

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KECERDASAN
EMOSIONAL TERHADAP AGRESIVITAS PADA ATLET
PENCAK SILAT IPSI DI SENTRA SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kependidikan

OLEH:
ANTON PRASTYO
NIM 19602241068

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KECERDASAN
EMOSIONAL TERHADAP AGRESIVITAS PADA ATLET
PENCAK SILAT IPSI DI SENTRA SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**ANTON PRASTYO
NIM 19602241068**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 25 Oktober 2024

Koordinator Program Studi



Dr. Fauzi, M.Si.
NIP 196312281990021002

Dosen Pembimbing,



Dr. Drs. Agung Nugroho AM., M.Si.
NIP 196109081988111001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anton Prastyo
NIM : 19602241068
Departemen : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul TAS : Hubungan antara Kontrol Diri dan Kecerdasan Emosional terhadap Agresivitas pada Atlet Pencak Silat di IPSI Sentra Sleman

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 20 Oktober 2024
Penulis,



Anton Prastyo
NIM 19602241068

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP AGRESIVITAS PADA ATLET PENCAK SILAT IPSI DI SENTRA SLEMAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

ANTON PRASTYO
NIM 19602241068

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 4 November 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Drs. Agung Nugroho AM., M.Si Ketua Tim Penguji		18 November 2024
Dr. Okky Indera Pamungkas, M.Or. Sekretaris Tim Penguji		15 November 2024
Dr. Faidillah Kurniawan, M.Or. Penguji Utama		15 November 2024



Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. ✓
NIP. 197702182008011002

MOTTO

“Pendidikan adalah senjata paling ampuh yang dapat Anda gunakan untuk mengubah dunia.” – Nelson Mandela

“Jangan pernah menyerah pada mimpimu, impian dapat menjadi kenyataan jika Anda mempercayainya dengan sepenuh hati.” – Walt Disney

“Bekerja keraslah untuk semua mimpi yang akan dikejar hingga memberikan hasil yang sempurna.”-

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur kepada Alah SWT, saya persembahkan karya ini kepada:

1. Bapak Edy Supranto dan Ibu Daimah terimakasih telah melahirkan, merawat dan membesarkanku dengan penuh cinta, selalu berjuang untuk kehidupanku. Terimakasih untuk semua doa yang diberikan selama ini. Semoga selalu sehat dan bahagia.
2. Saudara Lusiana Setyawati yang selalu memberikan dorongan dan motivasi hingga bisa ke tahap ini. Semoga selalu diberkahi dan diberikan kesehatan.
3. Terimakasih untuk teman-teman yang telah berperan banyak dalam memberikan semangat, sehingga membuat motivasi dalam mengerjakan penelitian ini.

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP AGRESIVITAS PADA ATLET PENCAK SILAT IPSI DI SENTRA SLEMAN

**ANTON PRASTYO
NIM 19602241068**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) Hubungan antara kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman. (2) Hubungan antara kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman. (3) Hubungan antara kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman berjumlah 98 atlet. Teknik sampling yaitu *purposive sampling*. Kriterianya yaitu (1) masih aktif latihan pencak silat di IPSI Sentra Sleman, (2) berusia pra remaja 12-14 tahun dan remaja 14-17 tahun, (3) pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut, sampel dalam penelitian ini 48 atlet. Instrumen kontrol diri, kecerdasan emosional, dan agresivitas menggunakan angket. Analisis data yaitu uji regresi berganda.

Hasil menunjukkan bahwa (1) Ada hubungan yang signifikan kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan nilai $t_{hitung} = -4,006 > t_{tabel} = 2,014$, $sig. = 0,000 < 0,05$ dan sumbangan efektif sebesar 28,80%. (2) Ada hubungan yang signifikan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan $t_{hitung} = -3,234 > t_{tabel} = 2,014$, $sig. = 0,002 < 0,05$ dan sumbangan efektif sebesar 21,30%. (3) Ada hubungan yang signifikan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan $F_{hitung} = 22,585 > F_{tabel} (2;45) = 3,20$ dan $sig. = 0,000 < 0,05$ dan sumbangan efektif sebesar 50,10%.

Kata kunci: *kontrol diri, kecerdasan emosional, agresivitas*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND EMOTIONAL
INTELLIGENCE ON AGGRESSION IN ATHLETES
PENCAK SILAT IPSI ATHLETES IN SENTRA SLEMAN**

ANTON PRASTYO
NIM 19602241068

ABSTRACT

This study aims to determine (1) The relationship between self-control and aggressiveness in martial arts athletes at IPSI Sentra Sleman. (2) The relationship between emotional intelligence on aggressiveness in martial arts athletes at IPSI Sentra Sleman. (3) The relationship between self-control and emotional intelligence on aggressiveness in martial arts athletes at IPSI Sentra Sleman.

This research is a correlational research. The study population was martial arts athletes at IPSI Sentra Sleman totaling 98 athletes. The sampling technique is purposive sampling. The criteria are (1) still actively practicing pencak silat at IPSI Sentra Sleman, (2) aged 12-14 years and adolescents 14-17 years, (3) have participated in matches. Based on these criteria, the sample in this study was 48 athletes. Instruments of self-control, emotional intelligence, and aggressiveness using questionnaires. Data analysis is multiple regression test.

The results show that (1) There is a significant relationship between self-control and aggressiveness in martial arts athletes at IPSI Sentra Sleman, with a t value of $-4.006 > t$ table 2.014 , sig. $0.000 < 0.05$ and an effective contribution of 28.80%. (2) There is a significant relationship between emotional intelligence and aggressiveness in martial arts athletes at IPSI Sentra Sleman, with t count $-3.234 > t$ table 2.014 , sig. $0.002 < 0.05$ and an effective contribution of 21.30%. (3) There is a significant relationship between self-control and emotional intelligence on aggressiveness in martial arts athletes at IPSI Sentra Sleman, with F count $22.585 > F$ table $(2; 45) 3.20$ and sig. $0.000 < 0.05$ and an effective contribution of 50.10%.

Keywords: self-control, emotional intelligence, aggressiveness

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas kasih dan karunia-Nya, sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kontrol Diri dan Kecerdasan Emosional terhadap Agresivitas pada Atlet Pencak Silat di IPSI Sentra Sleman“ ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Fauzi, M.Si., selaku Ketua Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesaiya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Drs. Agung Nugroho AM., M.Si., selaku pembimbing TAS beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesaiya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Sekretaris dan Pengaji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Pengurus, pelatih, dan Atlet Pencak Silat di IPSI Sentra Sleman yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Teman teman PKO FIKK angkatan 2019 selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
7. Teman teman yang selalu menjadi teman dan mensupport hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 20 Oktober 2024
Penulis,



Anton Prastyo
NIM 19602241068

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	13
1. Pencak Silat.....	13
2. Kontrol Diri.....	17
3. Kecerdasan Emosi.....	24
4. Agresivitas	33
B. Hasil Penelitian yang Relevan	41
C. Kerangka Berpikir	44
D. Hipotesis Penelitian.....	47

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	48
B. Tempat dan Waktu Penelitian	48
C. Populasi dan Sampel Penelitian	49
D. Definisi Operasional Variabel.....	50
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	51
F. Teknik Analisis Data.....	56

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	60
1. Hasil Analisis Deskriptif	60
2. Hasil Uji Prasyarat	64
3. Hasil Uji Regresi Linear Berganda	65
4. Hasil Uji Hipotesis	66
5. Hasil Uji F (Simultan)	68
6. Hasil Uji Determinasi.....	68
B. Pembahasan.....	70
C. Keterbatasan Penelitian.....	77

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	79
B. Implikasi.....	79
C. Saran.....	80

DAFTAR PUSTAKA..... 83**LAMPIRAN.....** 89

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Hasil Penelitian Relevan	42
Tabel 2. Novelty Penelitian.....	44
Tabel 3. Alternatif Jawaban Angket.....	51
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Kontrol Diri.....	52
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional	53
Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Agresivitas	55
Tabel 7. Norma Penilaian.....	56
Tabel 8. Deskriptif Statistik Kontrol Diri	60
Tabel 9. Norma Penilaian Kontrol Diri.....	60
Tabel 10. Deskriptif Statistik Kecerdasan Emosional.....	61
Tabel 11. Norma Penilaian Kecerdasan Emosional	62
Tabel 12. Deskriptif Statistik Agresivitas	63
Tabel 13. Norma Penilaian Agresivitas	63
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 15. Hasil Uji Linieritas.....	65
Tabel 16. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda	66
Tabel 17. Hasil Analisis Uji Parsial (t-test)	67
Tabel 18. Hasil Analisis Uji F (Simultan).....	68
Tabel 19. Hasil Analisis Koefisien Determinasi	69
Tabel 20. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif.....	69

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	47
Gambar 2. Desain Penelitian	48
Gambar 3. Histogram Kontrol Diri.....	61
Gambar 4. Histogram Kecerdasan Emosional.....	62
Gambar 5. Histogram Agresivitas	63

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman	
Lampiran 1.	Surat Izin Penelitian dari FIKK	90
Lampiran 2.	Surat Balasan Penelitian	91
Lampiran 3.	Instrumen Penelitian.....	92
Lampiran 4.	Data Penelitian Kontrol Diri	100
Lampiran 5.	Data Penelitian Kecerdasan Emosional	102
Lampiran 6.	Data Penelitian Agresivitas.....	104
Lampiran 7.	Analisis Deskriptif Statistik	106
Lampiran 8.	Uji Normalitas.....	109
Lampiran 9.	Hasil Analisis Uji Linieritas.....	110
Lampiran 10.	Hasil Analisis Uji Regresi.....	111
Lampiran 11.	Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif	113
Lampiran 12.	Tabel r	114
Lampiran 13.	Tabel t	115
Lampiran 14.	Tabel Distribusi F	116
Lampiran 15.	Dokumentasi Penelitian	117

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Upaya atlet untuk memperoleh prestasi yang tinggi banyak faktor yang mempengaruhi, yaitu faktor endogen dan faktor eksogen. Faktor endogen atau faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri atlet itu sendiri, meliputi kesehatan fisik dan mental, bentuk tubuh serta proporsi tubuh selaras dengan olahraga yang diikuti, penguasaan teknik, penguasaan taktik, memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik, memiliki kematangan juara yang mantap. Faktor berikutnya adalah faktor eksogen yaitu faktor yang berasal dari luar. Faktor eksogen meliputi: pelatih, sarana dan prasarana, organisasi, lingkungan, dan sebagainya (Agus & Fahrizqi, 2020, p. 164).

Dalam Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 pasal 20 ayat 2 dan 3 bahwa (1) Olahraga prestasi dilaksanakan melalui pembinaan dan pengembangan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi Keolahragaan. (2) Olahraga Prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan, dan potensi untuk mencapai prestasi. Salah satu olahraga prestasi di Indonesia yaitu Pencak Silat. Pencak silat merupakan salah satu cabang olahraga beladiri asli Indonesia.

Pencak silat adalah suatu metode beladiri yang diciptakan untuk mempertahankan diri dari bahaya yang dapat mengancam keselamatan jiwa dan kelangsungan hidup (Sampurna & Mahmud, 2020, p. 2). Individu yang

mengikuti olahraga pencak silat dilatih berbagai teknik beladiri seperti kuda-kuda, pola langkah, belaan atau tangkisan, hindaran, berbagai teknik serangan, dan tangkapan ataupun bantingan yang dimana tujuannya mengasah kemampuan beladiri untuk melindungi diri dari situasi yang membahayakan atau mengancam keselamatan.

Pencak silat pada hakikatnya merupakan substansi dan sarana pendidikan mental spiritual untuk membentuk manusia yang dapat mengamalkan ajaran falsafah budi pekerti luhur (Ananzar & Mistar, 2022, p. 10), namun pada kenyataannya unsur beladiri yang ada dalam Pencak Silat rawan untuk disalahgunakan. Beragam teknik yang telah dikuasai dapat digunakan untuk melakukan tindakan agresif kepada individu lain. Pendapat Akbar & Rizki (2021, p. 2) bahwa pada cabang pencak silat lebih dominan untuk aspek fisiologis. Pada aspek mental emosional untuk kategori tanding yang dominan adalah percaya diri, agresivitas, persepsi diri, dan kebutuhan berprestasi.

Seorang atlet pencak silat dididik untuk menjadi manusia yang memiliki budi pekerti luhur, menjadi pribadi yang jauh lebih baik dari sebelum mengikuti pencak silat dan sesudah menjadi anggota dari sebuah perguruan pencak silat. Sangat disayangkan apabila seorang anggota pencak silat malah membuat keributan di lingkungan masyarakat. Meskipun tidak dapat dipungkiri lagi bahwa dalam pencak silat sangat erat hubungannya dengan tindak kekerasan atau agresif. Seperti yang dijelaskan Dongoran, et al., (2021) bahwa cabang olahraga pencak silat kategori tanding memiliki tingkat

agresivitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan cabang olahraga pencak silat kategori seni (tunggal, ganda, regu). Atlet saat berlatih atau saat pertandingan memang membutuhkan sikap agresif untuk menunjukkan pertahanan dirinya.

Agresif pada situasi tertentu sangat diperlukan untuk dapat memenangkan pertandingan, apalagi dalam olahraga pencak silat, sangat membutuhkan atlet yang agresif. Husdarta (2017, p. 87) membedakan dua tindakan agresif yaitu tindakan agresif karena permusuhan atau “*hostile aggression*” dan tindakan *instrumental aggression*”. *Hostile aggression* yaitu perilaku agresif yang dimotivasi oleh keinginan untuk menyakiti seseorang, ditandai dengan emosi yang tinggi, dan tidak peduli dengan akibat perbuatannya. *Instrumental aggression* yaitu perilaku agresif yang digunakan sebagai sarana untuk mencapai tujuan lain, umumnya tidak disertai dengan emosi, dan kadang-kadang tidak ada hubungan pribadi antara pelaku dan korban.

Agresivitas adalah suatu tindakan yang diarahkan menuju tujuan merugikan atau melukai orang lain baik secara fisik atau psikis dalam pertandingan. Perilaku agresi dalam bentuk fisik atau psikis. Agresi dapat dilihat baik dan juga dapat dilihat sebagai hal buruk. Atlet yang agresif sangat diperlukan untuk dapat memenangkan pertandingan, tetapi sifat dan sikap agresif apabila tidak terkendali dapat menjurus pada tindakan-tindakan berbahaya, melukai lawan, melanggar peraturan, dan mengabaikan sportivitas (Tangkudung & Mylsidayu, 2017, p. 65). Menurut Myers (2012, p. 36)

agresivitas dapat berbentuk verbal dan nonverbal atau fisik. Bentuk dari agresivitas verbal seperti mengumpat, mengejek, membentak, menghina, mencaci, mencerca, atau memaki. Agresivitas nonverbal berupa serangan fisik seperti memukul, menendang, menampar, menusuk, mencubit dan menjambak. Bentuk-bentuk dari agresivitas nonverbal terdapat dalam teknik-teknik beladiri pada olahraga beladiri Pencak Silat.

Secara teoritis, agresi merupakan perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikis. Perilaku agresif (kekerasan) memang tidak bisa dihilangkan begitu saja dari kehidupan ini karena sudah menjadi salah satu fitrah manusia dan dapat berkembang karena adanya stimulus, baik melalui pengkondisian maupun *modelling* sebagai stimulusnya (Amaliasari & Zulfiana, 2019, p. 308). Agresifitas merupakan bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang, baik secara fisik maupun mental.

Agresivitas dapat terbentuk melalui proses belajar yaitu imitasi dan penguatan (*reinforcement*) (Laksana & Syafiq, 2021, p. 153). Remaja yang mengikuti olahraga beladiri Pencak Silat terbiasa melihat bagaimana orang lain dengan cara saling bertarung satu sama lain baik dalam sesi latihan maupun dalam kejuaraan. Perilaku agresivitas dapat terbentuk dengan cara mengamati perilaku agresif pada pertarungan dalam sesi latihan maupun pada kejuaraan. Illahi et al., (2018) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif antara lain kematangan emosi, kontrol diri, religiusitas, serta pengaruh media.

Salah satu faktor yang bisa dikendalikan untuk mengurangi kemungkinan kekerasan yaitu peningkatan pengendalian diri. Pengendalian diri yang teratur dapat menghasilkan regulasi diri yang baik, sehingga lebih mampu untuk memunculkan perilaku yang dianggap sesuai. *Self control* (kontrol diri) merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Rizal, 2018, p. 45). Kontrol diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Kontrol diri sebagai cara individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Zulfah, 2021, p. 28).

Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terjadi di lingkungan tempat tinggalnya (Sarbudin, et al., 2022, p. 31). Kontrol diri merupakan suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Hasil penelitian Laksana & Syafiq (2021) berjudul “Perilaku agresi pada anggota organisasi Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate” menunjukkan bahwa penyebab partisipan melakukan tindakan agresi karena

faktor situasional seperti adanya provokasi langsung, adanya stimulus berupa verbal dan non verbal yang menimbulkan respon negatif, pengaruh alkohol, pengukuhan positif dari lingkungan sekitar seperti ajakan untuk melakukan tindakan agresi dan faktor usia yaitu partisipan saat melakukan tindakan agresi masih berusia remaja. Selain itu, partisipan dalam melakukan tindakan agresi juga didasari karena upaya untuk melakukan perlakuan dan balas dendam.

Individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak *impulsive*, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko, dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah frustasi. Individu dalam karakteristik ini lebih mungkin terlibat dalam hal kriminal dan perbuatan menyimpang daripada yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi. Dari pemaparan di atas dapat diambil benang merah bahwa dunia persilatan memang kental sekali dengan tindak agresif karena memang norma yang berlaku seperti itu adanya. Tetapi tidak hanya secara fisik atau pencaknya saja yang dilatih akan tetapi dari segi mental, kerohanian, dan upanya untuk bisa mengontrol emosi juga ada dalam pencak silat.

Faktor lain yang mempengaruhi agresivitas yaitu kecerdasan emosi. Emosi merupakan akumulasi dari perasaan. Emosi digambarkan seperti setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, nafsu, serta setiap keadaan mental yang hebat dan meluap luap. Emosi juga dapat didefinisikan ke dalam beberapa bentuk seperti amarah, takut, sedih, cinta, malu, terkejut, dan jengkel. Kecerdasan emosi dapat dikatakan sebagai kemampuan diri sendiri untuk mengenali, memotivasi, mengelola emosi dalam hubungannya dengan orang

lain. Kecerdasan emosi merupakan sejumlah gambaran tentang *skill* yang berhubungan dengan kecakapan menilai emosi pada diri sendiri dan orang lain, mampu mengelola rasa dalam hal memotiviasi diri, membuat rencana, serta meraih tujuan hidup (Maitrianti, 2021, p. 291).

Kecerdasan emosi yang matang menjadikan seorang individu tersebut mampu mengendalikan diri sendiri serta memiliki daya tahan ketika menghadapi rintangan. Selain itu, individu akan mampu mengendalikan impuls dan tidak cepat merasa puas, mampu mengatur suasana hati, dan mampu mengelola kecemasan agar tidak mengganggu kemampuan berpikir. Individu juga mampu membina hubungan baik dengan orang lain, mudah mengendalikan emosi pada orang lain, dan penuh perhatian.

Kecerdasan emosi diperlukan agar seseorang atlet dalam menghadapi suatu masalah yang dapat menimbulkan tekanan, dapat mengendalikan emosi. Kecerdasan emosi akan membuat perbedaan dalam memberikan tanggapan terhadap konflik, ketidakpastian serta kecemasan. Kecerdasan emosional diperlukan untuk mengatasi masalah di dalam kehidupan dan optimis dalam menghadapi atau menyelesaikan masalah. Masalah yang dialami atlet saat akan menghadapi pertandingan salah satunya kecemasan, seseorang atlet yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi mempunyai kemampuan untuk menerima kelebihan dan kekurangan, mampu mengekspresikan perasaan dengan tepat, mampu memahami diri sendiri, serta mampu mengelola emosi dalam menghadapi suatu pertandingan (Komarudin & Rizqi, 2020, p. 2).

Hasil observasi awal pada bulan Juli 2024 dengan Bapak Irwan selaku pelatih IPSI Sentra Sleman, pelatih pencak silat memberikan saran-saran mengenai bagaimana seorang pendekar silat itu sebenarnya, tidak hanya secara fisik saja yang unggul, tetapi dalam mengontrol amarah dan emosi juga harus bisa. Apabila tidak mengenai prinsip, anggota silat juga diminta tidak terlalu mudah terprovokasi jika ada yang memancing amarah. Kenyataan saat bertanding atlet berperilaku emosional, mudah cemas, kurang dapat mengontrol dengan baik emosinya, selalu terburu-buru dalam bertindak dan tidak adanya kestabilan emosi dalam bertanding, dan mudah terprovokasi dengan lawan ataupun penonton.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih di IPSI Sentra Sleman menunjukkan bahwa aspek psikologis khusus kontrol diri dan kecerdasan emosional masih rendah, sehingga tingkat agresivitas atlet kurang dapat dikontrol dengan baik. Permasalahan lain ditemukan masih banyak atlet yang belum mampu dalam mengontrol emosinya pada saat latihan seperti mengenali emosi diri, mengelola emosi berempati, memotivasi diri sendiri, dan membina hubungan, hal itu masih terlihat saat melakukan latihan maupun pertandingan. Kecerdasan emosional juga didefinisikan sebagai kemampuan dalam merasakan dan memperoleh sebuah emosi yang berpengaruh meringankan kondisi pikiran, untuk mengendalikan emosi sesuai kebutuhan serta perkembangan pengetahuan (Fikry & Khairani, 2017). Individu dengan kecerdasan emosional tinggi mampu menghadapi kondisi stres, memiliki

kualitas hidup yang baik, serta mempunyai hubungan interpersonal yang positif (Rezvani & Khosravi, 2019).

Kecenderungan yang terjadi, seorang atlet akan menjadi lebih sensitif dan mudah terpancing emosinya untuk membalas ketika wajahnya sudah dipukul oleh lawannya. Emosi negatif juga dapat muncul apabila seorang atlet sudah tertinggal nilainya sejak awal pertandingan, apalagi jika atlet tersebut merasa bahwa serangan-serangan yang dilakukannya dianggap tidak masuk oleh wasit, sehingga tidak memberikan tambahan pada nilainya. Emosi negatif yang muncul pada seorang atlet ketika bertanding dapat mempengaruhi gerakan dan serangannya. Emosi dianggap mempengaruhi faktor kontrol diri pada diri atlet.

Atlet diharapkan dapat mengontrol emosi dan perilaku agar tidak melakukan pelanggaran saat sedang bertanding, karena hal tersebut dapat memberikan kerugian yang besar untuk diri sendiri. Pelatih juga menyatakan bahwa kontrol diri atlet masih kurang baik, atlet kurang mampu berpikir terlebih dahulu sebelum bertindak. Atlet kurang bisa mengambil keputusan dengan baik. Perilaku saling mengejek antar atlet juga masih sering terlihat, bahkan akibatnya sering terjadi pertengkaran antar atlet. Paparan di atas tentunya menarik untuk dikaji dan diteliti lebih dalam, oleh karena itu, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara Kontrol Diri dan Kecerdasan Emosional terhadap Agresivitas pada Atlet Pencak Silat di IPSI Sentra Sleman”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, ada beberapa hal yang dapat diidentifikasi dari permasalahan tersebut yaitu:

1. Saat bertanding atlet berperilaku emosional, mudah cemas, kurang dapat mengontrol dengan baik emosinya.
2. Kontrol diri atlet IPSI Sentra Sleman masih kurang baik.
3. Atlet kurang mampu berpikir terlebih dahulu sebelum bertindak.
4. Perilaku saling mengejek antar atlet juga masih sering terlihat.
5. Atlet memiliki kecerdasan emosional yang rendah.
6. Hubungan antara kontrol diri dan kecerdasan emosional dengan agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman belum diketahui.

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas jelas bahwa permasalahan yang terkait sangat luas, karena banyaknya masalah yang terkait dengan kecemasan menghadapi pertandingan, maka peneliti akan memfokuskan pada masalah yang berkaitan dengan hubungan antara kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman. Tindakan agresivitas dalam penelitian ini ditekankan pada *hostile aggression*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka yang menjadi masalah pokok yaitu:

1. Apakah ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman?

2. Apakah ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman?
3. Apakah ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian sesuai dengan permasalahan yang ada, untuk mengetahui:

1. Hubungan antara kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.
2. Hubungan antara kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.
3. Hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis sebagai berikut:

1. Secara teoritis
 - a. Secara teoritis, penelitian diharapkan dapat bermanfaat memberikan sumbangan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai hubungan antara kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.

b. Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dan menambah khasanah ilmu pengetahuan Psikologi, sekaligus bisa dijadikan sebagai acuan tambahan untuk penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Hasil penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang ilmu yang telah dipelajari selama studi dan pengalaman penulis dalam bidang kepelatihan.
- b. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi maupun saran bagi atlet yang membutuhkan cara untuk mengatasi agresivitas yang baik dan benar.
- c. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi, pembanding, dan acuan untuk penelitian selanjutnya dengan menambah wawasan atau variabel lain, sehingga berguna untuk para atlet yang membutuhkan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pencak Silat

Salah satu olahraga yang mencirikhaskan Negara Indonesia adalah olahraga beladiri pencak silat. Walaupun di Negara lain juga memiliki olahraga beladiri masing-masing, akan tetapi beladiri pencak silat merupakan salah satu olahraga beladiri asli Indonesia yang berasal dari tanah melayu dan dipercaya sudah ada sejak zaman pra sejarah. Hal itu dikarenakan dengan silat inilah bisa mempertahankan hidup dikerasnya kehidupan rimba (Saputro & Siswantoyo, 2018, p. 2). Ditinjau dari segi harfiahnya, pencak silat berasal dari kata pencak dan silat. Pencak berarti, p. gerak dasar bela diri yang terikat pada peraturan dan digunakan dalam belajar, latihan dan pertunjukan. Silat berarti: gerak bela diri yang sempurna, yang bersumber pada kerohanian yang suci murni, guna keselamatan diri/kesejahteraan dan untuk menghindarkan diri dari bahaya.

Pencak Silat diperkirakan menyebar di kepulauan nusantara semenjak abad ke-7 Masehi, akan tetapi asal mulanya belum dapat dipastikan. Asal mula ilmu bela diri di nusantara ini kemungkinan berkembang dari keterampilan suku-suku asli Indonesia dalam berburu dan berperang dengan menggunakan parang, perisai, dan tombak, misalnya seperti dalam tradisi suku Nias yang hingga abad ke-20 relatif tidak tersentuh pengaruh luar. Tradisi silat diturunkan secara lisan dan

menyebar dari mulut ke mulut, diajarkan dari guru ke murid, sehingga catatan tertulis mengenai asal mula silat sulit ditemukan. Sejarah silat dikisahkan melalui legenda yang beragam dari satu daerah ke daerah lain. Legenda Minangkabau, silat (bahasa Minangkabau: silek) diciptakan oleh Datuk Suri Diraja dari Pariangan, Tanah Datar di kaki Gunung Marapipada abad ke-11. Kemudian silek dibawa dan dikembangkan oleh para perantau Minang ke seluruh Asia Tenggara (Sampurna & Mahmud, 2020, p. 2).

Pencak silat merupakan olahraga yang cukup populer di Indonesia. Pencak silat berarti permainan (keahlian dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang, dan membela diri, baik dengan atau tanpa senjata (Irianto & Lumintuарso, 2020, p. 11). Seiring berjalannya waktu, semakin banyak para ahli yang mendefinisikan pencak dan silat hingga akhirnya definisi pencak dan silat tersebut dijadikan satu. Penggunaan kata/istilah pencak silat baru digunakan setelah seminar pencak silat di Tugu (Kedu) tahun 1973. Hal ini diakukan karena menurut para tokoh pendiri IPSI memiliki makna yang sama, selain itu juga untuk mempersatukan perguruan pencak dan perguruan silat yang ada saat itu (Pratama & Trilaksana, 2018, p. 109).

Pencak silat merupakan bagian dari kebudayaan bangsa Indonesia yang berkembang sejak berabad-abad yang lalu. Dengan berbagai situasi geografis dan etnologis serta perkembangan zaman yang dialami oleh bangsa Indonesia, pencak silat hadir sebagai budaya dan metode membela

diri dan menjadi kearifan lokal bagi pengusung budaya tersebut. Berkelahi dengan menggunakan teknik pertahanan diri (pencak silat) ialah seni bela diri Asia yang berakar dari budaya Melayu. Seni bela diri ini secara luas dikenal di Indonesia, Malaysia, Brunei, dan Singapura (Ediyono & Widodo, 2019, p. 3).

Ediyono & Widodo (2019, p. 3) menyatakan bahwa secara historis, pencak silat merupakan sebuah keterampilan beladiri yang difungsikan sesuai dengan kebutuhan pelakunya dalam menghadapi berbagai tantangan, terutama yang berasal dari alam, binatang, dan manusia. Hal ini menjadi indikasi mengapa jurus-jurus dalam pencak silat sering menirukan gerakan binatang (jurus harimau terbang, ular mematuk, monyet). Pencak silat merupakan salah satu bukti bahwa Indonesia memiliki banyak budaya, pencak silat pencak silat merupakan warisan budaya yang telah diakui. Pencak silat adalah suatu budaya nenek moyang bangsa Indonesia yang perlu dilestarikan dan disebarluaskan keberadaanya. Pencak silat merupakan sistem pembelaan diri yang memiliki gerakan-gerakan yang unit melibatkan semua komponen tubuh manusia (Sinulingga, et al., 2022, p. 119).

Pencak silat adalah warisan nenek moyang bangsa Indonesia. Perkembangan bela diri pencak silat di Indonesia sudah sangat berkembang pesat, penyebaran pencak silat sudah mencakup seluruh daerah. Pencak silat adalah olahraga yang terdiri atas sikap (posisi) dan gerak-gerik (pergerakan). Gerakan dasar pencak silat adalah suatu gerakan

terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali. Dalam pertandingan pencak silat teknik-teknik dasar tidak semua digunakan dan dimainkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan kategori yang dipertandingkan. Kategori tersebut adalah kategori tanding, tunggal, ganda dan regu (Liskustyawati, et al., 2019, p. 308).

Khairi, et al., (2022, p. 19) menyatakan istilah pencak silat, berasal dari kata Pencak yang artinya seni bela diri yang bergerak dalam bentuk menari dan irama dengan aturan. Silat adalah esensi dari pencak untuk bertarung secara defensif atau membela diri dari musuh. Pencak Silat sebagai kinerja (keterampilan) pertahanan diri yang mempekerjakan kemampuan untuk membela diri, menangkis serangan dan akhirnya menyerang musuh, dengan atau tanpa senjata. Notosoejitno (2018, p. 59), mengatakan bahwa pencak silat dikategorikan menjadi beberapa, yaitu:

- a. Pencak Silat Seni, yang keseluruhan teknik dan jurusnya merupakan modifikasi dari teknik dan jurus pencak silat beladiri sesuai dengan kaidah-kaidah estetika dan penggunaannya bertujuan untuk menampilkan keindahan pencak silat.
- b. Pencak Silat Mental Spiritual, cabang pencak silat yang keseluruhan teknik dan jurusnya merupakan modifikasi dari teknik dan penggunaannya bertujuan untuk menggambarkan dan sekaligus juga menanamkan ajaran falsafah pencak silat.
- c. Pencak Silat Olahraga, adalah cabang pencak silat yang keseluruhannya teknik dan jurusnya merupakan modifikasi dari teknik

dan jurus pencak silat beladiri dan penggunaanya bertujuan untuk menciptakan serta memelihara kebugaran dan ketangkasan jasmani maupun prestasi olahraga.

- d. Pencak Silat Beladiri, cabang pencak silat yang tujuan penggunaan keseluruhan teknik dan jurusnya adalah untuk mempertahankan atau membela diri.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa Pencak Silat adalah sebuah cabang olahraga tradisional, warisan budaya luhur bangsa Indonesia dan merupakan sistem bela diri yang mempunyai empat nilai, yaitu: etis, teknis, estetis, dan atletis.

2. Kontrol Diri

a. Pengertian Kontrol Diri

Self control (kontrol diri) merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Rizal, 2018, p. 45). Kontrol diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Kontrol diri sebagai cara individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Zulfah, 2021, p. 28).

Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terjadi di

lingkungan tempat tinggalnya (Sarbudin, et al., 2022, p. 31). Para ahli berpendapat bahwa selain dapat mereduksi efek-efek yang negatif dari stresor-stresor lingkungan, kontrol diri juga dapat digunakan sebagai suatu intervensi intervensi yang bersifat pencegahan. Kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatakan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (Zahri & Savira, 2018, p. 2).

Konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif. Kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh (*integrative*) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya (Fachrurrozi & Ibrahim, 2018, p. 2).

Ahmad (2022, p. 3) menyatakan kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor perilaku sesuai situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan

mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain dan menutupi perasaannya.

Kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan mengatasi berbagai hal yang merugikan, yang mungkin terjadi yang berasal dari luar. Dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara kontinu. Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang (Pratidina & Marheni, 2019, p. 58).

