

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN
AGRESI PADA DEWASA AWAL YANG DISELINGKUHI
SAAT BERPACARAN**



Oleh:

Diyan Retno Handayani

1801617264

PSIKOLOGI

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

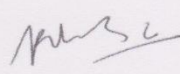
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

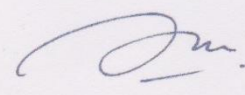
2021

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi pada Dewasa Awal yang Diselingkuhi Saat Berpacaran”

Nama Mahasiswa : Diyan Retno Handayani
 Nomor Registrasi : 1801617264
 Jurusan/Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 10 Agustus 2021

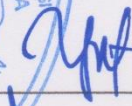
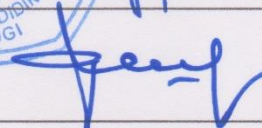

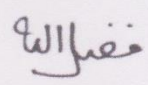
Pembimbing I


Pembimbing II


Rahmadianty Gazadinda, M.Sc
 NIP. 199206162019032038

Dr. Lussy Dwiutami, M.Pd
 NIP. 197909252002122001



Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		26/8/21
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		2 Sept 21
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Ketua Penguji)***	yufi.	31 Agustus 2021
Fellianti Muzdalifah, M.Psi (Anggota)****		31 Agustus 2021
Dr. R. A. Fadhallah, M.Si (Anggota)*****		31 Agustus 2021

Catatan:

- *Dekan FPPsi
- **Wakil Dekan I
- ***Ketua Penguji
- ****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Diyan Retno Handayani

NIM : 1801617264

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi pada Dewasa Awal yang Diselingkuhi Saat Berpacaran” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dari bulan Maret sampai dengan Juli 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya inovasi yang pernah dibuat oleh orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 28 Juli 2021

Yang Membuat Pernyataan,



Diyan Retno Handayani

NIM. 1801617264

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Diyan Retno Handayani

NIM : 1801617264

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Pendidikan Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi pada Dewasa Awal yang Diselingkuhi Saat Berpacaran”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 28 Juli 2021



(Diyan Retno Handayani)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Diyan Retno Handayani
NIM : 1801617264
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi/Prodi Psikologi
Alamat email : diyanhandayani12@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul:

“Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi pada Dewasa Awal yang Diselingkuhi Saat Berpacaran”

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 10 September 2021

Penulis

(Diyan Retno Handayani)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Ilmu tidak akan dapat diraih kecuali dengan ketabahan”

(Imam Syafi’i)

“Apabila sesuatu yang kau senangi tidak terjadi, maka senangilah apa yang terjadi”

(Ali Bin Abi Thalib)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk diri saya sendiri sebagai pembuktian bahwa saya mampu bertahan hingga titik ini dan akan terus berjuang. Selain itu untuk keluarga saya yang telah menemani dan memberikan do’a atas apa yang saya lakukan.

DIYAN RETNO HANDAYANI

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN AGRESI PADA
DEWASA AWAL YANG DISELINGKUHI SAAT BERPACARAN**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan kecenderungan agresi pada dewasa awal yang diselingkuhi saat berpacaran. Total sampel berjumlah 111 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur agresi adalah *Aggression Questionnaire*, dan instrumen yang digunakan untuk mengukur kontrol diri adalah *Brief Self-Control Scale* (BSCS). Hasil uji korelasi menggunakan *Pearson Correlation* menunjukkan nilai signifikansi (p) = 0,000, yang artinya p value ($\text{sig } 0,000$) < 0,05, dengan nilai koefisien korelasi (r) = -0,461. Dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan agresi pada dewasa awal yang diselingkuhi saat berpacaran.

Kata kunci: Kontrol Diri, Agresi, Dewasa Awal, Diselingkuhi, Pacaran

DIYAN RETNO HANDAYANI

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL WITH AGGRESSION TENDENCIES
IN EARLY ADULTHOOD WHO GET CHEATED ON WHILE DATING**

Thesis

Jakarta: *Department of Psychology*
Faculty of Psychology Education, State University of Jakarta
2021

ABSTRACT

This study aims to determine relationship between self-control with aggression tendencies in early adulthood who get cheated on while dating. The total sample is 111 respondents who were selected using purposive sampling technique. The instrument used to measure aggression is the Aggression Questionnaire, and the instrument used to measure self-control is the Brief Self-Control Scale (BSCS). The results of the correlation test using Pearson Correlation showed a significance value (p) = 0,000, which means p value ($\text{sig } 0,000$) < 0,05, with a correlation coefficient (r) = -0,461. It can be concluded that the results of the study indicate a significant negative relationship between self-control with aggression tendencies in early adulthood who get cheated on while dating.

