

PENGARUH *SELF-CONTROL* TERHADAP PERILAKU AGRESI VERBAL PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL TIKTOK

Silsa Nabilla¹, Rinaldi²

^{1,2} Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

E-mail: silsanabilla12@gmail.com

ABSTRAK

Internet, khususnya media sosial yang semakin berkembang memudahkan para penggunanya untuk berbagi informasi, berdiskusi, bertukar pikiran dan berkomunikasi secara bebas serta demokratis. Salah satu aplikasi yang marak digunakan pada saat ini adalah TikTok. Aplikasi TikTok adalah media yang berupa audio visual, media ini merupakan sebuah media sosial yang dapat dilihat dan juga dapat didengar. Remaja merupakan salah satu pengguna terbesar aplikasi TikTok dengan pengguna sebanyak 60%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh *self-control* terhadap agresi verbal pada remaja yang menggunakan TikTok. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang aktif menggunakan media sosial tiktok dan berdomisili di Kota Padang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 331 subjek dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Hasil uji hipotesis didapatkan nilai signifikan F sebesar 237.349 dan nilai $p = .000$ yang berarti terdapat pengaruh antara kontrol diri dengan perilaku agresi verbal pada remaja pengguna media sosial TikTok.

Kata kunci: *Self Control*, perilaku Agresi, TikTok, Remaja

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi yang semakin canggih membuat kehidupan kita menjadi lebih mudah dan tidak terbatas. Internet, khususnya media sosial yang semakin berkembang memudahkan para penggunanya untuk berbagi informasi, berdiskusi, bertukar pikiran dan berkomunikasi secara bebas serta demokratis. Arifianto (2019) menyatakan bahwa melalui media sosial seseorang bebas berkomunikasi dengan orang lain, baik dalam bentuk berkomentar, mengkritik, bahkan menghujat orang lain. Jenis media sosial yang saat ini populer di masyarakat Indonesia dari segala kalangan, terutama pada kalangan remaja adalah aplikasi TikTok. Aplikasi TikTok adalah media yang berupa audio visual, media ini merupakan sebuah media sosial yang dapat dilihat dan juga dapat didengar. Laporan demografis menyatakan usia pengguna TikTok Indonesia dilansir dari Dipstrategy persentase pengguna TikTok dengan usia 10-19 tahun ada sebanyak 32.5%. Sementara itu, ada 29.5% pengguna TikTok yang berusia 20-29 tahun. Sebanyak 16.4% pengguna berusia 30-39 tahun, umur 40-49 tahun sebanyak 13.9% dan umur 50 tahun ke atas sebanyak 7.1%. Keseluruhan pengguna TikTok berada pada kategori remaja yaitu sebanyak 60%.

Berdasarkan riset Microsoft yang dilakukan dalam kurun waktu Mei-April 2020, dengan tolak ukur “*Digital Civility Index*” atau “Indeks Keberadaban Digital” yang menunjukkan tingkat keberadaban netizen dalam dunia digital. Hasilnya adalah netizen Indonesia masuk ke dalam urutan ke-29 atau ketiga terendah sebagai ‘netizen tidak sopan’. Riset ini dilakukan di 32 negara dengan

jumlah total 16.000 responden dengan 503 netizen Indonesia. Faktor yang mempengaruhi penilaian ini adalah tindakan agresi verbal yang dilakukan ketika berselancar di media sosial. Agresi verbal di media sosial dapat dilihat dari komentar-komentar yang diberikan kepada sesama pengguna dan pemilik akun media sosial, korbannya bisa saja orang yang dikenal, seseorang yang terkenal, kelompok sosial tertentu, atau orang yang sama sekali tidak dikenal. Agresi dalam bentuk verbal sendiri adalah bentuk tindakan yang mengarah kepada ujaran kebencian yang dilakukan seseorang melalui kata-kata, ucapan, atau bentuk penuturan secara lisan (Hamilton, 2012). Sebagaimana didefinisikan oleh Berkowits (2003), perilaku agresif verbal adalah suatu bentuk perilaku atau aksi agresif yang sengaja diungkapkan untuk menyakiti orang lain. Perilaku agresif verbal dapat berupa umpatan, celaan atau makian, ejekan, fitnah, dan ancaman melalui kata – kata. Perilaku agresi verbal dapat berdampak negatif bagi korban, efek yang dirasakan tak hanya menyakiti perasaan tetapi juga berdampak pada kondisi psikologis sehingga mereka merasa frustrasi, sedih, penurunan, prestasi belajar, bahkan depresi (Malihah dan Alfiasari, 2018).

