior (Achenbach, 1991)	Remaja di Belanda (2000)
12	2009	De Kemp, R.A.T, Vermulst, Ad.A, Finkenauer, C., Scholte, R.H.J., Overbeek, G., Rommes, E.W.M., & Engels, R.C.M.E,	2	1.153	SCS (Tangney et al., 2004)	Aggressive Behavior (Achenbach, 1991)	Remaja di Belanda (2001)
13	2009	deKemp, R.A.T, Vermulst,Ad.A, Finkenauer, C., Scholte,R.H.J., Overbeek, G., Rommes, E.W.M., & Engels, R.C.M.E,	3	1.012	SCS (Tangney et al., 2004)	Aggressive Behavior	Remaja di Belanda (2001)
14	2002	Brannigan, A., Gemmell, W., Pevalin, D.J., & Wade, T.J.	1	3.406	PBS Scale (PBSS)	Aggression Scale (AS)	Anak 4-5 tahun (Canada)
15	2002	Brannigan, A., Gemmell, W., Pevalin, D.J., & Wade, T.J.	2	3.285	PBSS	AS	Anak 6-7 tahun (Canada)
16	2002	Brannigan, A., Gemmell, W., Pevalin, D.J., & Wade, T.J.	3	3.221	PBSS	AS	Anak 8-9 tahun (Canada)
17	2002	Brannigan, A., Gemmell, W., Pevalin, D.J., & Wade, T.J.	4	3.155	PBSS	AS	Anak 10-11 tahun (Canada)
18	2007	Toyibah	1	60	Skala kontrol diri	Skala perilaku agresif	Pelaku carok (laki-laki)

Berdasarkan sumber data yang dipakai, ada dua artefak yang dianalisis. Pertama adalah koreksi atas kesalahan pengambilan sampel, dan kedua adalah koreksi atas kesalahan pengukuran pada variabel tergantung dan variabel bebas.

Analisis Data

Hunter & Schmidt (2004) menyatakan tahap-tahap yang harus ditempuh di dalam melakukan koreksi kesalahan pengambilan sampel, yakni sebagai berikut: (1). Menghitung rerata korelasi populasi; (2). Menghitung varians korelasi populasi; (3). Menghitung varians kesalahan pengambilan sampel; (4). Menghitung estimasi varians korelasi populasi; (5). Menghitung interval kepercayaan; dan (6). Menghitung persentase dampak kesalahan pengambilan sampel.

Adapun untuk koreksi atas kesalahan pengukuran, tahap-tahap penghitungannya sebagai berikut: (1). Menghitung rerata gabungan; (2). Menghitung korelasi populasi yang dikoreksi dengan kesalahan pengukuran; (3). Menghitung jumlah koefisien kuadrat varians; (4). Menghitung varians yang disebabkan oleh kesalahan pengukuran; (5). Menghitung varians korelasi yang sesungguhnya; (6). Menghitung interval kepercayaan; (7). Menghitung persentase dampak kesalahan pengukuran.

Hasil Analisis

Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel

Berpijak pada sumber data yang dipakai, dilakukan koreksi kesalahan sampel. Tahap pertama sebagaimana disebutkan pada paragraf di atas adalah mencari rerata korelasi populasi, sebagaimana tercantum dalam tabel berikut.

Tabel 2
Rerata Korelasi Populasi

No	N	r	Nr
1	122	-0,48	-58,56
2	175	-0,11	-19,25
3	601	-0,23	-138,23
4	120	-0,23	-27,60
5	120	-0,22	-26,40
6	11.117	-0,66	-7337,22
7	1.142	-0,37	-422,54
8	1.040	-0,36	-374,40
9	248	-0,37	-91,76
10	241	-0,35	-84,35
11	1.332	-0,32	-426,24
12	1.153	-0,37	-426,61
13	1.012	-0,33	-333,96
14	3.406	-0,03	-102,18
15	3.285	-0,141	-463,19
16	3.221	-0,25	-805,25
17	3.155	-0,201	-634,16
18	60	0,021	1,26
Jumlah	31.550	-5,00	-11770,63
		r	-0,3731

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa populasi sampel yang berpartisipasi dalam seluruh studi ada sebanyak 31.550 orang, dan angka korelasi antara kontrol diri dan agresi sebesar -0,373. Skor rerata korelasi populasi tersebut mencerminkan hubungan kedua variabel yang diteliti (Hunter and Schmith, 2004), dan hubungan tersebut adalah hubungan negatif.