Setiap orang membutuhkan pengendalian diri, begitu juga para remaja. Namun kebanyakan dari mereka belum mampu mengontrol dirinya, karena belum mempunyai pengalaman yang memadai untuk dirinya. Individu akan sangat peka karena pertumbuhan fisik dan seksual yang berlangsung dengan cepat. Sebagai akibat dari pertumbuhan fisik dan seksual tersebut, terjadi keguncangan dan keimbangan dalam dirinya terutama dalam pergaulan terhadap lawan jenis. Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan suatu pengendalian tingkah laku seseorang

yang cenderung bertindak positif dalam berpikir. Maksud dari pengendalian tingkah laku disini ialah melakukan berbagai pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak agar sesuai atau nyaman dengan orang lain.

b. Jenis dan Aspek Kontrol Diri

Ghufron & Risnawita (2016, p. 29) menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*Behavior control*), kontrol kognitif (*Cognitive control*) dan mengontrol keputusan (*decesional control*).

1) Kontrol Perilaku (*Behavioral Control*)

Merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal, kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu

mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

2) Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif.

3) Kontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya, kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai

kemungkinan tindakan. Ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu *over control, under control, dan appropriate control*. *Over Control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. *Under Control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. *Appropriate Control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

Lebih lanjut Ghufron & Risnawita (2016, p. 30) menjelaskan ada tiga jenis dari kontrol diri, yaitu: (1) *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu tersebut banyak menahan diri beraksi terhadap stimulus. (2) *Under control* merupakan kecenderungan individu untuk melepaskan implus dengan bebas tanpa perhitungan yang matang. (3) *Appropriate control* merupakan pengendalian individu dalam upaya pengendalian implus secara tepat.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka kontrol diri dapat diartikan sebagai kemampuan seorang individu untuk memproses informasi atau stimulus yang diperoleh agar bisa menekan perilaku impulsifnya, dengan cara mengontrol kognitif yang ditunjukkan dengan, dapat berfikir secara positif, jernih, dan objektif meskipun dalam keadaan emosi atau marah, berfikir terlebih dahulu sebelum

berbicara ataupun bertindak. Kontrol perilaku (*behavior*) yang ditunjukkan dengan cara bahwa individu tidak mudah dendam dengan orang lain, melampiaskan amarah dan kekecewaan pada hal yang lebih positif (menulis, tidur, makan, jalan-jalan, mendengarkan musik) atau diam. Pengambilan keputusan ditandai dengan tidak mudah dilema saat dihadapkan pada sebuah permasalahan dan pilihan, cenderung untuk lebih memilih mengambil keputusannya sendiri daripada berdiskusi dengan orang lain.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ghufron & Risnawita (2016, p. 32) secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari:

1) Faktor internal

Faktor internal dari kontrol diri yaitu kontrol diri berkembang secara unik pada masing-masing individu. Dalam hal ini ada tiga sistem yang mempengaruhi perkembangan kontrol diri, yaitu: pertama, hirarki dasar biologi yang telah terorganisasi dan disusun melalui pengalaman evolusi. Kedua, faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Usia seseorang mempengaruhi kontrol diri. Seiring dengan bertambahnya usia seseorang, maka kemampuan mengontrol diri akan meningkat. Ketiga, kontrol diri dipengaruhi oleh kontrol emosi. Kontrol emosi yang sehat dapat

diperoleh jika remaja memiliki kekuatan ego, yaitu kemampuan untuk menahan diri dari luapan emosi.

2) Faktor eksternal

Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orangtua menerapkan disiplin kepada anaknya sikap disiplin secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsisten ini akan diinternalisasi oleh anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

3. Kecerdasan Emosi

a. Pengertian Emosi

Kata emosi berasal dari bahasa latin, yaitu “*emovere*”, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat

tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis (Lubis, 2018, p. 237).

Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, karena emosi dapat merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan, tapi juga dapat mengganggu perilaku intensional manusia. Emosi terbagi atas: *desire* (hasrat), *hate* (benci), *sorrow* (sedih/duka), *wonder* (heran), *love* (cinta) dan *joy* (kegembiraan). tiga macam emosi, yaitu: *fear* (ketakutan), *rage* (kemarahan), *love* (cinta) (Septyani, et al., 2021, p. 6).

Goleman (2017, p. 413) mengemukakan beberapa macam emosi yang tidak berbeda jauh dengan kedua tokoh di atas, yaitu:

- 1) Amarah: beringas, mengamuk, benci, jengkel, kesal hati
- 2) Kesedihan: pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihi diri, putus asa
- 3) Rasa takut: cemas, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada, tidak tenang, ngeri
- 4) Kenikmatan: bahagia, gembira, riang, puas, riang, senang, terhibur, bangga
- 5) Cinta: penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kemesraan, kasih
- 6) Terkejut: terkesiap, terkejut.
- 7) Jengkel: hina, jijik, muak, mual, tidak suka malu, malu hati, kesal.

Orang cenderung menganut gaya-gaya khas dalam menangani dan mengatasi emosi, yaitu: sadar diri, tenggelam dalam permasalahan, dan pasrah. Dengan melihat keadaan itu, maka penting bagi setiap individu memiliki kecerdasan emosional agar menjadikan hidup lebih bermakna dan tidak menjadikan hidup yang dijalani menjadi sia-sia

(Munte & Samosir, 2019, p. 165). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan (afek) yang mendorong individu untuk merespon atau bertingkah laku terhadap stimulus, baik yang berasal dari dalam maupun dari luar dirinya.

b. Pengertian Kecerdasan Emosional

Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan (Nurjamil, et al., 2021, p. 100). Kecerdasan emosional atau yang sering disebut “*Emotional Quotient (EQ)*” yaitu himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan (Sabrun, 2021, p. 103)

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional. Keterampilan EQ bukanlah lawan keterampilan IQ atau keterampilan kognitif, namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Selain itu, EQ tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan (Hasmara, 2022, p. 34).

Sebuah model pelopor lain tentang kecerdasan emosional diajukan oleh Bar-On pada tahun 1992 seorang ahli psikologi Israel, yang mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tututan dan tekanan lingkungan (Goleman, 2017, p. 180). Gardner (dalam Hartika & Mariana, 2019, p. 57) menyatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spektrum kecerdasan yang lebar dengan tujuh varietas utama yaitu linguistik, matematika/logika, spasial, kinestetik, musik, interpersonal dan intrapersonal. Kecerdasan ini dinamakan oleh Gardner sebagai kecerdasan pribadi yang oleh Daniel Goleman disebut sebagai kecerdasan emosional.

Kecerdasan pribadi terdiri atas kecerdasan antar pribadi yaitu kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi, bagaimana bekerja, bagaimana bekerja bahu membahu dengan kecerdasan. Kecerdasan intra pribadi adalah kemampuan yang korelatif, tetapi terarah ke dalam diri. Kemampuan tersebut adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta kemampuan untuk menggunakan modal tadi sebagai alat untuk menempuh kehidupan secara efektif (Goleman, 2017, p. 152).

Dalam rumusan lain, Gardner menyatakan bahwa inti kecerdasan antar pribadi itu mencakup kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, temperamen, motivasi dan hasrat orang lain. Dalam kecerdasan antar pribadi yang merupakan kunci menuju pengetahuan diri, ia mencantumkan “akses menuju perasaan-perasaan diri seseorang dan kemampuan untuk membedakan perasaan-perasaan tersebut serta memanfaatkannya untuk menuntun tingkah laku (Goleman, 2017, p. 153).

Berdasarkan kecerdasan yang dinyatakan oleh Gardner, Goleman (2017, p. 155) memilih kecerdasan interpersonal untuk dijadikan sebagai dasar untuk mengungkap kecerdasan emosional pada diri individu. Menurutnya kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain. Goleman (2017, p. 168) menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali emosi diri,

mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

c. Faktor Kecerdasan Emosional

Goleman (2017, p. 58-59) menempatkan kecerdasan pribadi Gardner dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicetuskannya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi lima kemampuan utama, yaitu:

1) Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi (Goleman, 2017, p. 77). Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang ditimbulkannya serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan (Goleman, 2017, p. 78).

2) Memotivasi Diri Sendiri

Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri

terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusianisme, gairah, optimis, dan keyakinan diri.

3) Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Goleman (2017, p. 57) menyatakan bahwa kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain, sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain. Orang-orang yang mampu membaca perasaan dan isyarat non verbal lebih mampu menyesuaikan diri secara emosional, lebih populer, lebih mudah beraul, dan lebih peka. Anak-anak yang tidak mampu membaca atau mengungkapkan emosi dengan baik akan terus menerus merasa frustasi. Seseorang yang mampu membaca emosi orang lain juga memiliki kesadaran diri yang tinggi. Semakin mampu terbuka pada emosinya sendiri, mampu mengenal dan mengakui emosinya sendiri, maka orang tersebut mempunyai kemampuan untuk membaca perasaan orang lain (Goleman, 2017, p. 136).

4) Membina Hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi (Goleman, 2017, p. 159). Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkannya dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain. Orang-orang yang hebat dalam keterampilan membina hubungan ini akan sukses dalam bidang apapun. Orang berhasil dalam pergaulan karena mampu berkomunikasi dengan lancar pada orang lain. Orang-orang ini populer dalam lingkungannya dan menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuannya berkomunikasi. Ramah tamah, baik hati, hormat dan disukai orang lain dapat dijadikan petunjuk positif bagaimana siswa mampu membina hubungan dengan orang lain. Sejauhmana kepribadian siswa berkembang dilihat dari banyaknya hubungan interpersonal yang dilakukannya (Goleman, 2017, p. 59).

Maitrianti (2022, p. 293) menyatakan bahwa indikator kecerdasan emosional sebagai berikut:

- 1) Mampu memotivasi diri sendiri.
- 2) Mampu bertahan menghadapi frustasi.
- 3) Lebih cakap untuk menjalankan jaringan verbal/nonverbal (memiliki tiga variasi yaitu jaringan komunikasi, jaringan keahlian, dan jaringan kepercayaan).
- 4) Mampu mengendalikan dorongan lain.

- 5) Cukup luwes untuk menemukan cara/alternatif agar sasaran tetap tercapai atau untuk mengubah sasaran jika sasaran semula sulit dijangkau.
- 6) Tetap memiliki kepercayaan yang tinggi bahwa segala sesuatu akan beres ketika menghadapi tahap sulit.
- 7) Memiliki empati yang tinggi.
- 8) Mempunyai keberanian untuk memecah tugas yang berat menjadi tugas kecil yang mudah ditangani.
- 9) Merasa cukup banyak akal untuk menemukan cara dalam meraih tujuan.

Febrianti & Rachmawati (2018) menyatakan bahwa indikator kecerdasan emosional yaitu:

- 1) Mengenali emosi diri, yaitu kesadaran diri untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi.
- 2) Mengelola emosi, yaitu kemampuan sewaktu perasaannya dengan pas pada objek yang tepat.
- 3) Mengelola dan mengekspresikan emosi.
- 4) Motivasi dan memahami diri sendiri. Memotivasi, menguasai, dan menahan diri, tidak cepat merasa puas, mengendalikan dorongan hati serta kemampuan bereaksi adalah hal yang sangat penting. Orang yang memiliki keterampilan cenderung lebih produktif dalam berbagai hal yang mereka kerjakan.
- 5) Mengenal emosi orang lain, yaitu merupakan keterampilan bergaul, karena memiliki empati. Orang yang empati kelebih mampu mengkaji sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa yang dibutuhkan orang lain.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa komponen-komponen utama dan prinsip-prinsip dasar dari kecerdasan emosional sebagai faktor untuk mengembangkan instrumen kecerdasan emosional. Faktor-faktor tersebut di antaranya mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang, lain, membina hubungan.

4. Agresivitas

a. Definisi Agresivitas

Dewasa ini sering dijumpai suatu tindakan-tindakan yang kurang terpuji dari berbagai kalangan olahraga. Agresivitas adalah perilaku yang memiliki maksud untuk menyakiti seseorang baik secara fisik atau verbal. Agresivitas adalah sebuah perilaku yang berhubungan, dari mengamuk hingga melakukan tindakan kejahatan, termasuk marah, permusuhan, gampang marah dan impulsif. Agresivitas merupakan perilaku yang memiliki maksud dapat merugikan atau melukai orang lain. Agresivitas akan memunculkan perilaku antisosial, yang menyebabkan kerugian secara fisik atau mental, kerusakan barang atau hilang dan kemungkinan bisa menjurus ke arah yang kriminal dengan melanggar hukum (Annisavity, 2017, p. 3).

Agresivitas diartikan sebagai sebuah serangan, tindakan yang merugikan, aktivitas yang tidak sopan, permusuhan atau sikap mental yang dapat merusak. Agresivitas adalah perilaku yang menimbulkan kerugian, kerusakan atau mengalahkan orang lain. Agresivitas memberikan stimulus aversif dari satu orang ke yang lainnya, dengan maksud melukai dan berekspektasi setelah melukai membuat orang lain termotivasi untuk lolos atau menghindari stimulus (Malau, et al., 2022, p. 264).

Tangkudung & Mylsidayu (2017, p. 65) menyatakan agresivitas adalah suatu tindakan yang diarahkan menuju tujuan merugikan atau melukai orang lain baik secara fisik atau psikis dalam pertandingan. Perilaku agresi dalam bentuk fisik atau psikis. Agresi dapat dilihat baik dan juga dapat dilihat sebagai hal buruk. Atlet agresif sangat diperlukan untuk dapat memenangkan pertandingan, seperti dalam olahraga tetapi sifat dan sikap agresif apabila tidak terkendali dapat menjurus pada tindakan-tindakan berbahaya, melukai lawan, melanggar peraturan, dan mengabaikan sportivitas. Biasanya agresi muncul terkait dengan amarah, benci, iri/cemburu, dendam, dan fanatisme. Kriteria agresi ada empat yakni biasanya agresi berupa perilaku, melibatkan kerugian/cedera, sasaran adalah orang lain, dan mempunyai maksud tertentu.

Agresivitas yaitu perilaku diarahkan pada orang lain yang dilakukan saat itu dengan maksud untuk melukai. Sebagai tambahan pelaku mempercayai kalau perlakunya akan melukai target dan si target menjadi termotivasi untuk menghindari perilaku tersebut. Agresi merupakan tingkah laku kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain atau terhadap objek-objek. Pendapat Ferdiansa & Neviyarni (2020, p. 8) agresi adalah tingkah laku kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain atau terhadap objek. Agresi secara fisik meliputi kekerasan yang dilakukan secara fisik, seperti memukul, menampar, menendang dan lain sebagainya. Selain

itu agresi secara verbal adalah penggunaan kata-kata kasar seperti bodoh.

Perilaku agresi adalah suatu perilaku yang dilakukan untuk menyakiti, mengancam atau membahayakan individu-individu atau objek-objek yang menjadi sasaran perilaku tersebut baik (secara fisik atau verbal) dan langsung atau tidak langsung (Handoko & Ali, 2021, p. 34). Menurut Atkinson (2008), perilaku agresi adalah perilaku yang dimaksudkan untuk melukai orang lain atau merusak harta benda. Agresi adalah suatu reaksi terhadap frustrasi atau ketidakmampuan memuaskan kebutuhan-kebutuhan psikologis dasar dan bukan naluri. Secara umum para ahli yang menulis mengenai masalah agresi yang berorientasi penelitian mengartikan agresi sebagai segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa agresivitas adalah perilaku yang memiliki maksud untuk melukai dan menyakiti orang lain, baik secara fisik atau verbal sehingga menyebabkan kerugian dan kerusakan, bahkan dapat memunculkan perilaku antisosial.

b. Bentuk-bentuk Agresivitas

Badriyah (2018, p. 14) mengklasifikasikan perilaku agresif terdiri dari perilaku agresif secara fisik atau verbal, secara aktif atau pasif, secara langsung maupun tidak langsung. Tiga klasifikasi tersebut

masing-masing saling berinteraksi, sehingga menghasilkan 8 bentuk perilaku agresif, yaitu;

- 1) Agresivitas fisik aktif yang dilakukan secara langsung misalnya menusuk, memukul, mencubit.
- 2) Agresivitas fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung misalnya menjebak untuk mencelakakan orang lain.
- 3) Agresivitas fisik pasif yang dilakukan secara langsung misalnya memberikan jalan untuk orang lain.
- 4) Agresivitas fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung misalnya menolak melakukan sesuatu.
- 5) Agresivitas verbal aktif secara langsung misalnya mencaci maki orang lain menusuk, memukul.
- 6) Agresivitas verbal aktif yang dilakukan secara tidak langsung misalnya menyebarluaskan gosip yang tidak benar kepada orang lain.
- 7) Agresivitas verbal pasif yang dilakukan secara langsung misalnya tidak mau berbicara pada orang lain.
- 8) Agresivitas verbal pasif fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung misalnya diam saja meskipun tidak setuju.