Perilaku agresi yang dilakukan oleh seseorang dipengaruhi oleh *self-control* (Krahe, 2013). *Self-control* merupakan kecenderungan individu untuk mempertimbangkan berbagai konsekuensi untuk perilaku tertentu (Wolfe & Higgins, 2008). Dijelaskan kembali bahwa *Self-control* adalah kemampuan individu untuk menahan diri atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik ketika dihadapkan dengan godaan-godaan (Hofmann, Baumesiter, Forster, & Vohs, 2012). Menurut Dewal, Finkel dan Denson (2011) menyebutkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah mendorong timbulnya perilaku agresif. Dalam keadaan terprovokasi orang dengan kontrol diri yang rendah akan memiliki kesulitan pengendalian perilaku agresi (Baumeister dalam Krahe, 2013). *Self-Control* diperlukan pada remaja karena fase remaja adalah masa peralihan, yang membuat remaja bingung dalam memilih serta memilah dalam bertindak (Novandra & Puspitasari, 2017). Remaja rentan terpengaruh karena psikologisnya belum stabil. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Slater. M.D (2003) menyatakan bahwa individu yang mudah terpancing emosinya untuk melakukan tindakan agresivitas adalah remaja, karena remaja masih labil dan belum memiliki kontrol diri yang kuat. Oleh sebab itu dibutuhkan kontrol diri yang baik agar remaja dapat mengontrol diri untuk tidak melakukan perilaku agresi verbal. Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan, muncul sebuah pertanyaan penelitian yaitu sebesar apakah pengaruh kontrol diri dalam perilaku agresi verbal yang di lakukan oleh remaja di media sosial, khususnya media sosial TikTok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Menurut Azwar (2017), penelitian kuantitatif adalah sebuah penelitian yang menekankan analisis data *numerical* (angka) diolah dengan menggunakan metode statistik untuk memperoleh signifikansi

hubungan antar variabel yang diteliti. Variabel didalam penelitian ini adalah *self control* dan agresi verbal pada pengguna sosial media TikTok. Sampel yang digunakan didalam penelitian ini sebanyak 331 subjek yang terdiri dari 129 subjek laki-laki dan 202 subjek perempuan. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling* dimana setiap subjek yang ditemukan dan memenuhi kriteria penelitian dapat dijadikan sampel dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan 2 alat ukur skala berdasarkan variabel *self control* dan agresi verbal. Skala yang digunakan adalah skala Likert. Masing-masing skala di modifikasi sesuai dengan kebutuhan dan tujuan dalam penelitian. Skala *self control* terdiri dari 30 item yang terdiri dari 11 item *favorable* dan 19 item *unfavorable*. Skala agresi verbal terdiri dari 18 item total. Penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana untuk melihat bagaimana pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data dianalisis menggunakan SPSS.20 dengan analisis regresi linear sederhana yang digunakan untuk mengetahui bagaimana pengaruh antar variabel. Untuk melakukan analisis regresi linear sederhana, ada beberapa tahapan yang dilakukan diantaranya melakukan uji linearitas dan uji normalitas masing-masing variabel. Berdasarkan analisis yang dilakukan terhadap 331 subjek didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Uji Normalitas Variabel Penelitian

		Unstandardized Residual
N		331
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.63975223
Most Extreme Differences	Absolute	.048
	Positive	.048
	Negative	-.043
Kolmogorov-Smirnov Z		.048
Asymp. Sig. (2-tailed)		.067

Uji normalitas pada penelitian di uji dengan *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan software SPSS.20. data penelitian berdistribusi normal apabila nilai $p > 0.05$, namun apabila $p < 0.05$ maka data penelitian tidak berdistribusi normal. Berdasarkan tabel 1 didapatkan nilai signifikansi 0.067 yang berarti $p > 0.05$ ($0.067 > 0.05$) yang berarti nilai residual kedua variabel dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Selanjutnya dalam penelitian ini akan dilakukan uji linearitas dengan hasil yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Uji Linearitas Penelitian