Keywords: Self-Control, Aggression, Early Adult, Cheated On, Dating

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, kemudian sholawat serta salam peneliti tujukan kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dengan adanya bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi selaku Dekan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
2. Dr. Gungum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Rahmadianty Gazadinda, M.Sc selaku dosen pembimbing pertama yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi semangat kepada peneliti selama menyusun skripsi ini hingga selesai.
5. Dr. Lussy Dwiutami, M.Pd selaku dosen selaku dosen pembimbing kedua yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi semangat kepada peneliti selama menyusun skripsi ini hingga selesai.
6. Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan nasihat, semangat, dan memberi arahan selama peneliti menempuh pendidikan di Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

7. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama di perkuliahan.
8. Staf administrasi dan karyawan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu dalam mengurus surat administrasi dan keperluan lainnya.
9. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan dan doa untuk kesuksesan peneliti dalam segala hal.
10. Seseorang yang telah memberikan peneliti pengalaman sehingga teretusnya judul penelitian ini.
11. Kak Rahma selaku kakak pembimbing yang telah membantu dan menemani peneliti dalam berdiskusi terkait skripsi.
12. Teman-teman Rombel; Alya, Cladita, Fiqi, Lina, Raisya, Rania, Natasha, Nurfalira, Nurul, dan Yelda selaku teman dekat peneliti selama masa perkuliahan yang telah memberikan dukungan dan menemani peneliti selama proses penyusunan skripsi.
13. Teman-teman satu bimbingan yang telah berjuang bersama untuk menyelesaikan skripsi hingga selesai.
14. Teman-teman lama peneliti yang telah membantu mencari responden dan menyebarkan kuesioner.
15. Responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner.

Jakarta, 28 Juli 2021

Diyana Retno Handayani

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Batasan Masalah.....	9
1.4 Rumusan Masalah	9
1.5 Tujuan Penelitian	9
1.6 Manfaat Penelitian	9
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.6.2 Manfaat Praktis.....	10
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Agresi	11

2.1.1 Definisi Agresi.....	11
2.1.2 Tipe Agresi	12
2.1.3 Aspek-Aspek Agresi.....	12
2.1.4 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Agresi	13
2.1.5 Dampak Agresi	16
2.2 Kontrol Diri.....	17
2.2.1 Definisi Kontrol Diri.....	17
2.2.2 Aspek-Aspek Kontrol Diri.....	18
2.2.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri	19
2.2.4 Manfaat Kontrol Diri	19
2.3 Dewasa Awal	20
2.4 Pacaran	21
2.4.1 Definisi Pacaran.....	21
2.4.2 Tujuan Pacaran	22
2.5 Perselingkuhan	24
2.5.1 Definisi Perselingkuhan.....	24
2.5.2 Tanda-Tanda Terjadinya Perselingkuhan.....	24
2.5.3 Dampak Perselingkuhan	27
2.5.1 Tahapan Trauma Pengkhianatan.....	28
2.6 Dinamika Hubungan antara Kontrol diri dengan Agresi	28
2.7 Kerangka Konseptual	29
2.8 Hipotesis.....	30
2.9 Hasil Penelitian Yang Relevan	30
BAB III.....	33
METODE PENELITIAN.....	33
3.1 Tipe Penelitian	33
3.2 Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	33
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	33
3.2.2 Definisi Konseptual Variabel Penelitian.....	34
3.2.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	34