Buss & Perry (1992, p. 452) mengelompokkan agresivitas ke dalam empat bentuk agresi, yaitu:

1) Agresi fisik

Merupakan komponen perilaku motorik, seperti melukai dan menyakiti orang secara fisik. Contohnya, terjadinya perkelahian antar pelajar yang mengakibatkan beberapa orang terluka parah.

2) Agresi verbal

Merupakan komponen motorik, seperti melukai dan menyakiti orang lain dengan menggunakan verbal/perkataan. Misalnya seperti mencaci maki, berkata kasar, berdebat, menunjukkan ketidaksukaan atau ketidaksetujuan, menyebarluaskan gosip, dan lain-

lain. Contohnya, beberapa siswa yang saling mengejek satu sama lainnya dengan ejekan yang menyakitkan.

3) Agresi marah

Merupakan emosi atau afektif, seperti munculnya kesiapan psikologis untuk bertindak agresif. Misalnya kesal, hilang kesabaran dan tidak mampu mengontrol rasa marah. Contohnya, seseorang akan kesal kalau dituduh melakukan kejahatan yang tidak pernah dilakukannya.

4) Sikap permusuhan

Melibuti komponen kognitif, seperti benci dan curiga pada orang lain, iri hati dan merasa tidak adil dalam kehidupan. Contohnya, seseorang sering merasa curiga terhadap orang lain, yang dikiranya menaruh dendam pada dirinya, padahal orang lain tersebut tidak dendam terhadapnya.

Selanjutnya Tangkudung & Mylsidayu (2017, p. 68) menjelaskan macam-macam agresivitas, yaitu:

1) *Hostile aggression*

Hostile aggression adalah tindakan agresif yang disertai permusuhan dan dilakukan dengan perasaan marah dan bermaksud melukai/mencederaidan menyakiti orang lain atau lawan bertanding, contoh fisik pemain sepakbola yang men-tackle lawannya dengan sengaja, contoh psikis pemain mengucapkan kalimat/kata kotor kepada lawannya. Meskipun banyak atlet dan

pelatih masih percaya bahwa agresi di lapangan mengarah pada kinerja yang lebih baik, penelitian tidak mendukung kepercayaan ini. Sebab, *hostile aggression* dapat menciptakan kemarahan dan arousal yang mengganggu perhatian dan performa/penampilan (Gill, et al., 2017, p. 228).

2) *Instrumental aggression*

Instrumental aggression adalah perilaku agresif yang dijadikan sebagai alat untuk memenangkan pertandingan tanpa bermaksud melukai orang lain atau teman bertanding dan tidak melanggar peraturan pertandingan yang bertujuan untuk memperoleh kemenangan, uang, dan *prestise*. Contoh fisiknya pemain bola basket yang melakukan *pivot* dan sikunya mengenai lawan yang mencoba merebut bola, contoh psikisnya mengganggu pemain yang melakukan *free throw* dengan kalimat “*no point*.”

Kebanyakan agresivitas dalam olahraga adalah *instrumental aggression*, berikut contoh lainnya: (1) Pada olahraga gulat, meremas bagian tulang rusuk lawan untuk menciptakan ketidaknyamanan dan menjatuhkannya, dan (2) seorang pelatih basket yang memanggil atau meminta *time out* ketika lawan pada daerah yang menguntungkan, hal ini dilakukan sebagai upaya yang menyebabkan ketidaknyamanan psikologis (kecemasan tim yang tinggi) dan kinerja yang buruk. Intinya, perbedaan antara *hostile aggression* dan *instrumental aggression* adalah terletak pada peraturan. *Hostile*

aggression merupakan tindakan menyakiti lawan secara fisik atau psikis yang melanggar peraturan, sedangkan *instrumental aggression* menyakiti lawan secara fisik dan psikis tetapi masih dalam batas-batas kewajaran dan tidak melanggar baik peraturan permainan maupun pertandingan (Tangkudung & Mylsidayu, 2017, p. 68). Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa bentuk dari perilaku agresif itu diklasifikasikan menjadi empat yaitu: 1) agresi fisik, 2) agresi verbal, 3) agresi marah, dan 4) sikap permusuhan.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif

Menurut Taylor, et al., (2009, p. 27) munculnya perilaku agresif berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadi dalam diri seseorang. Rasa marah dapat muncul dengan sebab-sebab sebagai berikut:

- 1) Adanya serangan dari orang lain. Misalnya ketika tiba-tiba seseorang menyerang dan mengejek dengan perkataan yang menyakitkan. Hal ini dapat secara refleks menimbulkan sikap agresi terhadap lawan.
- 2) Terjadinya frustrasi dalam diri seseorang. Frustrasi adalah gangguan atau kegagalan dalam mencapai tujuan. Salah satu prinsip dalam psikologi, orang yang mengalami frustrasi akan cenderung membangkitkan perasaan agresifnya. Keadaan tersebut bisa saja terjadi karena manusia tidak mampu menahan suatu penderitaan yang menimpa dirinya.

- 3) Ekspektasi pembalasan atau motivasi untuk balas dendam. Intinya jika seseorang yang marah mampu untuk melakukan balas dendam, maka rasa kemarahan itu akan semakin besar dan kemungkinan untuk melakukan agresi juga bertambah besar. Kemarahan itu disebabkan karena kontrol keputusan yang rendah, sehingga seseorang gagal menafsirkan peristiwa dan tidak mampu memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.
- 4) Kompetensi. Agresi yang tidak berkaitan dengan keadaan emosional, tetapi mungkin muncul secara tidak sengaja dari situasi yang melahirkan suatu kompetensi. Secara khusus merujuk pada situasi kompetitif yang sering memicu pola kemarahan, pembantahan dan agresi yang tidak jarang bersifat destruktif.

Dayakisni & Hudainah (2018, p. 29) menjelaskan faktor-faktor mengenai agresivitas, diantaranya adalah:

- 1) Provokasi bisa mencetuskan agresi karena provokasi itu oleh pelaku agresi dilihat sebagai ancaman yang harus dihadapi dengan respon agresif untuk meniadakan bahaya yang diisyaratkan oleh ancaman itu.
- 2) Deindividuasi mengarahkan seseorang pada keleluasaan dalam melaksanakan tingkah laku agresi, sehingga agresi yang dilakukan lebih intens. Khususnya efek dari penggunaan teknik-teknik dan senjata modern yang membuat tindakan agresi sebagai tindakan non-emosional sehingga agresi yang dilakukannya lebih intens.

- 3) Kekuasaan dan kepatuhan. Peranan kekuasaan sebagai pengarah kemunculan agresi tidak dapat dipisahkan dari salah satu aspek penunjang kekuasaan itu, yakni kepatuhan. Bahkan kepatuhan itu sendiri diduga memiliki pengaruh yang kuat terhadap kecenderungan dan pengaruh agresi yang kuat.
- 4) Pengaruh obat-obatan terlarang (*Drug Effect*). Banyak terjadinya perilaku agresi dikaitkan pada mereka yang mengkonsumsi alkohol. Menurut penelitian Phill dan Ross mengkonsumsi alkohol dalam dosis yang tinggi meningkatkan kemungkinan respon agresi ketika seseorang diprovokasi.

Dari teori-teori yang sudah dijelaskan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa agresivitas bisa tampak secara nyata dan langsung, tindakan kekerasan atau perilaku agresif itu bisa dilakukan secara fisik (memukul, mencubit, menendang, membakar, merusak, membunuh) dan verbal (mengejek, mencela, mengumpat, membentak, membicarakan keburukan orang lain) dengan tujuan untuk menyakiti atau merugikan orang lain, atau merusak obyek lain.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Penelitian Relevan

Penulis	Judul	Topik	Metode/Subjek /Analisis Data	Hasil Penelitian
Dongoran, et al., (2021)	Analisis tingkat kecemasan dan agresivitas atlet olahraga beladiri PON Papua	mengetahui tingkat psikologis kecemasan dan agresivitas atlet PON Provinsi Papua	Metode kuantitatif Atlet PON Papua Deskriptif	tingkat kecemasan pada tingkat sedang jumlah skor rerata 37.73 dengan frekuensi sebanyak 36 atlet dengan dimensi paling tinggi kecemasan kognitif. Begitupun pada tingkat agresivitas pada tingkat sedang dengan jumlah skor rerata 78.7 dengan dimensi paling tinggi agresi verbal
Rosalinda & Satwika (2019)	Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresi verbal pada siswa kelas X SMK "X" Gresik	mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresi verbal pada siswa kelas X SMK "X" Gresik	Metode kuantitatif siswa kelas X SMK "X" Gresik Korelasi	tingkat keeratan hubungan berada pada kategori sedang. Memiliki arah hubungan negatif, artinya apabila kontrol diri yang dimiliki tinggi maka perilaku agresi verbal siswa terebut rendah, begitu sebaliknya
Mahayana (2019)	Perbedaan Agresivitas Remaja yang Mengikuti Olahraga Beladiri Pencak Silat dan yang tidak mengikuti Olahraga Beladiri Pencak Silat ditinjau dari Efikasi Diri di Denpasar	perbedaan agresivitas remaja yang mengikuti olahraga beladiri Pencak Silat dan remaja yang tidak mengikuti olahraga beladiri Pencak Silat ditinjau dari efikasi diri	Metode kuantitatif Atlet pencak silat Denpasar Analisis kovarian	keikutsertaan dalam olahraga beladiri Pencak Silat dan efikasi diri remaja memberikan kontribusi terhadap dorongan agresivitas pada diri remaja
Cahyaninggrat (2022)	Peran Kecerdasan Emosi dan <i>Self-Determined Motivation</i> terhadap Agresivitas Atlet Bela Diri	adanya peran dari kecerdasan emosi dan <i>self-determined motivation</i> pada atlet bela diri terhadap agresivitas	Metode kuantitatif Atlet beladiri Regresi linear berganda	agresivitas dapat diprediksi oleh kecerdasan emosi dan <i>self-determined motivation</i>
Mahayana &	Perbedaan	melihat perbedaan	Metode kuantitatif	keikutsertaan dalam olahraga beladiri Pencak

Supriyadi (2019)	agresivitas remaja yang mengikuti olahraga beladiri pencak silat dan yang tidak mengikuti olahraga beladiri pencak silat ditinjau dari efikasi diri di Denpasar	agresivitas remaja yang mengikuti olahraga beladiri Pencak Silat dan remaja yang tidak mengikuti olahraga beladiri Pencak Silat ditinjau dari efikasi diri	Atlet beladiri Analisis kovarian	Silat dan efikasi diri remaja memberikan kontribusi terhadap dorongan agresivitas pada diri remaja
Setiawan (2023)	Hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresivitas pada atlet karate	Mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresivitas pada atlet karate	Metode kuantitatif atlet karate di Kabupaten Semarang Uji Korelasi	terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara kecerdasan emosi dan agresivitas pada atlet karate
Mohamad (2018)	Pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate di Madiun	Mengetahui pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas	Metode kuantitatif atlet pencak silat Uji Korelasi	regulasi diri hanya mempengaruhi Agresivitas sebesar 7,8% terhadap Agresivitas dengan hasil signifikansi 0,012 pada seluruh sampel penelitian
Chen, et al. (2019)	The relationship between self-efficacy and aggressive behavior in boxers: the mediating role of self-control	menyelidiki hubungan antara efikasi diri dan perilaku agresif, serta efek pengendalian diri sebagai faktor mediasi.	Metode kuantitatif Atlet tinju SEM	Efikasi diri berhubungan negatif dengan perilaku agresif dan berkorelasi positif dengan pengendalian diri. Pengendalian diri juga berkorelasi negatif dengan perilaku agresif di kalangan petinju. Pengendalian diri memiliki efek mediasi penuh pada hubungan antara efikasi diri dan perilaku agresif.

Berdasarkan penelitian terdahulu di Tabel 1 di atas, setelah peneliti melakukan *review*, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara hasil penelitian yang satu dengan yang lain. Selain itu juga ada kesamaan antara penelitian yang satu dengan lain. Perbedaannya adalah terletak pada topik, metode, intrumen, dan sampel yang digunakan. Persamaannya adalah tentang variabel kecerdasan emosi, agresivitas, dan kontrol diri.

Berdasarkan hasil kajian penelitian terdahulu bila dibandingkan dengan penelitian yang akan lakukan sebagai berikut.

Tabel 2. Novelty Penelitian

Aspek	Penelitian Terdahulu	Penelitian yang akan dilakukan
Tujuan	mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresi, melihat perbedaan agresivitas remaja yang mengikuti olahraga beladiri, hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresivitas pada atlet karate	Mengetahui hubungan antara kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas
Metode	Kuantitatif	Korelasional
Subjek	Atlet pencak silat, atlet karate	atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman
Variabel	Kecemasan, agresivitas, kontrol diri, kecerdasan emosi	Bebas: kontrol diri dan kecerdasan emosional Terikat: agresivitas
Analisis	Kovarian dan korelasi	Regresi berganda

C. Kerangka Berpikir

Aspek psikologis mempunyai peran penting dalam penampilan olahraga. Salah satunya garesivitas. Agresivitas berkaitan dengan kurangnya kontrol diri terhadap emosi dalam diri individu. Emosi yang meledak-ledak biasanya diwujudkan dalam bentuk amarah. Amarah akan muncul bila ada serangan atau frustasi yang dialami dianggap sebagai akibat pengendalian

internal dan pribadi orang lain. Hal ini dapat diminimalisasi dengan orientasi religius pada faktor kemampuan mengontrol diri. Dalam pencak silat diajarkan kerohanian, seperti mendalami dan mengaplikasikan ajaran masing-masing agama yang di anut, misalnya saja tidak pernah meninggalkan sholat, berdoa saat sebelum dan sesudah kegiatan (latihan rutin, bakti sosial, dan sebagainya), meditasi, agar para anggotanya tidak mudah frustasi dan terpancing emosi ketika marah. Dalam latihan pencak silat sendiri ini memang juga dilatih untuk bersikap agresif, seperti memukul, dan menendang, tapi hal ini dilakukan tetap saat dalam ruang lingkup latihan, dan pertandingan saja. Jadi ketika di luar kegiatan itu sangat tidak dianjurkan bagi para anggota pencak silat ini untuk bersikap agresif apalagi anarkis yang bisa merugikan atau mencelakai orang lain dan merusak nama baik organisasi.

Pada dasarnya tidak ada ajaran dalam pencak silat itu yang buruk, seperti untuk berbuat seenaknya sendiri, melakukan tindakan kekerasan, anarkis, merusak, mencelakai orang lain, semua yang diajarkan sebenarnya baik, namun dikembalikan lagi pada masing-masing individu karena setiap orang memiliki watak, sifat, dan karakter yang berbeda-beda. Kontrol diri sebagai suatu aktivitas pengendalian emosi dan tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Pengontrolan diri bisa dari segi kognitif, behavior, dan pengambilan keputusan. Semakin tinggi kontrol diri, maka semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku, begitupun sebaliknya.

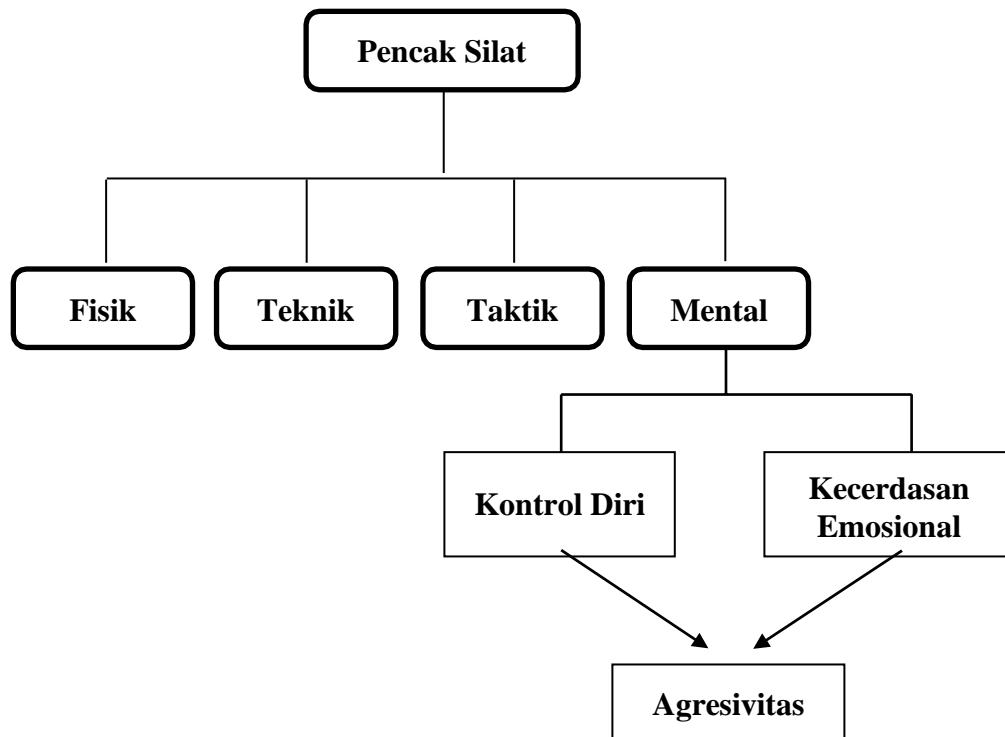
Individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak *impulsive*, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko, dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah frustasi. Individu dalam karakteristik ini lebih mungkin terlibat dalam hal kriminal dan perbuatan menyimpang daripada yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi. Dari pemaparan di atas dapat diambil benang merah bahwa dunia persilatan memang kental sekali dengan tindak agresif karena memang norma yang berlaku seperti itu adanya. Tetapi tidak hanya secara fisik atau pencaknya saja yang dilatih akan tetapi dari segi mental, kerohanian, dan upanya untuk bisa mengontrol emosi juga ada dalam pencak silat.