Tahap kedua adalah menghitung varians korelasi populasi sebagaimana yang tercantum dalam tabel 3. Sesuai tabel tersebut, dapat dibaca bahwa perhitungan varians korelasi antar studi menunjukkan skor sebesar 0,053.

Tahap selanjutnya (ke-3 sampai dengan ke-6) pada koreksi kesalahan pengambilan sampel adalah penghitungan varians kesalahan pengambilan sampel, varians korelasi populasi, interval kepercayaan dan

terakhir penghitungan persentase kesalahan pengambilan sampel, sebagaimana dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 3
Tabel Varians Korelasi Populasi

No	N	R	Nr	(ri-r)	(ri-r) ²	N(ri-r) ²
1	122	-0,48	-58,56	-0,11	0,01	1,39
2	175	-0,11	-19,25	0,26	0,07	12,11
3	601	-0,23	-138,23	0,14	0,02	12,30
4	120	-0,23	-27,60	0,14	0,02	2,46
5	120	-0,22	-26,40	0,15	0,02	2,81
6	11.117	-0,66	-7337,22	-0,29	0,08	915,19
7	1142	-0,37	-422,54	0,00	0,00	0,01
8	1040	-0,36	-374,40	0,01	0,00	0,18
9	248	-0,37	-91,76	0,00	0,00	0,00
10	241	-0,35	-84,35	0,02	0,00	0,13
11	1332	-0,32	-426,24	0,05	0,00	3,75
12	1153	-0,37	-426,61	0,00	0,00	0,01
13	1012	-0,33	-333,96	0,04	0,00	1,88
14	3406	-0,03	-102,18	0,34	0,12	400,90
15	3285	-0,141	-463,19	0,23	0,05	176,93
16	3221	-0,25	-805,25	0,12	0,02	48,79
17	3155	-0,201	-634,16	0,17	0,03	93,42
18	60	0,021	1,26	0,39	0,16	9,32
Jumlah	31550	-5,00	-11770,63	1,71	0,60	1681,60
		r	-0,3731		Varians r	0,0533

Tabel 4
Hasil Penghitungan Tahap ke-3 sampai dengan ke-6

Tahap	Penghitungan	Rumus	Skor
3	Varians kesalahan pengambilan sampel	$\sigma_e^2 = \frac{(1 - \bar{r}^2)^2}{N - 1}$	0,000
4	Varians korelasi populasi	$\sigma_{\rho_o}^2 = \sigma_r^2 - \sigma_e^2$	0,053
5	Interval kepercayaan (batas bawah)	$\bar{r} - 1.96\sigma_{\rho_o}$	-0,824
	Interval kepercayaan (batas atas)	$\bar{r} + 1.96\sigma_{\rho_o}$	0,078
6	Persentase dampak kesalahan pengambilan sampel	$\frac{\sigma_e^2}{\sigma_r^2} \times 100\%$	0,794

Berdasarkan hasil penghitungan seperti tercantum pada tabel di atas, varians kesalahan pengambilan sampel dinyatakan sebesar 0,000. Skor ini dapat diartikan bahwa bias hasil penelitian yang disebabkan oleh kesalahan pengambilan sampel pada setiap studi yang dianalisis dinyatakan baik (Hunter and Schmith, 2004). Berikutnya adalah hasil penghitungan varians korelasi populasi, yang merupakan penyimpangan hasil korelasi tiap penelitian dengan rerata korelasi seluruh penelitian. Nilai varians korelasi populasi yang diperoleh adalah 0,053. Rentang interval kepercayaan berada pada angka -0,824 sampai dengan 0,078, dengan standar deviasi sebesar 0,231, dengan demikian maka rerata korelasi populasi sebesar -0,373 berada berada pada ambang yang bisa diterima. Atas dasar ini maka hipotesis penelitian diterima, dan diartikan bahwa ada korelasi negatif antara kontrol diri dengan agresivitas. Persentase dampak kesalahan pengambilan sampel terhadap hasil penelitian yang dianalisis nilai korelasinya sebesar 0,794%. Angka ini menunjukkan bahwa dampak kesalahan pengambilan sampel terhadap hasil penelitian dalam populasi yang dianalisis termasuk relatif kecil.