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)	3748.905	52	72.094	5.307	.000
Linearity	3153.913	1	3153.913	232.157	.000
Deviation from Linearity	594.992	51	11.667	.859	.740
	3776.781	278	13.586		
	725.686	330			

Linearitas data dalam penelitian ini dapat dilihat dari nilai *F-linearity*. Data penelitian linear apabila nilai $p > 0.05$ dan sebaliknya apabila nilai $p < 0.05$ maka data dikatakan tidak linear. Berdasarkan olah data linearitas *self control* terhadap agresi verbal diketahui nilai *sig. deviation from linearity* adalah 0.740, dimana nilai $p > 0.05$ yang artinya terdapat hubungan yang linear pada kedua variabel. Uji hipotesis didalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana. Hasil uji hipotesis menyatakan diketahui nilai signifikan F sebesar 237.349 dan nilai $p = .000$. Sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *self control* (X) berpengaruh terhadap variabel agresi verbal (Y). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima (H_a) yaitu terdapat pengaruh antara kontrol diri dengan perilaku agresi verbal pada remaja pengguna media sosial TikTok Diperoleh juga nilai koefisien determinasi (*R Square*) 0.419, yang berarti bahwa pengaruh *self control* terhadap agresi verbal sebesar 41,9%.

Hasil temuan peneliti menunjukkan kesesuaian dengan apa yang telah dikemukakan oleh Sernila,Utaminingsih dan Pratama (2019) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara agresivitas dan kontrol diri. Hubungan yang negatif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *self control* pada remaja maka akan semakin rendah pula agresivitas remaja. *Self control* dapat membantu seseorang mengabaikan dorongan agresi yang muncul. Ketika *self control* melemah, maka dorongan keinginan untuk melakukan agresi akan semakin tinggi dan semakin sulit diredam oleh seorang individu. Sebaliknya, jika *self control* semakin tinggi, maka individu akan semakin mudah meredam keinginan untuk melakukan perilaku agresi verbal. Hal ini diperkuat dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Dewall, dkk (2012) dimana ia menyatakan bahwa mekanisme neural pada otak dalam meregulasi emosi dan kontrol kognitif pada kontrol diri dapat mengurangi agresi seseorang, terjadinya tindakan agresi karena seseorang tidak mampu mengendalikan emosi yang ada pada dirinya, sehingga ketika adanya stimulus yang memicu, amarah akan mudah muncul. Selain pada kehidupan dan keseharian individu, *self control* juga penting untuk hadir ketika seseorang sedang berada dalam kancah dunia digital melalui sosial