3.3 Populasi dan Sampel	35
3.3.1 Populasi.....	35
3.3.2 Sampel	35
3.4 Teknik Pengumpulan Data	36
3.4.1 Instrumen Penelitian	36
3.5 Uji Coba Reliabilitas dan Validitas Instrumen Penelitian.....	40
3.5.1 Uji Coba Instrumen Agresi	41
3.5.2 Uji Coba Instrumen Kontrol Diri.....	43
3.6 Analisis Data	44
3.6.1 Uji Statistik	44
3.6.2 Uji Normalitas.....	44
3.6.3 Uji Linearitas	45
3.6.4 Uji Analisis Korelasi.....	45
3.6.5 Uji Hipotesis	45
BAB IV	46
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
4.1 Gambaran Responden Penelitian	46
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	46
4.1.2 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	47
4.1.3 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pulau.....	47
4.1.4 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Provinsi.....	48
4.1.5 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Melanjutkan Hubungan Romantis dengan Individu yang Berselingkuh.....	49
4.1.6 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pengalaman Kekerasan dari Orang Lain	50
4.1.7 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pengalaman Kekerasan dari Pasangan yang Berselingkuh	51
4.2 Prosedur Penelitian.....	52
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	52
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	54

4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	54
4.3.1 Data Deskriptif Agresi	54
4.3.2 Data Deskriptif Kontrol Diri.....	57
4.3.3 Uji Normalitas.....	59
4.3.4 Uji Linearitas	59
4.3.5 Uji Hipotesis	60
4.4 Data Tambahan	61
4.4.1 Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Fisik.....	61
4.4.2 Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Verbal.....	62
4.4.3 Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Kemarahan.....	62
4.4.4 Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Permusuhan.....	63
4.5 Pembahasan.....	63
4.6 Keterbatasan Penelitian.....	69
BAB V.....	70
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	70
5.1 Kesimpulan	70
5.2 Implikasi.....	70
5.3 Saran.....	71
5.3.1 Responden Penelitian.....	71
5.3.2 Peneliti Selanjutnya	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Relevan.....	30
Tabel 3.1 Skor Alternatif Jawaban <i>Aggression Questionnaire</i>	37
Tabel 3.2 Blueprint Instrumen <i>Aggression Questionnaire</i>	37
Tabel 3.3 Skor Alternatif Jawaban <i>Brief Self-Control Scale</i>	39
Tabel 3.4 Blueprint Instrumen <i>Brief Self-Control Scale</i>	39
Tabel 3.5 Kaidah Reliabilitas Guilford.....	40
Tabel 3.6 Uji Reliabilitas Instrumen <i>Aggression Questionnaire</i>	41
Tabel 3.7 Uji Validitas Instrumen <i>Aggression Questionnaire</i>	41
Tabel 3.8 Uji Reliabilitas Instrumen <i>Brief Self-Control Scale</i>	43
Tabel 3.9 Uji Validitas Instrumen <i>Brief Self-Control Scale</i>	43
Tabel 4.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 4.2 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Melanjutkan Hubungan Romantis dengan Individu yang Berselingkuh	49
Tabel 4.3 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pengalaman Kekerasan dari Orang lain.....	50
Tabel 4.4 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pengalaman Kekerasan dari Pasangan.....	51
Tabel 4.5 Data Deskriptif Agresi	54
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Agresi	56
Tabel 4.7 Data Deskriptif Kontrol Diri	57
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Kontrol Diri	59
Tabel 4.9 Uji Linearitas.....	60
Tabel 4.10 Uji Hipotesis	60
Tabel 4.11 Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Fisik.....	61
Tabel 4.12 Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Verbal.....	62
Tabel 4.13 Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Kemarahan	62
Tabel 4.14 Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Permusuhan ...	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	30
Gambar 4.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
Gambar 4.2 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia	47
Gambar 4.3 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pulau	48
Gambar 4.4 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Provinsi	49
Gambar 4.5 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Melanjutkan Hubungan Romantis dengan Individu yang Berselingkuh	50
Gambar 4.6 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pengalaman Kekerasan dari Orang Lain	51
Gambar 4.7 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pengalaman Kekerasan dari Pasangan.....	52
Gambar 4.8 Grafik Histogram Data Deskriptif Agresi	55
Gambar 4.9 Grafik Histogram Data Deskriptif Kontrol Diri.....	58

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	80
Lampiran 2. Hasil Uji Reliabilitas	84
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas	84
Lampiran 4. Data Demografi	92
Lampiran 5. Kategorisasi Skor Variabel.....	94
Lampiran 6. Uji Linearitas	95
Lampiran 7. Uji Korelasi.....	95
Lampiran 8. Data Tambahan.....	95
Lampiran 9. <i>Informed Consent</i> Penerjemah.....	97
Lampiran 10. Surat Validasi Instrumen	101
Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup.....	103