Kecerdasan emosional ini harus dimiliki di setiap tingkatan usia. Atlet yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan sangat cekatan dalam mengontrol berbagai macam perilaku atau hal-hal negatif yang kemungkinan terjadi. Sebaliknya, rendahnya kecerdasan emosional dapat menyebabkan seseorang melakukan perilaku agresi. Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, memotivasi diri sendiri, serta mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Matangnya kecerdasan emosional dapat menjadikan seorang individu mampu mengendalikan diri, menghadapi masalah dan menjalin relasi yang baik dengan orang lain.

Berdasarkan hasil studi pustaka tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan antara kontrol diri dan kerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.

Selanjutnya, bentuk kerangka pemikiran berdasarkan variabel kontrol diri dengan agresivitas adalah sebagai berikut:

Gambar 1. Kerangka Berpikir



D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan tinjauan teori dan kerangka berpikir di atas, maka dapat diajukan hipotesis penelitian yaitu:

1. Ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.
2. Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.

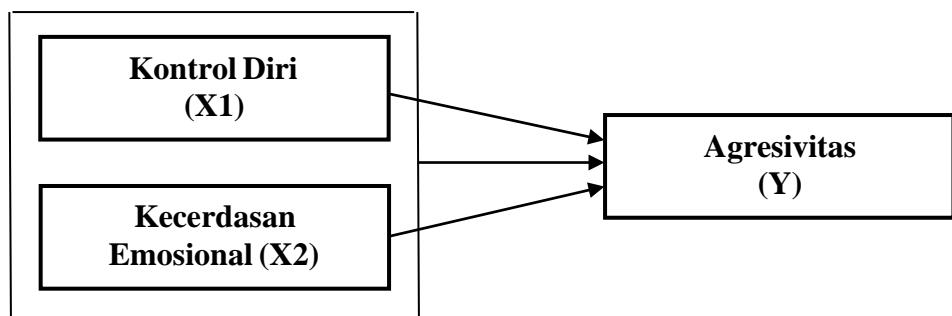
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yaitu deskriptif kuantitatif dengan korelasional. Arikunto (2019, p. 87) menyatakan penelitian korelasi adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada atau tidak hubungan dan apabila ada, berapakah eratnya hubungan tersebut, serta berarti atau tidak hubungan itu. Selanjutnya data-data angka yang telah diperoleh tersebut kemudian diolah menggunakan analisis statistik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket.

Gambar 2. Desain Penelitian



B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di klub Sentra Sleman yang beralamat di GOR LPMP Jl. Raya LPMP, Karang Nongko, Tirtomartani, Kec. Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55571. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Agustus-Oktober 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Pendapat Sugiyono (2019, p. 126) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas, objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Azwar (2018, p. 77) menyatakan populasi merupakan kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian karena sebagai suatu populasi kelompok subjek baiknya memiliki karakteristik yang sama. Sesuai dengan pendapat tersebut, yang menjadi populasi dalam penelitian adalah atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman berjumlah 98 atlet.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi karena sampel merupakan bagian dari populasi tentu sampel tersebut harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi (Azwar, 2018, p. 98). Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Sugiyono (2019, p. 85) menyatakan *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) masih aktif latihan pencak silat di IPSI Sentra Sleman, (2) berusia pra remaja 12-14 tahun dan remaja 14-17 tahun, (3) pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut, sampel dalam penelitian ini 48 atlet.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam penelitian yaitu kontrol diri dan kecerdasan emosional sebagai variabel bebas dan agresivitas sebagai variabel terikat. Definisi operasional variabel yaitu:

1. Kontrol diri adalah kemampuan seorang individu untuk memproses informasi atau stimulus yang diperoleh agar bisa menekan perilaku impulsifnya, dengan cara mengontrol kognitif, perilaku (behavior), dan pengambilan keputusan. Aspek kontrol diri terdiri atas kontrol kognitif, kontrol perilaku, dan kontrol dalam pengambilan keputusan. Variabel kontrol diri diukur menggunakan angket dengan skala Likert.
2. Kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan mengendalikan perasaan dan emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain yang terlihat dari kecenderungan atlet dalam bertindak. Variabel kecerdasan emosional diukur menggunakan angket dengan skala Likert.
3. Agresivitas menurut peneliti adalah agresivitas bisa tampak secara nyata dan langsung, tindakan kekerasan atau perilaku agresif itu bisa dilakukan secara fisik (memukul, mencubit, menendang, membakar, merusak, membunuh) dan verbal (mengejek, mencela, mengumpat, membentak), dengan tujuan untuk menyakiti atau merugikan orang lain, atau merusak obyek lain. Aspek agresivitas terdiri atas fisik dan verbal. Variabel agresivitas diukur menggunakan angket dengan skala Likert.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan berupa angket/kuesioner. Kuisioner sebagai alat pengumpulan data digunakan karena dapat mengungkap fakta menurut pengalaman responden dan angket bersifat kooperatif, responden menyisihkan waktu untuk menjawab pernyataan secara tertulis sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh peneliti (Arikunto, 2019, p. 164). Penskoran digunakan dengan menggunakan skala Likert. Menurut Hadi (1991, p. 19), skala Likert merupakan skala yang berisi lima tingkat jawaban mengenai kesetujuan responden terhadap statemen atau pernyataan yang dikemukakan mendahului opsi jawaban yang disediakan. Modifikasi skala Likert dimaksudkan untuk menghilangkan kelemahan yang terkandung oleh skala lima tingkat. Setiap item pada pernyataan tersebut memiliki empat pilihan jawaban, yaitu dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 3. Alternatif Jawaban Angket

Pernyataan	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

a. Instrumen Kontrol Diri

Dasar teori dalam pembuatan instrumen kontrol diri, mengacu pada aspek-aspek kontrol kognitif, kontrol perilaku, dan kontrol dalam pengambilan keputusan. Instrumen dadopsi dari penelitian Novitasari (2015). Kisi-kisi instrumen kontrol diri sebagai berikut.

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Kontrol Diri

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	
			+	-
Kontrol Diri	Kognitif	Mampu berpikir jernih ketika sedang emosi	1, 2	3, 4
		Tetap berfikir positif di setiap keadaan	5, 6	7, 8
		Berfikir terlebih dahulu sebelum berbicara dan bertindak	9, 10	11, 12
	<i>Behavior</i>	Tidak mudah dendam	13, 14	15, 16
		Tidak akan melampiaskan amarah pada orang atau benda di sekitar	17, 18	19, 20
		Saat kecewa lebih memilih untuk diam atau melakukan aktivitas yang lebih positif	21, 22	23, 24
	Pengambilan Keputusan	Bisa mengambil keputusan ketika dihadapkan pada beberapa solusi	25, 26	27, 28
		Cenderung untuk lebih memilih mengambil keputusannya sendiri daripada berdiskusi dengan orang lain	29, 30	31, 32
Jumlah			32	

b. Instrumen Kecerdasan Emosional

Variabel kecerdasan emosional diadopsi dalam penelitian Yuda (2023). Kisi-kisi instrumen pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor	
			+	-
Kecerdasan Emosional	Mengenali Emosi Diri Sendiri	Mengenal dan merasakan emosi sendiri	1	2
		Memahami sebab perasaan yang timbul	3	4
		Mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan	5	6
	Mengelola Emosi	Bersikap toleran terhadap frustasi	7	8
		Mampu mengungkapkan amarah dengan tepat	9	10
		Mampu mengendalikan perilaku agresif yang dapat merusak diri dan orang lain	11	12
		Memiliki perasaan positif dengan diri sendiri dan lingkungan	13	14
		Memiliki kemampuan untuk mengatasi stres	15	16
		Dapat mengurangi perasaan cemas dan kesepian dalam pergaulan	17, 18	19
	Memotivasi Diri Sendiri	Mampu mengendalikan diri	20	21
		Bersikap optimis dalam menghadapi masalah	22	23
		Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang diberikan	24, 25	26
	Mengenali Emosi Orang	Mampu menerima sudut pandang orang lain	27	28

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor	
			+	-
Lain		Memiliki sifat empati atau kepekaan terhadap orang lain	29	30
		Mampu mendengarkan orang lain	31, 32	33
Membina Hubungan		Memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain	34	35
		Mampu menyelesaikan konflik dengan orang lain	36	37
		Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain	38	39
		Memiliki sifat bersahabat atau mudah bergaul dengan sesama	40	41
		Memiliki perhatian terhadap kepentingan orang lain	42	43
		Dapat hidup selaras dengan kelompok	44	45
		Bersikap senang berbagi dan bekerjasama	46	47
		Bersikap dewasa dan toleran	48, 49	50
		Jumlah	50	

c. Instrumen Agresivitas

Dalam penelitian ini, agresivitas diukur dengan menggunakan alat ukur yang berdasarkan berupa fisik dan verbal. Instrumen diadopsi dari penelitian Novitasari (2015) dengan validitas sebesar 0,714 dan reliabilitas sebesar 0,879. Kisi-kisi instrumen agresivitas disajikan pada Tabel 6 sebagai berikut.

Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Agresivitas

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Butir	
			+	-
Agresivitas	Fisik	Gampang memukul seseorang	1, 2	3, 4
		Menampar orang yang bicara tidak menyenangkan dengan dirinya	5, 6	7, 8
		Memukul orang yang merebut sesuatu dari dirinya	9, 10	11, 12
		Ketika marah suka menendang orang atau barang di sekitar	13, 14	15, 16
		Membakar atau merusak benda yang ada di sekitar untuk melampiaskan kemarahannya	17, 18	19, 20
	Verbal	Tidak segan untuk menyakiti orang yang telah menghina	21, 22	23, 24
		Mengejek orang yang tidak disukai	25, 26	27, 28
		Melampiaskan kekesalan dengan mengumpat	29, 30	31, 32
		Sering mencela dan mengolok-olok orang lain	33, 34	35, 36
		Membicarakan keburukan seseorang yang tidak disukai pada orang lain	37, 38	39, 40
Jumlah			44	

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Mekanismenya yaitu: (1) Mencari data atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman. (2) Menyebarluaskan angket kepada responden. (3)

Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket. (4) Setelah memperoleh data penelitian, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Menurut Azwar (2018, p. 63) validitas adalah cara untuk mengetahui keakuratan instrumen ditinjau dari tujuan ukurnya. Menentukan apakah suatu tes telah memiliki validitas atau daya ketepatan mengukur, dapat dilakukan dari dua segi, yaitu: dari segi tes itu sendiri sebagai totalitas, dan dari segi itemnya, sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari tes tersebut. Validitas yang digunakan yaitu validitas konstruksi. Sugiyono (2019, p. 128) menyatakan bahwa validitas konstruk (*construct validity*) menunjuk pada sejauh mana suatu instrumen mampu mengukur pengertian-pengertian yang terkandung dalam materi yang akan diukur. Jadi tujuan pengujian validitas konstruk adalah untuk mendapatkan bukti tentang sejauhmana hasil pengukuran memerikan konstruk variabel yang diukur. Kemudian setelah melakukan pengujian kepada ahli, instrumen penelitian ini akan diuji cobakan. Uji coba dilakukan di MAN 4 Sleman. Setelah itu ditabulasikan, untuk uji validitas setiap butir instrumen kuesioner menggunakan bantuan *SPSS 22.0 for Microsoft Windows*.

Tabel 7. Hasil Uji Validitas Instrumen Kontrol Diri

No	r hitung	r tabel (24)	Keterangan
01	-0,045	0,361	Tidak Valid
02	0,477	0,361	Valid
03	0,640	0,361	Valid
04	0,807	0,361	Valid
05	0,420	0,361	Valid
06	0,486	0,361	Valid
07	0,533	0,361	Valid
08	0,453	0,361	Valid
09	0,738	0,361	Valid
10	0,664	0,361	Valid
11	0,502	0,361	Valid
12	0,475	0,361	Valid
13	0,546	0,361	Valid
14	0,590	0,361	Valid
15	0,823	0,361	Valid
16	0,750	0,361	Valid
17	0,750	0,361	Valid
18	0,649	0,361	Valid
19	0,589	0,361	Valid
20	0,688	0,361	Valid
21	0,470	0,361	Valid
22	0,521	0,361	Valid
23	0,521	0,361	Valid
24	0,677	0,361	Valid
25	0,788	0,361	Valid
26	0,760	0,361	Valid
27	0,775	0,361	Valid
28	0,789	0,361	Valid
29	0,766	0,361	Valid
30	0,816	0,361	Valid
31	0,757	0,361	Valid
32	0,776	0,361	Valid

Berdasarkan data pada tabel 7 di atas, terdapat 1 sampai 32 pernyataan pada lembar kuesioner kontrol diri menunjukkan bahwa terdapat 1 butir tidak valid, yaitu butir nomor 1, hal tersebut dikarenakan nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ 0,361, sehingga terdapat 31 butir valid yang digunakan untuk penelitian.

Tabel 8. Hasil Uji Validitas Instrumen Kecerdasan Emosional

No	r hitung	r tabel (24)	Ket	No	r hitung	r tabel (24)	Ket
01	0,721	0,361	Valid	26	0,800	0,361	Valid
02	0,621	0,361	Valid	27	0,697	0,361	Valid
03	0,740	0,361	Valid	28	0,716	0,361	Valid
04	0,425	0,361	Valid	29	0,747	0,361	Valid
05	0,586	0,361	Valid	30	0,799	0,361	Valid
06	0,486	0,361	Valid	31	0,754	0,361	Valid
07	0,653	0,361	Valid	32	0,733	0,361	Valid
08	0,574	0,361	Valid	33	0,678	0,361	Valid
09	0,745	0,361	Valid	34	0,762	0,361	Valid
10	0,683	0,361	Valid	35	0,806	0,361	Valid
11	0,516	0,361	Valid	36	0,744	0,361	Valid
12	0,442	0,361	Valid	37	0,586	0,361	Valid
13	0,570	0,361	Valid	38	0,727	0,361	Valid
14	0,620	0,361	Valid	39	0,762	0,361	Valid
15	0,727	0,361	Valid	40	0,721	0,361	Valid
16	0,627	0,361	Valid	41	-0,175	0,361	Tidak Valid
17	0,598	0,361	Valid	42	0,621	0,361	Valid
18	0,564	0,361	Valid	43	0,745	0,361	Valid
19	0,546	0,361	Valid	44	0,805	0,361	Valid
20	0,613	0,361	Valid	45	0,586	0,361	Valid
21	0,372	0,361	Valid	46	0,486	0,361	Valid
22	0,721	0,361	Valid	47	0,653	0,361	Valid
23	0,455	0,361	Valid	48	0,574	0,361	Valid
24	0,644	0,361	Valid	49	0,737	0,361	Valid
25	0,757	0,361	Valid	50	-0,029	0,361	Tidak Valid

Berdasarkan data pada tabel 8 di atas, terdapat 1 sampai 50 pernyataan pada lembar kuesioner kecerdasan emosional menunjukkan bahwa terdapat 2 butir tidak valid, yaitu butir nomor 41 dan 50, hal tersebut dikarenakan nilai $r_{hitung} < r_{tabel} 0,361$, sehingga terdapat 48 butir valid yang digunakan untuk penelitian.

