

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah tahap transisional yang menandai peralihan dari tahap anak-anak menuju tahap dewasa. Tahapan ini dipandang sebagai fase yang dianggap penting dalam kehidupan seseorang. Remaja akan mengalami berbagai perubahan signifikan dari fisik, sosial, maupun psikologisnya (Rahmat et al., 2024). Perubahan-perubahan tersebut sering kali menimbulkan ketidakstabilan dalam diri remaja, sehingga mereka berada dalam proses pencarian jati diri yang intens. Dalam proses tersebut, remaja cenderung bersikap labil, mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar, dan kerap mencoba berbagai hal tanpa mempertimbangkan nilai benar atau salah. Selain itu, remaja juga menunjukkan kecenderungan emosi yang fluktuatif, seperti mudah tersinggung, merasa sedih, marah secara tiba-tiba, menangis, dan menjadi sangat sensitif (Aridhona & Setia, 2022).

Kondisi emosional yang belum stabil serta dorongan eksplorasi diri yang tinggi menjadikan masa remaja rentan terhadap berbagai tekanan yang terjadi, baik internal maupun eksternal. Salah satu permasalahan yang cukup sering muncul dan berpotensi mengganggu proses perkembangan remaja secara menyeluruh adalah perilaku agresif (Rahmat et al., 2024).

Perilaku yang agresif adalah bentuk perilaku terhadap rasa kecewa karena keinginannya tidak terpenuhi yang dimanifestasikan dengan menyerang

secara fisik ataupun secara verbal (Anggraini et al., 2023). Agresivitas bukan dari konsekuensi perilaku, namun apabila terdapat niat untuk menyakiti orang lain secara fisik atau verbal maka dikatakan agresivitas (Khaira, 2022). Maka, perilaku agresif merupakan perilaku yang dimaksudkan untuk melukai objek sasaran dengan berbagai cara sesuai jenis perilaku agresifnya (Fitri et al., 2024).

Perilaku agresif terbagi menjadi beberapa jenis seperti perilaku agresif fisik, agresif verbal, kemarahan dan permusuhan. Perilaku agresif fisik berupa bentuk ekspresi diri yang memiliki kecenderungan melukai orang lain secara fisik. Agresif verbal terjadi melalui omongan atau kata-kata yang dapat menyakiti hati dan psikologis orang lain seperti fitnah, mengumpat dan ejekan. Kemarahan merupakan faktor psikologis yang muncul ketika tidak mampu mengontrol emosinya yang berefek merugikan orang lain ataupun dirinya sendiri. Sementara itu, permusuhan berupa perasaan negative yang dimanifestasikan dalam bentuk perasaan benci atau curiga terhadap orang lain (Anggraini et al., 2023). Perilaku agresif tersebut akan memunculkan banyak kasus kekerasan terutama pada remaja. Remaja yang berada pada transisi tersebut cenderung banyak menimbulkan konflik dan tekanan-tekanan sosial lain sehingga lebih berpotensi berperilaku agresif (Isnaeni, 2021). Fenomena perilaku agresif juga tercermin dalam berbagai kasus nyata yang terjadi di lingkungan pelajar remaja Indonesia.

Data yang diperoleh dari KPAI pada tahun 2022 tercatat 226 kasus perilaku agresif berupa kekerasan fisik dan psikis antar siswa di lingkungan

pendidikan (R. I. Khan et al., 2023). Pada tahun 2024 tercatat oleh KPAI data sebesar 409 kasus melibatkan remaja usia 15-17 tahun. Kasus perilaku agresif berupa kekerasan fisik dan psikis di Indonesia terdiri dari 240 kasus (KPAI, 2025). Berdasarkan data dari Direktorat Statistik Ketahanan Sosial pada 2024 terdapat 575 kasus perkelahian massal yang dilakukan antar pelajar dan didapatkan data di Jawa Tengah terdapat 65 kasus yang sama. (Sosial, 2024) Pada timesindonesia.co.id polisi berhasil mengamankan 23 remaja dari Kecamatan Cilacap Tengah dan Cilacap Selatan yang terlibat dalam tawuran dan menangkap admin media sosial yang berperan dalam memprovokasi kejadian tersebut (Yuniarto, 2025). Tingginya prevalensi kasus perilaku agresif pada remaja tersebut dapat disebabkan beberapa faktor seperti faktor biologis, faktor lingkungan sosial dan faktor psikologis (Anggraini et al., 2023).

Secara psikologis konsep diri remaja belum matang sehingga mempengaruhi harga diri. Rendahnya harga diri pada individu memunculkan perasaan negatif pada dirinya yang membuat remaja tersebut cenderung untuk melukai orang lain (Fitriani et al., 2021). Menurut penelitian Hu et al., (2023) harga diri remaja secara negatif memprediksi perilaku agresif. Hal tersebut disebabkan karena remaja dengan harga diri yang rendah tidak memiliki koneksi sosial yang membuat mereka tidak adaptif terhadap norma-norma sosial dan mengarah pada peningkatan perilaku agresif. Faktor psikologis lain yang telah dianggap dapat mempengaruhi perilaku agresif remaja adalah regulasi emosi.