media. *Self control* dapat berperan sebagai penyadaran diri bagi seorang individu terhadap resiko serta konsekuensi yang dapat terjadi atas apapun tindakan dan perilaku yang dilakukan sehingga ia dapat mengontrol emosi dan perilakunya (Muna & Astuti, 2014).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan adanya pengaruh tingkat *self control* terhadap perilaku agresi verbal pada remaja pengguna media sosial TikTok di Kota Padang, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self control* pada remaja, maka semakin rendah kecenderungan mereka akan melakukan perilaku agresi verbal, dan hal ini berlaku pula sebaliknya. Bagi peneliti lain dengan tema yang sama diharapkan dapat mempertimbangkan faktor lain mengapa seseorang melakukan perilaku agresi verbal melalui sosial media TikTok, agar fenomena yang terjadi dapat dikaji dan diteliti lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of Adjustment Human Relationship*. New York: McGraw-Hill.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human Aggression. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 27-51. doi:10.1146/annurev.psych.53.100901.135231
- Arifianto, S., & Sari, D. K. (2019). Makna Teks Ujaran Kebencian Pada Media Sosial. *Jurnal Komunikasi*, 12(1), 1-15. doi:10.24912/jk.v12i1.4045
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Berkowitz, L. (2003). *Agresi 1*. Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo.
- Baumeister, R. F., Vohs, K.D., & Tice, D. M. (2007). The Strength Model of Self Control. *Current Direction in Psychological Science*, 16(6) 351-355.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 542-459. doi:10.1037/0022-3514.63.3.452
- Dayakisni, T. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- 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
- Finkenauer, C., Engels, R. C., & Baumeister, R. F. (2005). Parenting Behaviour and Adolescent Behavioural and Emotional Problems: The Role of Self-Control. *International Journal of Behavioral Development*, 29(1), 58-69.
- Gandawijaya, L. E. (2017). *Hubungan Kontrol Diri dan Agresi Elektronik Pada Pengguna Media Sosial Di Masa Transisi Menuju Dewasa*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.
- Ghufron, M. N., & Risnawitaq, R. (2011). *Teori - Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Hamilton, M. A. (2012). Verbal Aggression: Understanding The Psychological Antecedents and Social Consequences. *Journal of Language and Social Psychology*, 31(1), 5-12. doi:10.1177/0261927X11425032
- Harlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia.
- Hofmann, W., Baumeister, R. F., Förster, G., & Vohs, K. D. (2012). Everyday Temptation: An Experience Sampling Study of Desire, Conflict, and Self-Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1318-1335. doi:10.1037/a0026545
- Infante, D. A., & Wigley, C. J. (1986). Verbal Aggressiveness: An Interpersonal Model and Measure. *Journal Communication Monographs*, 53(1), 61-69. doi:10.1080/03637758609376126
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Krahe, B. (2013). *The Social Psychology of Aggression* (2nd ed.). London: Psychology Press. doi:10.4324/9781315804521
- Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Malihah, Z., & Alfiasari. (2018). Perilaku Cyberbullying Pada Remaja dan Kaitannya Dengan Kontrol Diri dan Komunikasi Orang Tua. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 11(2), 145-156. doi:10.24156/jikk.2018.11.2.145.
- Muna, R. F., & Astuti, T. P. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Sosial Pada Remaja Akhir. *EMPATI*, 481-491.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development* (10th ed.). (B. Marswendy, Trans.) Jakarta: Salemba Humanika.
- Pyzalski, J. (2011). Electronic Aggression Among Adolescents: An Old House With A New Facade or Even A Number of Houses. *Youth Culture and Net Culture: Online Social Practices*, 278-295. doi:10.4018/978-1-60960-209-3.ch016
- Rosyad, M. A., Saragih, S., & Arianto, E. A. (2021). Konsep Diri dan Kecenderungan Melakukan Agresivitas Verbal Pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Journal of Psychological Research*, 1(3), 128-136.
- Safitri, N. (2020). *Hubungan Antar Kontrol Diri Dengan Perilaku Phubbing Pada Siswa SMA N 2 Kota Bukittinggi*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Fakultas Psikologi dan Kesehatan. Universitas Negeri Padang.
- Sernila, Utaminingsih, D., & Pratama, M. J. (2019). Hubungan Antara Self Control dan Tingkat Agresivitas pada Siswa Kelas X SMK. *Jurnal Bimbingan Konseling Vol. 7*, 1-15.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Slater, M. D., Henry, K. L., & Anderson, L. L. (2003). Violence Media Content And Aggressiveness In Adolescence: A Downward Spiral Model. *Communication Research*, 30(6), 713-736.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- 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(2), 271-322. doi:10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x

- Tarigan, H. G. (2021). *Menyimak Sebagai Suatu Keterampilan Berbahasa*. Bandung: Angkasa.
- Tochkov, K. (2010). Self Control Deficits and Pathological Gambling. *International Journal of Psychological Studies*, 2(2), 65–69. <https://doi.org/10.5539/ijps.v2n2p65>
- Winarsono, T. (2009). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Winarsono, T. (2012). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Wolfe, S. E., & Higgins, G. E. (2008). Self-Control and Perceived Behavioral Control: An Examination of College Student Drinking. *Psychology in Criminal Justice*, 4(1), 108-134.
- Yuniarta, D. M. (2020, April 14). *10 Fakta Cimoy Montok, Seleb Tik Tok yang Kerap Kena Bully*. Retrieved from merdeka.com: <https://www.merdeka.com/jateng/10-fakta-cimoy-montok-seleb-tik-tok-yang-kerap-kena-bully.html>
- Zulqornain, J. A., Indriyati, & Adikara, P. P. (2021). Analisis Sentimen Tanggapan Masyarakat Aplikasi TikTok Menggunakan Metode Naive Bayes dan Categorical Proportional Difference (CPD). *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 5(7), 2886-2890.