Koreksi Kesalahan Pengukuran

Setelah koreksi kesalahan pengambilan sampel selesai, maka dilakukan koreksi kesalahan pengukuran. Sebagaimana telah dibahas, di dalam koreksi kesalahan pengukuran terdapat tujuh tahap yang harus diikuti. Untuk itu terlebih dahulu diperlukan data reliabilitas alat ukur variabel kontrol diri dan agresi, seperti dinyatakan dalam tabel berikut:

Tabel 5
Reliabilitas Alat Ukur Variabel Kontrol Diri dan Agresi

Studi ke	Rxx	(a)	Ryy	(b)
1	0,92	0,959	0,92	0,959
2	0,92	0,959	0,7	0,837
3	0,67	0,819	0,81	0,900
4	0,83	0,911	0,82	0,906
5	0,83	0,911	0,82	0,906
6	0,86	0,927	0,82	0,906
7	0,81	0,900	0,85	0,922
8	0,81	0,900	0,85	0,922
9	0,82	0,906	0,77	0,877
10	0,8	0,894	0,87	0,933
11	0,68	0,825	0,7	0,837
12	0,71	0,843	0,75	0,866
13	0,74	0,860	0,82	0,906
14	0,84	0,917	0,75	0,866
15	0,84	0,917	0,75	0,866
16	0,84	0,917	0,75	0,866
17	0,84	0,917	0,75	0,866
18		0,000		0,000
Jumlah		15,280		15,139
Mean		0,046		0,045

Menggunakan informasi dari tabel 5, dari 18 studi terdapat satu studi yang tidak diketahui skor reliabilitas kedua alat ukurnya. Berdasarkan data yang tersedia dilakukan penghitungan koreksi kesalahan pengukuran sesuai tahapan yang sudah dijelaskan sebelumnya.

Berdasarkan hasil penghitungan tabel 6 nampak bahwa rerata koreksi terhadap kesalahan pengukuran variabel gabungan antara variabel kontrol diri dan agresivitas menunjukkan skor 0,714, dengan angka varians yang disebabkan oleh kesalahan pengukuran sebesar 0,018.

Tabel 6.
Tahapan Penghitungan

Tahap	Penghitungan	Rumus	Hasil
1	Rerata gabungan	\bar{A}	0,713950
2	Koreksi populasi yang dikoreksi dengan kesalahan pengukuran	$\bar{\rho} = \frac{\bar{r}}{A} \bar{A}$	-0,522556
3	Jumlah koefisien kuadrat varians	$V = v_1 + v_2$	-0,128249
4	Varians yang disebabkan oleh kesalahan pengukuran	$S_2^2 = \bar{\rho}^2 \bar{A}^2 V$	0,017851
5	Varians korelasi yang sesungguhnya	$\sigma_\rho^2 = \frac{S_{res}^2}{A^2}$	0,068715
6	Menghitung interval kepercayaan		
	Batas bawah interval kepercayaan	$\rho - 1.96\sigma_\rho$	-1,036342
	Batas atas interval kepercayaan	$\rho + 1.96\sigma_\rho$	-0,008770
7	Persentase dampak kesalahan pengukuran	$\frac{\sigma_e^2}{\sigma_r^2} \times 100\% + \frac{S_2^2}{\sigma_r^2} \times 100\%$	34,284869

Pengukuran pada tabel di atas menunjukkan hasil bahwa koefisien korelasi populasi setelah dilakukan koreksi terhadap kesalahan pengukuran mendapatkan skor -0,523, dengan interval kepercayaan bergerak antara -1,036 sampai dengan -0,009. Dengan demikian maka koefisien korelasi populasi tersebut berada dalam ambang nilai yang dapat diterima. Sementara itu persentase dampak kesalahan pengukuran terhadap varians pengukuran pada kedua variabel yang diteliti menunjukkan skor sebesar 34,28. Hal ini mengindikasikan bahwa angka korelasi yang berbeda antara rerata populasi dengan rerata setiap studi disebabkan oleh adanya kesalahan pengukuran sebesar 34,28%.