Penelitian Gutiérrez-Cobo et al., (2023) menjelaskan strategi regulasi emosi remaja berkaitan dengan keputusan remaja untuk berperilaku agresif. Disregulasi emosi ditemukan sangat berkaitan dengan perilaku agresif yang menunjukkan bahwa disregulasi emosi memainkan peran penting dalam perilaku agresif remaja dengan mengajarkan remaja cara mengatur emosi secara efisien sehingga dapat menghindari perilaku agresif (Darmadi & Badayai, 2021). Menurut Situmorang et al., (2022) dalam penelitiannya menunjukkan adanya hubungan regulasi emosi dengan perilaku agresif dengan arah hubungan tidak searah yang berarti semakin tinggi tingkat regulasi emosi remaja maka tingkat perilaku agresif akan semakin rendah yang akan berdampak pada diri sendiri dan lingkungan remaja tersebut.

Pada remaja yang berperilaku agresif menyebabkan remaja tersebut menjadi kurang disukai oleh teman sebayanya dan bisa dijauhi, kemudian remaja tersebut menjadi gagal dalam bergaul sesuai dengan norma yang ada, gagal dalam mengembangkan interaksi sosialnya yang mengakibatkan konsep diri remaja menjadi buruk. Selain itu dampak negatif lain yang disebabkan oleh perilaku agresif diantaranya rendahnya prestasi belajar, mengganggu interaksi sosial dengan teman sebayanya, kecemasan, depresi, emosional, panik bahkan memiliki risiko perilaku bunuh diri (Widodo et al., 2022).

Siswa SMK cenderung mengalami dinamika psikososial yang berbeda dengan siswa SMA, terutama terkait dengan tuntutan adaptasi terhadap lingkungan vokasional yang memengaruhi psikologis mereka (Oktafia, 2024). Siswa SMK seringkali menghadapi tekanan untuk segera mandiri dan

menyesuaikan diri dengan tuntutan dunia kerja, sehingga mereka cenderung mengalami tantangan emosional dan sosial yang berbeda dibandingkan siswa SMA yang lebih fokus pada pendidikan akademis dan persiapan perguruan tinggi. Contoh nyata terkait perilaku agresif pada siswa SMK dapat dilihat dari insiden konvoi siswa SMK di Cilacap yang merusak fasilitas sekolah lain, yang mencerminkan tekanan sosial dan dinamika kelompok yang kuat di lingkungan SMK sehingga memicu perilaku agresif (Firmansyah, 2025). Oleh karena itu peneliti memilih di SMK Negeri sebagai populasi penelitian.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan di SMK Negeri 2 Cilacap pada tanggal 8 Mei 2025, diperoleh data bahwa jumlah siswa kelas X sebanyak 564 orang. Survei pendahuluan dilakukan melalui observasi dan wawancara terhadap 10 siswa, dengan hasil sebanyak 7 siswa pernah terlibat perkelahian fisik saat marah, 8 siswa pernah berbicara kasar atau memaki ketika marah, 6 siswa mudah merasa kesal namun juga mudah mereda, dan 5 siswa cenderung menyimpan rasa dendam terhadap orang yang pernah menyakiti mereka. Selain itu, 6 siswa menyatakan tidak terlalu bangga terhadap dirinya sendiri, dan 7 siswa memiliki keterbatasan dalam memahami permasalahan melalui perspektif alternatif serta sulit menahan amarah. Berdasarkan tanya jawab dengan guru Bimbingan dan Konseling, didapatkan hasil masih banyak siswa yang sering menggunakan kata-kata kasar, saling menghina antarteman, serta terlibat perkelahian ketika emosi memuncak. Beberapa siswa juga diketahui mengalami kesulitan dalam mengelola emosi ketika sedang marah.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Harga Diri dan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif Remaja di SMKN 2 Cilacap”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka dapat ditarik rumusan masalah yaitu “Adakah hubungan harga diri dan regulasi emosi dengan perilaku agresif remaja di SMKN 2 Cilacap?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik (usia dan demografi) remaja SMKN 2 Cilacap.
- b. Mengidentifikasi tingkat harga diri pada remaja SMKN 2 Cilacap.
- c. Mengidentifikasi tingkat regulasi emosi remaja di SMKN 2 Cilacap.
- d. Mengidentifikasi tingkat perilaku agresif remaja di SMKN 2 Cilacap.
- e. Menganalisa hubungan antara tingkat harga diri dengan tingkat perilaku agresif pada remaja SMKN 2 Cilacap.
- f. Menganalisa hubungan antara tingkat regulasi emosi dengan tingkat perilaku agresif pada remaja SMKN 2 Cilacap.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan mengenai perilaku agresif pada remaja terkait faktor hubungan harga diri dan regulasi emosi.

2. Bagi Responden

Mengetahui faktor-faktor perilaku agresif sehingga responden dapat mengambil langkah-langkah untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mental mereka.