Tabel 9. Hasil Uji Validitas Instrumen Agresivitas

No	r hitung	r tabel (24)	Ket	No	r hitung	r tabel (24)	Ket
01	0,733	0,361	Valid	23	0,751	0,361	Valid
02	0,571	0,361	Valid	24	0,811	0,361	Valid
03	0,708	0,361	Valid	25	0,749	0,361	Valid
04	0,390	0,361	Valid	26	0,755	0,361	Valid
05	-0,121	0,361	Tidak Valid	27	0,748	0,361	Valid
06	0,449	0,361	Valid	28	0,815	0,361	Valid
07	0,581	0,361	Valid	29	0,766	0,361	Valid
08	0,489	0,361	Valid	30	0,750	0,361	Valid
09	0,734	0,361	Valid	31	0,732	0,361	Valid
10	0,674	0,361	Valid	32	0,686	0,361	Valid
11	-0,071	0,361	Tidak Valid	33	0,754	0,361	Valid
12	0,445	0,361	Valid	34	0,757	0,361	Valid
13	0,550	0,361	Valid	35	0,552	0,361	Valid
14	0,633	0,361	Valid	36	0,731	0,361	Valid
15	0,751	0,361	Valid	37	0,730	0,361	Valid
16	0,643	0,361	Valid	38	0,682	0,361	Valid
17	0,671	0,361	Valid	39	0,815	0,361	Valid
18	0,618	0,361	Valid	40	0,617	0,361	Valid
19	0,578	0,361	Valid	41	0,747	0,361	Valid
20	0,641	0,361	Valid	42	0,844	0,361	Valid
21	0,443	0,361	Valid	43	0,751	0,361	Valid
22	0,752	0,361	Valid	44	0,811	0,361	Valid

Berdasarkan data pada tabel 9 di atas, terdapat 1 sampai 44 pernyataan pada lembar kuesioner agresivitas menunjukkan bahwa terdapat 2 butir tidak valid, yaitu butir nomor 5 dan 11, hal tersebut dikarenakan nilai $r_{hitung} < r_{tabel} 0,361$, sehingga terdapat 42 butir valid yang digunakan untuk penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2019, p. 86). Uji reliabilitas adalah cara untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran

terhadap konsisten, apabila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan alat ukur yang sama pula (Azwar, 2018, p. 76). Koefisien reliabilitas sebesar 0,70 atau lebih bisa diterima sebagai reliabilitas yang baik. Uji reliabilitas penelitian ini menggunakan metode *Cronbach Alpha* dengan bantuan *SPSS 22.0 for Microsoft Windows*. Hasil uji reliabilitas disajikan pada Tabel 10 di bawah ini:

Tabel 10. Hasil Analisis Reliabilitas Instrumen

No	Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
1	Kontrol Diri	0,957	Reliabel
2	Kecerdasan Emosional	0,973	Reliabel
3	Agresivitas	0,971	Reliabel

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 10 di atas, menunjukkan bahwa semua variabel memiliki *Coefisient Alpha Cronbach* $\geq 0,7$, sehingga instrumen dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik.

G. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Statistik deskriptif memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang dilihat dari nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, varian, maksimum, minimum, *sum*, *range*, kurtosis dan *skewness* (kemencengan distribusi) (Sugiyono, 2019). Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase, dengan rumus sebagai berikut: .

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Azwar (2019, p. 43) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan norma penilaian pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 11. Norma Penilaian

No	Interval	Kriteria
1	3,26-4,00	Sangat Tinggi
2	2,51-3,25	Tinggi
3	1,76-2,50	Rendah
4	1,00-1,75	Sangat Rendah

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah cara untuk menetapkan apakah distribusi data dalam sampel dapat secara masuk akal dianggap berasal dari populasi tertentu dengan distribusi normal. Uji normalitas digunakan dalam melakukan uji hipotesis statistik parametrik. Sebab, dalam statistik parametrik diperlukan persyaratan dan asumsi-asumsi. Salah satu persyaratan dan asumsi adalah bahwa distribusi data setiap variabel penelitian yang dianalisis harus membentuk distribusi normal. Jika data yang dianalisis tidak berdistribusi normal, maka harus dianalisis menggunakan statistik nonparametrik (Budiwanto, 2017, p. 190). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Shapiro-Wilk* dengan bantuan *SPSS 22.0 for Microsoft Windows*. Jika nilai *p-value* > dari 0,05 maka data normal, akan tetapi sebaliknya jika hasil analisis menunjukkan nilai *p-value* < dari 0,05 maka data tidak normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang linear jika kenaikan skor variabel independen diikuti kenaikan skor variabel dependen (Ghozali, 2018, p. 47). Uji linearitas dengan menggunakan uji Anova (uji F). Perhitungan ini akan dibantu dengan *SPSS 22.0 for Microsoft Windows*. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas adalah:

- 1) Jika nilai probabilitas $\geq 0,05$, maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah linear.
- 2) Jika nilai probabilitas $\leq 0,05$, maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah tidak linear.

3. Uji Hipotesis

a. Uji F Hitung (Uji Simultan)

Uji statistik F pada dasarnya menunjukkan apakah semua variabel independen atau bebas yang dimasukkan dalam model berpengaruh secara bersama-sama terhadap variabel dependen atau terikat (Ghozali, 2018, p. 28). Kriteria pengujian yaitu:

- 1) Jika $F\text{-value} \geq 0,05$, maka H_0 ditolak, H_a diterima atau variabel bebas secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel terikat.
- 2) Jika $F\text{-value} \leq 0,05$, maka H_0 diterima, H_a ditolak atau variabel bebas secara bersama-sama tidak berpengaruh terhadap variabel terikat.

b. Uji t Hitung (Uji Parsial)

Uji Statistik t pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh variabel penjelas atau independen secara individual dalam menerangkan variasi variabel dependen (Ghozali, 2018, p. 34). Pengujian ini menggunakan tingkat signifikansi 5% dan melakukan perbandingan antara t_{hitung} dengan t_{tabel} . Kriteria pengujian yaitu:

- 1) Jika nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka setiap variabel bebas yang diteliti berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat.
- 2) Jika nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka setiap variabel bebas yang diteliti tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat.

4. Koefisien Determinasi (R^2)

Pengujian koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur persentase sumbangan variabel independen yang diteliti terhadap naik turunnya variabel terikat. Koefisien determinasi berkisar antara nol sampai dengan satu ($0 \leq R^2 \leq 1$) yang berarti bahwa bila $R^2 = 0$ berarti menunjukkan tidak adanya pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat, dan bila R^2 mendekati 1 menunjukkan bahwa semakin kuatnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Nilai koefisien determinasi (R^2) dapat dilihat pada kolom *Adjusted R Square* pada tabel *Model Summary* hasil perhitungan dengan menggunakan *SPSS 22.0 for Microsoft Windows* (Ghozali, 2018, p. 58).

BAB IV

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data yang digunakan merupakan data primer hasil penelitian variabel kontrol diri, kecerdasan emosional, dan agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman berjumlah 48 atlet. Hasil analisis dijelaskan sebagai berikut:

1. Hasil Analisis Deskriptif

a. Kontrol Diri (X_1)

Deskriptif statistik data kontrol diri atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman selengkapnya pada Tabel 8.

Tabel 8. Deskriptif Statistik Kontrol Diri

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	2,36
<i>Median</i>	2,21
<i>Mode</i>	2,10
<i>Std. Deviation</i>	0,37
<i>Minimum</i>	1,74
<i>Maximum</i>	3,06

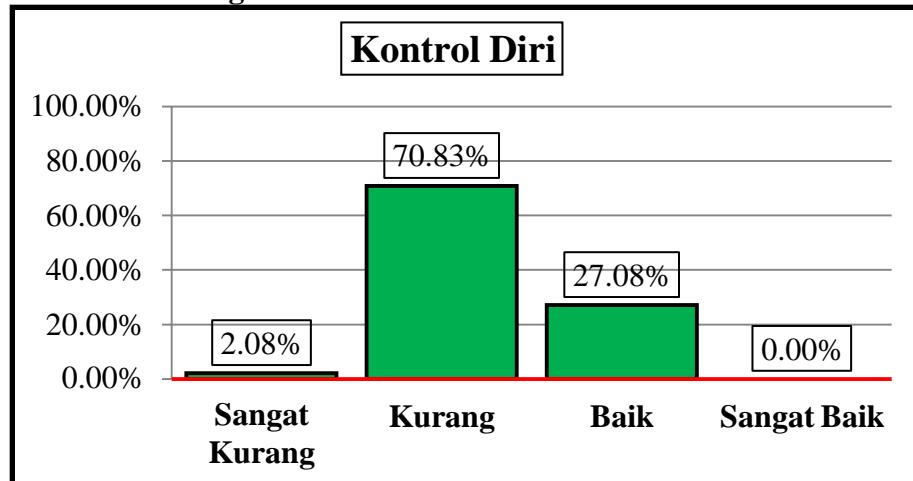
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, kontrol diri atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman disajikan pada Tabel 9.

Tabel 9. Norma Penilaian Kontrol Diri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,26-4,00	Sangat Baik	0	0,00%
2	2,51-3,25	Baik	13	27,08%
3	1,76-2,50	Kurang	34	70,83%
4	1,00-1,75	Sangat Kurang	1	2,08%
Jumlah			48	100%

Norma Penilaian pada Tabel 9 tersebut di atas, kontrol diri atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman disajikan pada Gambar 3.

Gambar 3. Histogram Kontrol Diri



Berdasarkan Tabel 9 dan Gambar 3 di atas menunjukkan bahwa kontrol diri atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 2,08% (0 atlet), “kurang” sebesar 70,83% (34 atlet), “baik” sebesar 27,08% (13 atlet), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 atlet).

b. Kecerdasan Emosional (X_2)

Deskriptif statistik data kecerdasan emosional atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman selengkapnya pada Tabel 10.

Tabel 10. Deskriptif Statistik Kecerdasan Emosional

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	2,38
<i>Median</i>	2,44
<i>Mode</i>	2,52
<i>Std. Deviation</i>	0,22
<i>Minimum</i>	1,81
<i>Maximum</i>	2,75

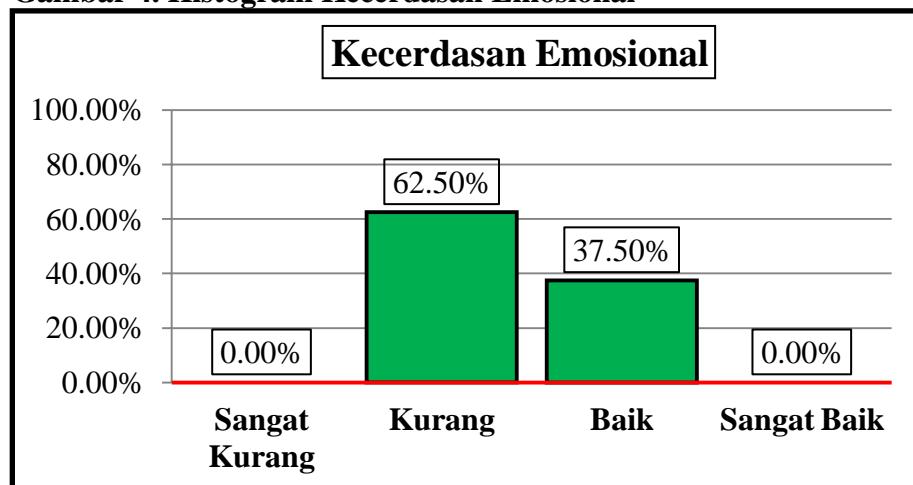
Norma Penilaian, kecerdasan emosional atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman disajikan pada Tabel 11.

Tabel 11. Norma Penilaian Kecerdasan Emosional

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,26-4,00	Sangat Baik	0	0,00%
2	2,51-3,25	Baik	18	37,50%
3	1,76-2,50	Kurang	30	62,50%
4	1,00-1,75	Sangat Kurang	0	0,00%
Jumlah			48	100%

Diagram kecerdasan emosional atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman disajikan pada Gambar 4.

Gambar 4. Histogram Kecerdasan Emosional



Berdasarkan Tabel 11 dan Gambar 4 di atas menunjukkan bahwa kecerdasan emosional atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 atlet), “kurang” sebesar 62,50% (30 atlet), “baik” sebesar 37,50% (18 atlet), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 atlet).

c. Agresivitas (Y)

Deskriptif statistik data agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman selengkapnya pada Tabel 12.

Tabel 12. Deskriptif Statistik Agresivitas

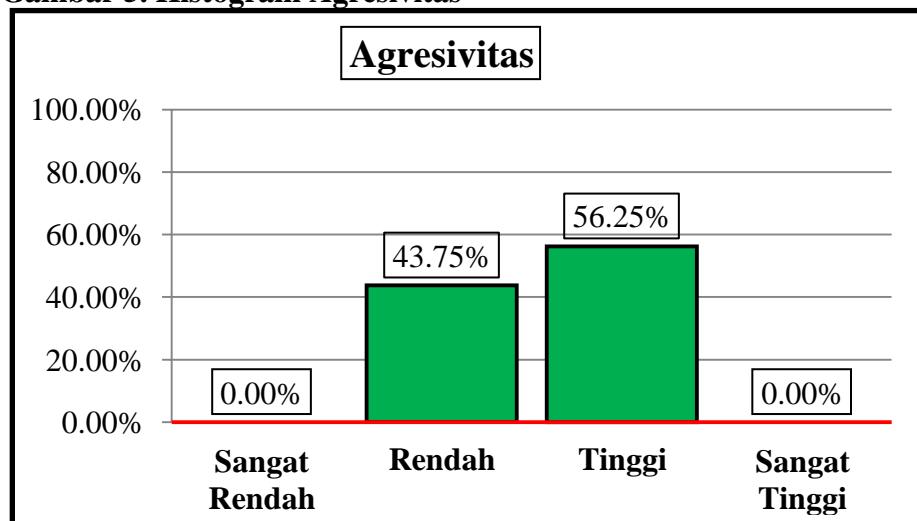
Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	2,50
<i>Median</i>	2,55
<i>Mode</i>	2,55
<i>Std. Deviation</i>	0,36
<i>Minimum</i>	1,86
<i>Maximum</i>	3,05

Norma agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman disajikan pada Tabel 13 berikut.

Tabel 13. Norma Penilaian Agresivitas

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,26-4,00	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	2,51-3,25	Tinggi	27	56,25%
3	1,76-2,50	Rendah	21	43,75%
4	1,00-1,75	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			48	100%

Diagram agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman dapat disajikan pada Gambar 5.

Gambar 5. Histogram Agresivitas

Berdasarkan Tabel 13 dan Gambar 5 di atas menunjukkan bahwa agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “rendah” sebesar 43,75% (21 atlet), “tinggi” sebesar 56,25% (27 atlet), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 atlet).

2. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk* yaitu dengan melihat nilai *Sig.*, apabila nilainya berada di atas 0,05, maka dapat dikatakan data berdistribusi normal. Rangkuman hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 14.

Tabel 14. Hasil Uji Normalitas

Variabel	<i>Shapiro-Wilk</i>		
	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>
Kontrol Diri (X1)	0,868	48	0,200
Kecerdasan Emosional (X2)	0,937	48	0,212
Agresivitas (Y)	0,925	48	0,204

Berdasarkan analisis statistik uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* pada Tabel 14, didapat hasil uji normalitas dengan nilai *Sig.* > 0,05, yang berarti data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Pengujian linieritas dilakukan melalui uji F. Hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dinyatakan linier apabila nilai *sig* > 0,05. Hasil uji linieritas dapat dilihat dalam Tabel 15.

Tabel 15. Hasil Uji Linieritas

Pengaruh antar Variabel	Sig.	Keterangan
Agresivitas (Y) * Kontrol diri (X1)	0,223	Linier
Agresivitas (Y) * Kecerdasan emosional (X2)	0,889	Linier

Berdasarkan Tabel 15 di atas, terlihat bahwa hubungan variabel bebas dengan variabel terikat didapatkan *sig.* > 0,05. Jadi, hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikatnya dinyatakan linear.

3. Hasil Uji Regresi Liniear Berganda

Analisi regresi adalah teknik statistika yang berguna untuk memeriksa dan memodelkan hubungan diantara variabel-variabel. Hasil analisis linear berganda hubungan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman disajikan pada Tabel 16.

Tabel 16. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients
	B	Std. Error	Beta
(Constant)	5,074	,428	
Kontrol diri (X ₁)	-,456	,114	-,464
Kecerdasan emosional (X ₂)	-,626	,193	-,375

Berdasarkan Tabel 16 di atas, maka dapat ditentukan persamaan regresi linier berganda yang dihasilkan dari penelitian ini:

$$\text{Agresivitas (Y)} = 5,074 - 0,456 (\text{X}_1) - 0,626 (\text{X}_2)$$

Hasil persamaan linear berganda menunjukkan bahwa konstanta sebesar 5,074 yang berarti jika variabel kontrol diri dan kecerdasan emosional dianggap nol, maka variabel agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman hanya sebesar 5,074.