Studi meta-analisis ini memperkuat temuan penelitian-penelitian sebelumnya, bahwa kontrol diri memiliki hubungan negatif yang cukup kuat dengan agresi. Angka korelasi sebesar -0,373 dengan varians korelasi antar studi 0,053 menunjukkan bahwa kontrol diri memberikan efek berukuran sedang atau medium (Kotrlík,

Williams, & Jabor, 2011) sehingga merupakan variabel yang tidak boleh diabaikan dan dipandang sebelah mata di dalam memahami fenomena agresi. Posisi tersebut mendudukan kontrol diri pada fungsi yang cukup strategis dalam menghambat muncul dan berkembangnya agresi.

Dampak kesalahan pengambilan sampel terhadap hasil penelitian dalam studi ini didapatkan skor sebesar 0,794%, yang berarti dampak kesalahan pengambilan sampel terhadap hasil penelitian dalam populasi yang dianalisis termasuk relatif kecil. Sebagai catatan, jumlah sampel yang berpartisipasi dalam studi primer secara keseluruhan adalah 31.550 orang, namun demikian karakteristik sampel yang heterogen memengaruhi hasil korelasi dari studi meta-analisis ini. Ada keragaman dari sisi demografi, nampak dalam segi usia (anak-anak, remaja, dewasa), karakteristik status (siswa, mahasiswa, narapidana), lokasi pengambilan sampel (Eropa, Amerika, Asia, Timur Tengah, dan bahkan Indonesia). Perlu dikaji lebih jauh sejauh

mana kontrol diri dan agresi ada kaitannya dengan faktor-faktor demografi di atas.

Selain faktor sampel yang heterogen, alat ukur di dalam setiap studi yang digunakan juga sangat beragam. Dari 18 studi yang digunakan dalam studi meta-analisis ini, terdapat delapan jenis alat ukur kontrol diri, dan sembilan jenis alat ukur agresi. Selain itu dari 18 studi tersebut ada 1 studi di mana alat ukur kedua variabelnya (kontrol diri dan agresi) yang tidak mencantumkan reliabilitas. Kelemahan ini berimplikasi pada angka persentase dampak kesalahan pengukuran hasil penghitungan koreksi kesalahan pengukuran yang kurang ideal (34,28%).

Di luar korelasi antara kontrol diri dan agresi, variabel agresi sangat mungkin dikendalikan oleh beragam faktor protektif lainnya. Selain kontrol diri disebutkan faktor lain, yaitu: koping, pekerjaan, waktu luang, kondisi dan manajemen finansial, sikap terhadap pihak otoritas, dan motivasi serta tritmen (Robbe, Vogel, Wever, Douglas, & Nijman, 2016), serta kehangatan pengasuhan orang tua (Beckmann, Bergmann, Fischer, & Moble, 2017).

Secara umum hasil studi ini menopang pandangan pemikiran DeWall *et al.* (2011) tentang pentingnya mendiskusikan temuan-temuan empiris dimana kegagalan kontrol diri merupakan sebuah prediktor krusial dari agresi, baik terhadap orang asing maupun orang dekat. Meskipun agresi dalam konteks survival masa prasejarah dapat dikatakan sebagai upaya evolusi sebagai upaya yang memungkinkan manusia bertahan hidup dan bereproduksi, namun di dalam konteks peradaban modern tidak dapat disangkal bahwa agresivitas lebih banyak membawa dampak maladaptif (MacDonald, 2008). Kehidupan modern memerlukan kontrol yang efektif atas dorongan agresif.

Jika dicermati lebih lanjut masing-masing angka korelasi antara kontrol diri dan agresivitas dari tiap studi, terdapat temuan kecil yang menarik. Ada satu-satunya studi yakni penelitian Toyibah (2007) yang menunjukkan korelasi antara kontrol diri dan agresi dengan angka korelasi positif (0,021), meskipun angkanya sangat kecil. Apabila dilihat dari sampel penelitian laki-laki pelaku *carok*, maka bisa dijelaskan bahwa konteks penelitian ini unik dan tidak bisa digeneralisasikan sebagaimana studi yang lain. *Carok* merupakan pertarungan membela harga diri sebagai jalan terakhir dengan senjata tradisional pada masyarakat suku Madura yang kental dengan tindakan agresi, bahkan kekerasan (*violence*). Dalam konteks sosio-kultural, peristiwa *carok* bukan saja ditoleransi, namun juga sering mendapat dukungan dari sebagian besar masyarakat Madura (Wiyata, 2002). Harus dipisahkan posisi laki-laki pelaku *carok* dari sisi personal (yang bisa saja memiliki kontrol diri cukup tinggi) dengan tindakan *carok*-nya yang berada dalam atmosfer alasan sosio-kultural dan diyakini sebagai kebenaran kolektif.