3. Bagi Instansi Terkait

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan informasi agar dapat mengetahui faktor perilaku agresif sehingga dapat dilakukannya tindak lanjut.

4. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan

Sebagai tambahan pustaka dalam mengembangkan ilmu pengetahuan terkait harga diri dan regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian Yuanyan Yu, Yi Cai, Rui Wang, Yihan Gan dan Nianqin He (2023) dengan judul "*The relationship between self-esteem and aggressive behavior among Chinese adolescents: A moderated chain mediation model*". Tujuan pada penelitian ini menguji hubungan antara harga diri remaja dan perilaku agresif. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional* dengan teknik sampling *cluster sampling*. Uji analisis menggunakan uji deskriptif statistik, analisis regresi, analisis korelasi dan analisis mediasi menggunakan SPSS. Hasil dari

penelitian tersebut terdapat pengaruh langsung dari harga diri remaja terhadap perilaku agresif ditemukan signifikan secara statistik ($\beta=-0.22$, $p<0.05$), maka penelitian tersebut mengungkapkan bahwa harga diri remaja secara negatif memprediksi perilaku agresif.

Persamaan dengan penelitian adalah merupakan penelitian *cross sectional* dan menggunakan kuesioner perilaku agresif yang dikembangkan oleh Buss. Perbedaan dengan penelitian adalah sampel yang diambil terfokuskan pada remaja umur 15-17 tahun dan menggunakan uji statistik analisis korelasi.

2. Penelitian Ika Oktafia, Maria Nugraheni Mardi Rahayu (2024) dengan judul “Hubungan Antara Harga Diri (*Self Esteem*) dengan Perilaku Agresif pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)”. Tujuan dari penelitian tersebut untuk mengetahui hubungan harga diri dengan perilaku agresif pada siswa SMK. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif *cross sectional* dengan desain penelitian korelasional menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Product Moment*. Hasil penelitian diperoleh nilai analisis korelasi sebesar (r) -0.539 dan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0.000 , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif antara harga diri dengan perilaku agresif.

Persamaan dengan penelitian yaitu sampel pada remaja usia 15-17 tahun dengan kuesioner perilaku agresif dengan konsep teori Buss *and*

Perry. Perbedaan dengan penelitian adalah menggunakan teknik sampling *convenience sampling* dan menggunakan uji analisis korelasi.

3. Penelitian María José Gutiérrez-Cobo, Alberto Megías-Robles, Raquel Gómez-Leal, Rosario Cabello, Pablo Fernández-Berrocal (2023) dengan judul "*Emotion regulation strategies and aggression in youngsters: The mediating role of negative effect*". Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis peran strategi regulasi emosi terhadap perilaku agresif anak di bawah umur dan mengekplorasi hubungan dari strategi regulasi emosi di berbagai dimensi perilaku agresif. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif korelasi dengan desain penelitian *cross-sectional* menggunakan teknik sampling *cluster sampling*. Uji analisis menggunakan deskriptif analisis, korelasi *Pearson* dan analisis jalur. Hasil dari penelitian menunjukkan penekanan ekspresif berkorelasi positif dengan agresi total ($p<0.01$) dan penilaian ulang kognitif berkorelasi negatif dengan agresi total ($p<0.01$), maka penggunaan strategi penilaian ulang kognitif yang lebih tinggi berkorelasi dengan tingkat agresi yang lebih rendah dan sebaliknya terjadi pada penekanan ekspresif.

Persamaan dengan penelitian adalah menggunakan kuesioner perilaku agresif konsep Buss and Perry. Perbedaan dengan penelitian adalah sampel yang diambil pada remaja umur 15-17 tahun dan menggunakan uji statistik analisis korelasi *spearman*.

4. Penelitian Sultan Tri Alifiansyah Supratman, dan Dian Ekawati (2024) dengan judul "Hubungan antara Regulasi Emosi dan Konformitas Teman

Sebaya dengan Agresivitas Pada Siswa Kelas XI di SMK X". Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara regulasi emosi dan perilaku agresif dan menganalisis arah hubungan antara regulasi emosi dan perilaku agresif. Jenis penelitian berupa penelitian kuantitatif korelasi *cross-sectional* menggunakan teknik sampling *total sampling*. Hasil penelitian didapatkan nilai koefisien korelasi 0.523 dan R Square 0.273 dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.01$), maka membuktikan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara regulasi emosi dengan agresivitas pada siswa kelas XI di SMK X serta didapatkan hasil pada variabel regulasi emosi nilai r sebesar -0.049 dengan taraf signifikansi 0.000 ($p < 0.01$). Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi yang dimiliki, semakin rendah tingkat agresivitas pada siswa kelas XI di SMK X.

Persamaan dengan penelitian adalah sampel yang diambil pada remaja umur 15-17 tahun. Perbedaan dengan penelitian adalah dengan teknik *convenience sampling*, menggunakan kuesioner perilaku agresif dengan aspek teori Buss and Perry dan kuesioner regulasi emosi ERQ-CA dan menggunakan uji statistik analisis korelasi.