4. Hasil Uji Hipotesis

Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan teknik analisis uji t, uji F, dan uji determinasi. Hasil uji hipotesis dipaparkan:

a. Hasil Analisis Uji t (Parsial)

Uji t (parsial) dilakukan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas yaitu kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.

Hasil analisis Uji t (parsial) disajikan pada Tabel 17.

Tabel 17. Hasil Analisis Uji Parsial (t-test)

Variabel	r hitung	t	sig
Kontrol diri (X ₁)	-0,620	-4,006	,000
Kecerdasan emosional (X ₂)	-0,568	-3,234	,002

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 17 di atas, juga dapat ditentukan untuk menjawab hipotesis parsial dengan langkah-langkah yaitu.

1) Menentukan rumusan hipotesis

H₁: Ada hubungan yang signifikan kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman

H₂: Ada hubungan yang signifikan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman

- 2) Menentukan nilai t_{hitung} dan t_{tabel} dan $p-value$
- H_1 : Rumus t_{tabel} adalah $df = n-k-1$ atau $48-2-1 = 45$ diperoleh nilai $t_{tabel} 2,014$ dan $p-value 0,000$.
 - H_2 : Rumus t_{tabel} adalah $df = n-k-1$ atau $48-2-1 = 45$ diperoleh nilai $t_{tabel} 2,014$ dan $p-value 0,002$.
- 3) Kriteria pengujian
- Apabila $sig. < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.
 - Apabila $sig. > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.
- 4) Pengujian Hipotesis

Variabel kontrol diri (X_1) didapatkan nilai $t_{hitung} -4,006 > t_{tabel} 2,014$, $sig. 0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak, artinya “Ada hubungan yang signifikan kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman”. Bernilai negatif, artinya jika kontrol diri semakin baik, maka agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman akan semakin rendah.

Variabel kecerdasan emosional (X_2) didapatkan nilai $t_{hitung} -3,234 > t_{tabel} 2,014$, $sig. 0,002 < 0,05$, maka H_0 ditolak, artinya “Ada hubungan yang signifikan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman”. Bernilai negatif, artinya jika kecerdasan emosional semakin baik, maka agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman akan semakin tinggi.

5. Hasil Uji F (Simultan)

Uji F (Simultan) bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman. Analisis menggunakan uji ANOVA. Kaidah analisis apabila $sig. < 0,05$, maka hipotesis alternatif diterima dan sebaliknya. Hasil analisis dijelaskan pada Tabel 18.

Tabel 18. Hasil Analisis Uji F (Simultan)

<i>ANOVA^b</i>					
<i>Model</i>	<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Regression	3,075	2	1,538	22,585	,000 ^a
Residual	3,064	45	,068		
Total	6,139	47			

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 18 di atas, didapatkan nilai F hitung $22,585 > F_{tabel} (2;45) 3,20$ dan $sig. 0,000 < 0,05$, maka terdapat hubungan yang signifikan. Artinya “Ada hubungan yang signifikan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman”. Dapat disimpulkan bahwa model regresi yang dipilih layak untuk menguji data dan model regresi dapat digunakan untuk memprediksi bahwa kontrol diri dan kecerdasan emosional bersama-sama berpengaruh terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman.

6. Hasil Uji Determinasi

Koefisien Determinasi (R^2) pada intinya digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model regresi dalam menerangkan variasi variabel dependen. Hasil analisis Koefisien Determinasi (R^2)

kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman disajikan pada Tabel 19.

Tabel 19. Hasil Analisis Koefisien Determinasi

<i>Model Summary</i>			
<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std, Error of the Estimate</i>
,708 ^a	,501	,479	,26093

Berdasarkan Koefisien Determinasi (R^2) pada Tabel 19 di atas diketahui bahwa nilai koefisien determinasi *R Square* sebesar 0,501. Hal ini berarti sumbangan variabel kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman sebesar 50,10%, sedangkan sisanya sebesar 49,90% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini.

Sumbangan efektif (SE) dan sumbangan relatif (SR) kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman disajikan pada Tabel 20.

Tabel 20. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Variabel	SE	SR
Kontrol Diri (X1)	28,80%	57,49%
Kecerdasan Emosional (X2)	21,30%	42,51%
Jumlah	50,10%	100,00%

Berdasarkan Tabel 20 sumbangan efektif (SE) dan sumbangan relatif (SR) di atas, menunjukkan bahwa variabel kontrol diri (X_1) memberikan sumbangan paling besar terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, yaitu sebesar 28,80%.

B. Pembahasan

1. Hubungan Kontrol diri terhadap Agresivitas

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan *sig.* < 0,05, dengan sumbangan sebesar 28,80%. Hasil penelitian bernilai negatif, dapat disimpulkan bahwa semakin baik tingkat kontrol diri, maka semakin rendah agresivitas atlet. Hal ini juga berlaku untuk hal sebaliknya yaitu jika kontrol diri kurang, maka semakin tinggi agresivitas atlet. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sofia & Cruz (2015) menyatakan gagasan bahwa atlet dengan tingkat kapasitas pengendalian diri yang lebih tinggi tampaknya lebih baik dalam mengendalikan agresi, dan atlet pria cenderung lebih agresif. Temuan ini tidak hanya mendukung temuan sebelumnya, tetapi juga menunjukkan pentingnya promosi kapasitas pengendalian diri sebagai strategi untuk mengendalikan agresi dalam domain olahraga.

Penelitian Sentana & Kumala (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh. Hal ini menunjukkan semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah agresivitas remaja di Banda Aceh. Remaja dengan tingkat kontrol diri yang tinggi akan mampu untuk mempertimbangkan konsekuensi dari perbuatan mereka dan dapat menghindari berperilaku agresif. Hasil penelitian Jamal & Sugiarti (2021) menunjukkan bahwa ada pengaruh

kontrol diri terhadap agresivitas, koefisien regresi -0.60 dan $p-value = <0.01$. Artinya ada hubungan negatif searah antara kontrol diri dengan agresivitas, semakin tinggi kontrol diri semakin rendah pula tingkat agresivitas. Zahri & Savira (2017); Karim (2019) yang mana dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa kontrol diri dapat mengubah perilaku agresif, artinya semakin baik kontrol diri maka semakin rendah pula agresivitas seseorang. Kontrol diri yang tinggi dapat mengurangi tindak agresif seseorang.

Kontrol diri merupakan kualitas psikologi yang positif, hal ini terbukti bahwa kontrol diri berkorelasi dengan berbagai kualitas psikologi lainnya seperti perilaku disiplin, perilaku *bullying* rendah, kepatuhan terhadap peraturan dan kenakalan remaja rendah (Salmi, et al., 2019). Kontrol diri juga dapat didefinisikan sebagai suatu kemampuan untuk menyusun membimbing dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi yang positif. Jika remaja tidak mampu membawa diri dalam kontrolnya artinya tidak mampu menahan dorongan-dorongan dari dalam diri dalam bentuk perilaku agresif.

Individu dengan kontrol diri yang rendah dan melanggar aturan tanpa memperhitungkan efek jangka panjang dapat disebut sebagai remaja yang melakukan agresivitas. Pada situasi tertentu setiap manusia akan memiliki dorongan untuk melanggar aturan tetapi kebanyakan orang biasanya memilih menahan dorongan-dorongan tersebut supaya tidak menjadi kenyataan yang berupa penyimpangan. Hal ini disebabkan

biasanya seseorang dapat menahan diri dari dorongan-dorongan untuk berperilaku menyimpang (Khoir, 2019).

Kontrol diri adalah salah satu cara yang dapat meminimalisir atau mengurangi perilaku agresi. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi kontrol diri seseorang yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi faktor usia dan kematangan dimana semakin bertambahnya usia maka kontrol diri yang dimiliki seseorang tersebut akan semakin baik seseorang yang telah matang secara mental akan berdampak pada kemampuan mengontrol perilakunya dengan pertimbangan baik dan buruk bagi dirinya. Sedangkan faktor eksternal yaitu pengaruh lingkungan keluarga dan lingkungan keluarga ini menjadi contoh bagi seorang remaja jika dalam keluarga tidak mampu mengontrol emosi maka juga akan semakin memperburuk keadaan.

Kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan untuk merintangi impuls atau tingkah laku impulsive. Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku yaitu kontrol diri (Chaq et al., 2018). Diketahui bahwa kuatnya pengaruh sifat agresi dapat memprediksi munculnya perilaku marah, sedangkan kuat tidak kontrol diri dapat mengarahkan pada minimnya perilaku marah. Ketika perilaku agresi pada individu tersebut kuat maka kontrol diri dapat membantu seseorang untuk mengabaikan dorongan dari agresivitasnya dan juga dapat

mendorong individu untuk merespon sesuai dengan standar dirinya sendiri ataupun standar sosial.

2. Hubungan Kecerdasan Emosional terhadap Agresivitas

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan *sig.* < 0,05, dengan sumbangan sebesar 21,30%. Hasil penelitian bernilai negatif, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional, maka semakin rendah agresivitas atlet. Hal ini juga berlaku untuk hal sebaliknya yaitu jika tingkat kecerdasan emosional rendah, maka semakin tinggi agresivitas atlet. Hasil penelitian didukung oleh penelitian Rinanda & Haryanta (2019) bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet.

Penelitian Das & Tripathy (2015) membuktikan bahwa kecerdasan emosi mempunyai korelasi yang negatif dengan agresivitas, semakin baik kecerdasan emosi seseorang maka orang tersebut lebih mengikuti norma yang ada dan mampu mengendalikan agresivitasnya. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa laki laki mempunyai kecenderungan agresivitas yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan perempuan. Rinanda & Haryanta (2019) menyebutkan bahwa kecerdasan emosi merupakan kemampuan mengendalikan perasaan dan emosi serta mengarahkan pikiran dan tindakan tersebut agar dapat dikembangkan melalui latihan pengetahuan dan kemauan. Seseorang dapat mencapai keberhasilan itu

semaksimal mungkin melalui kecerdasan emosi karena itu kecerdasan emosi sangat diperlukan oleh anak terutama remaja yang sangat rentan dengan tindakan agresivitas.

Kecerdasan emosi dapat menempatkan emosi seseorang pada posisi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik apabila seorang pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, orang tersebut akan memiliki tingkat emosional yang lebih baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya. Hal ini senada yang diungkapkan Illahi et al., (2018) bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi emosi dan koneksi dan pengaruh manusiawi. Kecerdasan emosi dapat menempatkan emosi seseorang pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila seseorang pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, orang tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya.

Kecerdasan emosi yang matang menjadikan seorang individu tersebut mampu mengendalikan diri sendiri serta memiliki daya tahan ketika menghadapi rintangan. Selain itu individu akan mampu

mengendalikan impuls dan tidak cepat merasa puas, mampu mengatur suasana hati, dan mampu mengelola kecemasan agar tidak mengganggu kemampuan berpikir. Selain itu, individu juga mampu membina hubungan baik dengan orang lain, mudah mengendalikan emosi pada orang lain, dan penuh perhatian. Menurut Mayer, et al., (2016) orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang baik berbeda dengan yang kurang baik, orang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik mempunyai hubungan interpersonal yang baik setiap hari dalam hidupnya, terutama dalam lingkungan kerja maupun organisasi atau tim.

3. Hubungan Kontrol Diri dan Kecerdasan Emosional terhadap Agresivitas

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan *sig.* < 0,05, dengan sumbangannya sebesar 50,10%, sedangkan sisanya sebesar 49,90% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini. Faktor lain yang mempengaruhi agresivitas atlet seperti kepemimpinan wasit, intimidasi penonton, lawan bertanding, dan lain-lain. Agresivitas dalam olahraga dapat berupa tindakan verbal atau fisik. Meskipun agresivitas dapat diperlukan untuk memenangkan pertandingan, namun jika tidak terkendali dapat berujung pada tindakan berbahaya, melanggar peraturan, dan melukai lawan (Verawati & Sari, 2018).

Agresi merupakan reaksi dari emosi dan orang-orang yang rentan secara emosional akan memperlihatkan perilaku agresi yang lebih tinggi.

Agresi memang sebagai suatu reaksi emosi yang tidak terkendali atau berlebihan dilakukan oleh individu yang bertujuan untuk menyakiti pihak lain. Individu yang tidak mampu mengelola emosinya dengan baik akan menyebabkan tidak bisa menolak dorongan negatif emosi serta emosi-emosi negatif lain yang dirasakannya. Individu memiliki motivasi emosi, pemahaman pengelolaan serta adanya motivasi emosi yang positif akan membantu untuk bisa memahami emosi orang lain yang akhirnya berdampak pada terbentuknya hubungan interpersonal yang baik. Hubungan interpersonal yang baik mampu membentuk persepsi positif, sehingga mampu mengubah mindset di lingkungan tempat tinggal dan masyarakat.

Kontrol diri merupakan proses yang berkembang pada individu melalui intervensi psikologis yang bahkan juga terjadi pada masa dewasa. Kontrol diri merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengubah respon individu tersebut secara sadar dan sengaja untuk membuat individu dapat menahan atau menghilangkan respon negatif dan mengubahnya menjadi respon lain yang lebih sesuai. Saat respon negatif seperti perilaku agresif terjadi, individu dengan kontrol diri yang baik dapat dengan sengaja mengubah responnya untuk menghindari dirinya berperilaku agresif (Sentana & Kumala, 2017).

Agresivitas yang dilakukan seseorang merupakan hasil dari sebuah pengambilan keputusan dari sebuah kejadian. Goleman (2017) mengatakan bahwa kecerdasan emosi berperan besar dalam pengambilan

keputusan rasional terhadap suatu kejadian. Goleman (2017) juga menyatakan bahwa manusia memiliki dua pikiran. Pertama, pikiran rasional yang merupakan model pemahaman yang disadari, bijaksana, dan mampu bertindak hati-hati, sedangkan pikiran lainnya adalah impulsif, berpengaruh besar, dan terkadang tidak logis, pikiran tersebut adalah pikiran emosional. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa agresivitas dipengaruhi oleh pikiran emosional yang bisa dikendalikan oleh orang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, karena pikiran rasional dan bijaksana akan lebih dikedepankan oleh orang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi.

C. Keterbatasan Penelitian

Secara keseluruhan, peneliti sangat menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan terutama dalam pelaksanaannya. Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil kuesioner, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian kuesioner. Selain itu dalam pengisian kuesioner diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
2. Tidak tertutup kemungkinan responden kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan pengisian kuesioner.

3. Peneliti tidak melakukan triangulasi (triangulasi ialah usaha mengecek kebenaran data atau informasi yang diperoleh peneliti dari berbagai sudut pandang yang berbeda dengan cara mengurangi sebanyak mungkin bias yang terjadi pada saat pengumpulan dan analisis data) pada penelitian ini.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan kontrol diri terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan nilai $t_{hitung} -4,006 > t_{tabel} 2,014$, $sig. 0,000 < 0,05$ dan sumbangan efektif sebesar 28,80%.
2. Ada hubungan yang signifikan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan $t_{hitung} -3,234 > t_{tabel} 2,014$, $sig. 0,002 < 0,05$ dan sumbangan efektif sebesar 21,30%.
3. Ada hubungan yang signifikan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat di IPSI Sentra Sleman, dengan $F_{hitung} 22,585 > F_{tabel} (2;45) 3,20$ dan $sig. 0,000 < 0,05$ dan sumbangan efektif sebesar 50,10%.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan telah disimpulkan menunjukkan bukti ilmiah bahwa ada hubungan yang signifikan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada atlet pencak silat. Penelitian ini akan bermplikasi pada:

1. Setiap atlet dan pelatih selalu ingin menghasilkan yang terbaik untuk membawa nama baik dalam segala pertandingan. Atlet harus mampu

mampu meningkatkan kontrol diri dan kecerdasan emosional agar tidak berlaku agresif yang berlebihan.

2. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berharap dapat memberi sumbangsih pengetahuan kepada para psikolog olahraga serta pelatih, khususnya pelatih pencak silat bahwa agresivitas dipengaruhi oleh kontrol diri dan kecerdasan emosional, namun tentu saja faktor lain juga dapat mempengaruhi agresivitas atlet.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Saran kepada Atlet
 - a. Peneliti memberikan saran kepada atlet agar dapat mempelajari terkait kontrol diri dan kecerdasan emosional. Penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas, sehingga dalam menghadapi suatu pertandingan hendaknya atlet mampu menjaga kontrol diri dan kecerdasan emosional. Oleh karena itu disarankan atlet melakukan persiapan dan latihan rutin.
 - b. Atlet hendaknya dapat mengenali emosi dirinya sendiri, sehingga dapat mengantisipasi apabila emosi tersebut berpotensi mengganggu performa. Ketika atlet tidak mampu mengenali emosi diri, maka jangan ragu bercerita kepada pelatih guna membantu mengendalikan emosi, terutama saat bertanding, atau bisa juga mendatangi psikolog,

dan yang paling utama bertukar pendapat sesama atlet agar dapat saling menenangkan dan mengendalikan emosi di dalam lapangan.