Berbicara tentang agresi dan kontrol diri juga diperkuat oleh bukti ilmiah dari riset-riset di bidang neurologis. Pendekatan neurobiologis mendapatkan temuan bahwa peningkatan fungsi pada *prefrontal regions* yang mendukung kerja *self-regulation* akan meningkatkan kontrol diri dan pada gilirannya akan mereduksi agresi (Ochsner & Gross, 2008).

Penutup

Agresi dan kontrol diri dapat diilustrasikan seperti sebuah timbangan. Bandul di sisi kiri adalah sifat dasar agresi dan sifat dendam (berfungsi sebagai predisposisi), yang apabila mendapat dorongan berupa

provokasi serta rejeksi sosial maka akan mendesak munculnya perilaku agresi. Sementara bandul di sisi kanan adalah inhibisi yang bisa mewujudkan dalam beberapa faktor yakni regulasi diri, ketenangan, *prefrontal cortical control* dan tentu saja kontrol diri (Denson, DeWall, & Finkel, 2012). Keberadaan kontrol diri dapat menggagalkan munculnya agresi dan sebaliknya absennya kontrol diri dapat menguatkan munculnya perilaku agresi.

Studi meta-analisis ini mengukuhkan penelitian-penelitian sebelumnya dan mengafirmasi korelasi negatif antara kontrol diri dan agresi. Kontrol diri memiliki posisi cukup strategis dan mampu menghambat perilaku agresi. Tulisan-tulisan serta riset-riset ke depan yang menyajikan variabel agresi serta kontrol diri perlu disikapi sebagai pengungkapan misteri yang tetap perlu untuk dipelajari dari waktu ke waktu. Penulis setuju dengan revidi yang dilakukan oleh Denson *et al.* (2004). Denson dan teman-temannya menunjukkan bahwa riset eksperimental tentang proses psikologis dan neural yang mendasari kontrol diri pada akhirnya dapat dimanfaatkan untuk mengurangi bahaya akibat perilaku agresi, khususnya agresivitas yang tidak terkendali. Pada akhirnya ada manfaat lain yang bisa dipetik, yakni perlunya riset-riset lanjutan untuk mendalami upaya-upaya mereduksi agresi dengan memanfaatkan kontrol diri.

Daftar Pustaka

- Afiah, N. (2015). Kepribadian dan agresivitas dalam berbagai budaya. *Buletin Psikologi*, 23(1), 13-21. doi: 10.22146/bpsi.10573
- Archer, J., & Southall, N. (2009). Does cost-benefit analysis or self-control predict involvement in bullying behavior by male prisoner? *Journal of Aggressive Behavior*, 35, 31-40. doi: 10.1002/ab.20283
- Archer, J., Fernandez-Fuertes, A. A., & Thanzami, V. L. (2010). Does cost-benefit analysis or self-control predict involvement in two form of aggression? *Journal of Aggressive Behavior*, 36, 292-304. doi: 10.1002/ab.20358
- Baker, E. A., Klipfel, K. M., & van Dulmen, M. H. M. (2016). Self-control and emotional and verbal aggression in dating relationship: A dyadic understanding, *Journal of Interpersonal Violence*, 1-21.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 351-355. doi: 10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x
- Beckmann, L., Bergmann, M. C., Fischer, F., & Moble, T. (2017). Risk and protective factors of child-parent violence: A comparison between physical and verbal aggression. *Journal of Interpersonal Violence*, 1-26. doi: 10.1177/ 0886260517746129
- Brannigan, A., Gemmell, W., Pevalin, D. J., & Wade, T. J. (2002). Self-control and social control in childhood misconduct and aggression: The role of family structure, hyperactivity, and hostile parenting. *Canadian Journal of Criminology*, 119-142.
- Brookings, J. B., DeRoo, H., & Grimone, J. (2008). Predicting driving anger from trait aggression and self-control. *Psychological Reports*, 103, 622-624.
- Crane, C. A., Godleski, S. A., Przybyla, S. M., Schaulch, R. C., & Testa, M. (2015). The proximal effects of acute alcohol consumption on male-to-female aggression. *Trauma, Violence & Abuse*, 17(5), 520-531. doi: 10.1177/ 1524838015584374

- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development, 66*(3), 710–722.
- De Kemp, R. A. T., Velmust, A. A., Finkenauer, C., Scholte, R. H. J., Overbeek, G., Rommes, E. W. M., & Engels, R. C. M. E. (2009). Self-control and early adolescent antisocial behavior: A longitudinal analysis. *Journal of Early Adolescence, 29*(4), 497–517.
- Denson, T. F., DeWall, C. N., & Finkel, E. J. (2012). Self-control and aggression. *Current Directions in Psychological Science, 21*(1), 20–25. doi: 10.1177/0963721411429451
- DeWall, C. N., Finkel, E. J., Denson, T. F. (2011). Self-control inhibits aggression. *Social and Personality Psychology Compass, 5*(7), 458–472. doi: 10.1111/j.1751-9004.2011.00363.x
- Gallagher, J. M., & Asford, J. B. (2016). Buss-perry aggression questionnaire: Testing alternative measurement models with assaultive misdemeanor offenders. *Criminal Justice & Behavior, 43*(11), 1639–1652. doi: 10.1177/0093854816643986
- Gavriel-Fried, B., Ronen, T., Agbaria, Q., Orkibi, H., & Hamama, L. (2015). Multiple facet of self-control in arab adolescents: Parallel pathways to greater happiness and less physical aggression. *Journal of Youth and Society, 1*–18. doi: 10.1177/0044118X15606157
- Hinduja S., & Patchin, J. W. (2009). *Bullying beyond the schoolyard: Preventing and responding to cyberbullying*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Hunter, J. E., & Schmidt, F. L. (2004). *Methods of meta-analysis: Correcting error and bias in research findings*. Second Edition. International Educational and Professional Publisher. London: SAGE Publications.
- Kotrlik, J. W., Williams, H. A., & Jabor, M. K. (2011). Reporting and interpreting effect size in quantitative agricultural education research. *Journal of Agricultural Education, 52*(1), 132–142.
- Kwak, M., & Oh, I. (2017). Comparison of psychological and social characteristics among traditional, cyber, combined bullies, and non-involved. *School Psychology International, 38*(6), 608–627. doi: 10.1177/0143034317729424
- MacDonald, K. B. (2008). Effortful control, explicit processing, and the regulation of human evolved predispositions. *Psychological Review, 115*, 1012–1031. doi: 10.1037/a0013327.
- Milla, M. N. (2009). Pengaruh terpaan kekerasan media audio-visual pada kognisi agresif dan afeksi agresif: Studi meta-analisis. *Jurnal Psikologi, 33*(2), 1–16. doi: 10.22146/jpsi.7076
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2008). Cognitive emotion regulation: Insight from social cognitive and affective neuroscience. *Current Directions in Psychological Science, 17*, 153–158. doi: 10.1111/j.1467-8721.2008.00566.x
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human development (9th ed.)*. USA: McGraw Hill.
- Robbe, M. V., Vogel, V., Wever, E. C., Douglas, K. S., & Nijman, H. L. I. (2016). Risk and protective factors for inpatient aggression. *Criminal Justice and Behavior, 43*(10), 1364–1385. doi: 10.1177/0093854816637889
- Savage, G., & Yancey, C. (2008). The effects of media violence exposure of criminal aggression: A meta-analysis. *Criminal Justice and Behavior, 35*(6), 772–791. doi: 10.1177/0093854808316487
- Shepperd, J. A., Miller, W. A., & Smith, C. T. (2015). Religiousness and aggression in adolescents: The mediating roles of self-

- control and comparison. *Journal of Aggressive Behavior*, 41, 608-621. doi: 10.1002/ab.21600
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271-322.
- Toyibah. (2007). *Perilaku agresif, budaya carok, kematangan emosi dan kontrol diri*. Tesis (tidak dipublikasikan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Wiyata, A. L. (2002). *Carok, konflik kekerasan dan harga diri orang Madura*. Yogyakarta: LkiS.
- Yusainy, C. (2013). *Overcoming aggression: Musing on mindfulness and self-control*. PhD thesis. United Kingdom: The University of Nottingham.