2. Saran kepada Pelatih

- a. Pelatih diharapkan dapat memahami kondisi psikologis atlet yang dilatih. Apabila atlet mengalami kelelahan, pelatih dapat memberikan waktu istirahat, memberikan permainan untuk hiburan atlet, atau dapat terus memotivasi atlet agar selalu mengingat tujuan awal, sehingga dapat menjadi seorang atlet profesional.
- b. Pada penelitian ini ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas. Selanjutnya agar dipertimbangkan kepada para pengurus serta pelatih manapun dalam mengurangi agresivitas pada atlet dengan memperhatikan aspek kontrol diri dan kecerdasan emosional pada diri atlet.
- c. Pelatih tetap memberikan latihan mental seperti latihan untuk meningkatkan kontrol diri dan kecerdasan emosional, agar agresivitas menjadi lebih terjaga.

3. Saran kepada Peneliti Selanjutnya

- a. Meskipun penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas, generalisasi penelitian ini untuk lingkup yang lebih luas masih perlu dikaji ulang karena subjek dalam penelitian masih terbatas. Peneliti selanjutnya juga perlu mengkaji lebih banyak sumber maupun

referensi yang terkait dengan kontrol diri dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas agar hasil penelitian lebih baik dan lebih lengkap.

- b. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih menyempurnakan instrumen, baik kontrol diri, kecerdasan emosional, dan agresivitas. Penyempurnaan bisa dilakukan dengan menambah item, aspek aspek alat ukur, mengganti variabel lain, dan memperbaiki tata bahasa.
- c. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan pengawasan lebih ketat pada saat pengambilan data agar hasilnya lebih objektif.
- d. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan uji triangulasi misalnya melakukan wawancara.
- e. Peneliti lain diharapkan dapat mengembangkan variabel independen lain selain variabel dalam penelitian ini yaitu kontrol diri dan kecerdasan emosional, sehingga dapat memperluas kemungkinan faktor lain yang mempengaruhi agresivitas pada atlet.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis tingkat kepercayaan diri saat bertanding atlet pencak silat perguruan satria sejati. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 164-174.
- Ahmad, H. (2022). Hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri siswa sekolah menegah pertama. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2).
- Akbar, A., & Rizki, P. (2021). Manajemen latihan dan kondisi fisik atlet pencak silat. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), 1-6.
- Amaliasari, R. D., & Zulfiana, U. (2019). Hubungan antara self-management dengan perilaku agresi pada siswa SMA. *Cognicia*, 7(3), 308-320.
- Ananda, R., & Fadhl, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Ananzar, D., & Mistar, J. (2022). Pengaruh latihan modifikasi karet ban terhadap kecepatan tendangan Sabit Atlet Pencak Silat Kota Langsa. *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra*, 5(1), 9-19.
- Annisavtry, Y. (2017). Hubungan antara kematangan emosi dengan agresivitas pada remaja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1).
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik*. (Edisi revisi) Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi*. Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badriyah, L. (2018). Sikap mengontrol diri dalam menurunkan kecenderungan berperilaku agresif pada remaja. *Jurnal Ilmiah Syi'ar*, 18(1), 13-22.
- Budianto, A. K., & Jannah, M. (2020, August). Peran self control sebagai pembentuk strength atlet karate juara dunia. In *Seminar Nasional Psikologi UM* (Vol. 1, No. 1).
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of personality and social psychology*, 63(3), 452.
- Cahyani, N. T., & Siswati, S. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kontrol diri pada remaja pria atlet sepak bola di Kota Pati. *Jurnal Empati*, 9(5), 423-430.

- Cahyaningrat, D. (2022). *Peran kecerdasan emosi dan self-determined motivation terhadap agresivitas atlet bela diri*. [Skripsi sarjana, tidak diterbitkan]. Yogyakarta, Universitas Gadjah Mada.
- Chaq, M. C., Suharnan, S., & Rini, A. P. (2018). Religiusitas, kontrol diri dan agresivitas verbal remaja. *Jurnal fenomena*, 27(2), 22-23.
- Chen, X., Zhang, G., Yin, X., Li, Y., Cao, G., Gutiérrez-García, C., & Guo, L. (2019). The relationship between self-efficacy and aggressive behavior in boxers: the mediating role of self-control. *Frontiers in psychology*, 10, 212.
- Das, P. P. P., & Tripathy, S. (2015). Role of emotional intelligence on aggression: A comparison between adolescent boys and girls. *Psychology and Behavioral Sciences*, 4(1), 29-35.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2018). *Psikologi sosial*. Malang: UMM Press.
- Denson, T. F., DeWall, C. N., & Finkel, E. J. (2012). Self-control and aggression. *Current directions in psychological science*, 21(1), 20-25.
- Depi, I. P., & Rinaldi, R. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresivitas pada atlet karate Bukittinggi. *Jurnal Riset Psikologi*, 2018(4).
- Dongoran, M. F., Lewar, E., Ibrahim, I., & Satria, G. Y. (2021). Analisis tingkat kecemasan dan agresivitas atlet olahraga beladiri Pon Papua. *Journal of Sport Education (JOPE)*, 3(2), 113-126.
- Dvikaryani, N. K. S. H., & Jannah, M. (2020). Hubungan antara regulasi emosi dengan agresivitas atlet tinju Batalyon Artilleri Pertahanan Udara Sedang 8. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(3).
- Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). Memahami makna seni dalam pencak silat. *Panggung*, 29(3).
- Fachrurrozi, F., & Ibrahim, I. (2018). Hubungan kontrol diri dengan disiplin siswa dalam belajar. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1), 1-6.
- Febrianti, L., & Rachmawati, L. (2018). Pengaruh kecerdasan emosional dan disiplin belajar terhadap hasil belajar siswa di SMA Negeri 3 Nganjuk. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 6(2).
- Ferdiansa, G., & Neviyarni, S. (2020). Analisis perilaku agresif siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5(2).

- Fikry, T. R., & Khairani, M. (2017). Kecerdasan emosional dan kecemasan mahasiswa bimbingan skripsi di Universitas Syiah Kuala. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1 (2), 108.
- Galla, B. M., & Duckworth, A. L. (2015). More than resisting temptation: Beneficial habits mediate the relationship between self-control and positive life outcomes. *Journal of personality and social psychology*, 109(3), 508.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2016). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Gill, D. L., Williams, L., & Reifsteck, E. J. (2017). *Psychological dynamics of sport and exercise*. Human Kinetics.
- Goleman, D. (2017). *Emotional intelligence*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Handoko, A., & Ali, M. (2021). Hubungan fanatisme suporter sepakbola terhadap agresi Gubernur Cup di Provinsi Jambi. *Jurnal Pion*, 1(1), 34-43.
- Hartati, H., Destriana, D., & Junior, M. (2019). Latihan dot drill one foot terhadap kelincahan tendangan sabit dalam ekstrakurikuler pencak silat. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(1).
- Hartika, N., & Mariana, F. (2019). Pengaruh keaktifan belajar & kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Progress: Jurnal Pendidikan, Akuntansi Dan Keuangan*, 2(1), 57-71.
- Hasmara, P. S. (2022). Hubungan emotional quotient (eq) dengan hasil belajar pjok siswa kelas atas SDN Bakalan Gondang Mojokerto. *Corner: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 34-43.
- Husdarta. (2017). *Psikologi olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- 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.
- Irianto, D. P., & Lumintuарso, R. (2020). Exploring the psychological skills of indonesian pencak silat athletes at the 18thAsian Games. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 20(2), 10-16.

- Ismail, A. B., & Zawahreh, N. (2017). Self-control and its relationship with the internet addiction among a sample of Najran university students. *Journal of Education and Human Development*, 6(2), 168-174.
- Jamal, N. A., & Sugiarti, R. (2021). Kontrol diri terhadap agresivitas pada remaja pemain pro game online. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1).
- Karim, A. F. (2019). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif verbal pada siswa di SMP Negeri 4 Ungaran. *Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Semarang*.
- Khairi, A., Gufron, G., Mardius, A., & Saib, M. I. F. (2022). Design of digital scoring for pencak silat IPSI Branch in Padang City. *BIRCI-Journal*, 5(3), 19407-19417.
- Khoir, A. M. (2019). Kontrol diri dengan tingkat agresivitas remaja yang memiliki orang tua TNI atau Polri. *Cognicia*, 7(2), 202-213.
- Kliwon, K., & Sarwanto, A. (2019). Pengaruh aktivasi regulasi emosi terhadap prestasi olahraga atlet disabilitas NPC Kota Surakarta. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 177-183.
- Komarudin, K., & Risqi, F. (2020). Tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 1-8.
- Laksana, D. J. L. L., & Syafiq, M. (2021). Perilaku agresi pada anggota organisasi pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 154-160.
- Liskustyawati, H., Mukholid, A., & Waluyo, W. (2019). The average needs of pencak silat basic technique from sparring category. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 6(4), 308-313.
- Lubis, S. (2018). Hubungan kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam. *HIKMAH: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(2), 237-258.
- Maitrianti, C. (2021). Hubungan antara kecerdasan intrapersonal dengan kecerdasan emosional. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 11(2), 291-305.
- Malau, T. F., Sinaga, Y. L., Silitonga, R. L., Padang, S. A., Gultom, H. S., & Widiaستuti, M. (2022). Studi kasus peserta didik yang bertingkah laku agresif di salah satu sekolah Sma. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 1(4), 264-273.

- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300.
- Mohamad, M. (2018). *Pengaruh regulasi diri terhadap agresivitas anggota Perguruan Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih dan Persaudaraan Setia Hati Terate di Madiun*. [Undergraduate thesis]. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Munte, B., & Samosir, D. (2019). Hubungan kecerdasan emosional dengan motivasi belajar siswa (Kasus SMP Swasta HKBP Pematangsiantar). *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 12(3), 165-178.
- Notosoejitno. (2018). *Khazanah pencak silat*. Jakarta: Infomedika.
- Pratama, R., & Trilaksana, A. (2018). *Development of the Indonesian Pencak Silat Association (IPSI) 1948-1973*.
- Pratidina, P. A. O., & Marheni, A. (2019). Peran komunikasi efektif orangtua-remaja dan kontrol diri terhadap tingkat agresivitas remaja SMA di Kota Denpasar. *Psikologi Udayana*, 6(1), 58-67.
- Rezvani, A., & Khosravi, P. (2019). Emotional intelligence: The key to mitigating stress and fostering trust among software developers working on information system projects. *International Journal of Information Management*, 48, 139-150.
- Rinanda, F. Z., & Haryanta, H. (2019). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresivitas pada atlet futsal. *GamaJoP*, 3(1), 37-44.
- Rizal, M. (2018). Pengaruh kecerdasan spiritual terhadap kontrol diri remaja. *Jurnal Cendekia Ihya*, 1(1), 2623-0453.
- Rosyidah, A. (2020). *Hubungan regulasi emosi dengan self-control pada atlet pencak silat di Pimpinan Anak Cabang Kedamean*. [Skripsi sarjana, tidak diterbitkan]. Universitas Muhammadiyah Gresik.
- Sabrun, S. (2021). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap hasil belajar kognitif matematika siswa pada materi sudut dan garis. *Panthera: Jurnal Ilmiah Pendidikan Sains dan Terapan*, 1(1), 106-119.
- Salmi, S., Hariko, R., & Afdal, A. (2019). Hubungan kontrol diri dengan perilaku bullying siswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 88-99.
- Sampurna, I., & Mahmud, A. (2020). Nilai-nilai seni pencak silat pusaka karuhun dalam kehidupan masyarakat di Desa Sarageni Kecamatan Cimarga Kabupaten Lebak. *Jurnal Kala Manca*, 8(1), 1-9.

- Sarbudin, S., Faijin, F., Irham, I., Nurhayati, N., & Wahyuni, S. (2022). Implementasi bimbingan klasikal untuk meningkatkan self control pada peserta didik. *Guiding World: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2).
- Sentana, M. A., & Kumala, I. D. (2017). Agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 51-55.
- Septiani, S., Fauzi, Z., & Haryadi, R. (2021). Pengembangan media permainan kartu Uno untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa SMA. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 7(1), 6-14.
- Setiawan, F. D. (2023). *Hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresivitas pada atlet karate*. [Skripsi sarjana, tidak diterbitkan]. Universitas Katolik Soegijapranata.
- Simanjorang, A. C. O. N., & Wibowo, D. H. (2022). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan agresivitas pada mahasiswa KBM Futsal Universitas X. *Journal of Psychology Humanlight*, 3(1), 15-25.
- Sinulingga, A., Hasibuan, S., Kasih, I., Widyaningsih, O., & Marpaung, D. R. (2022). Transformation of pencak silat learning towards android-based mastery learning in the coaching study program. *Journal of Positive School Psychology*, 119-132.
- Sofia, R. M., & Cruz, J. F. A. (2015). Self-control as a mechanism for controlling aggression: A study in the context of sport competition. *Personality and Individual Differences*, 87, 302-306.
- Tangkudung, J. (2018). *Sport psychometrics: dasar-dasar dan instrumen sport psikometri*. Jakarta: Rajawai Press.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). *Mental training aspek-aspek psikologi dalam olahraga*. Jakarta: Cakrawala Cendikia.
- Verawati, I., & Sari, R. M. (2018). Tingkat agresivitas atlet pencak silat Sumatera Utara Mengikuti Pekan Olahraga Wilayah IX di Bangka Belitung. *Sains Olahraga: Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 2(1).
- Zahri, H., & Savira, I. (2018). Pengaruh self-control terhadap agresivitas remaja pada pelajar SMP dan SMU di sekolah perguruan nasional. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 6(1).
- Zulfah, Z. (2021). Karakter: Pengendalian diri. *Iqra: Jurnal Magister Pendidikan Islam*, 1(1), 28-33.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Uji Coba

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/589/UN34.16/LT/2024 3 Oktober 2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth . Nama : MAN 4 SLEMAN
Alamat : Pojok, Harjobinangun, Kec. Pakem, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta
55582

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama	:	Anton Prastyo
NIM	:	19602241068
Program Studi	:	Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Judul Tugas Akhir	:	HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP AGRESIFITAS PADA ATLET PENCAK SILAT DI SENTRA SLEMAN
Waktu Uji Instrumen	:	4 - 11 Oktober 2024

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.
Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.


Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan; Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
2. Mahasiswa yang bersangkutan. NIP. 19770218 200801 1 002

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari FIKK



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Alamat: Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1514/UN34.16/PT.01.04/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

11 Oktober 2024

Yth . SENTRA IPSI SLEMAN
GOR BPMP Jl. Raya LPMP, Karang Nongko, Tirtomartani, Kec. Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55571

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Anton Prastyo
NIM : 19602241068
Program Studi : Pendidikan Kependidikan Olahraga - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP AGRESIVITAS PADA ATLET PENCAK SILAT IPSI DI SENTRA SLEMAN
Waktu Penelitian : 13 - 20 Oktober 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan; NIP 19770218 200801 1 002
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Instrumen Uji Coba

A. Identitas Responden

Nama :.....

Usia :.....

Lama Mengikuti Latihan :.....

B. Pengantar

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul **“Hubungan antara Kontrol Diri dan Kecerdasan Emosional terhadap Agresivitas pada Atlet Pencak Silat di IPSI Sentra Sleman”** yang akan digunakan sebagai penyelesaian tugas akhir, maka peneliti memohon kepada saudara untuk membantu pengisian angket penelitian. Angket ini tidak akan mempengaruhi apapun yang berhubungan dengan kepentingan saudara.

C. Petunjuk Pengisian

Pilihlah salah satu jawaban dari setiap peryataan yang sesuai dengan anda, dengan member *chek list* (V) pada kolom yang tersedia.

Pilih salah satu yang sesuai dengan anda, yaitu:

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Warna bendera Negara Indonesia adalah merah putih.	✓			

Keterangan:

- SS Sangat Setuju
S Setuju
TS Tidak Setuju
STS Sangat Tidak Setuju

D. Instrumen Kontrol Diri

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Ketika ada masalah, saya menganggap itu merupakan ujian untuk diri saya				
2	Saya mengambil hikmah disetiap musibah				
3	Ketika disakiti saya berfikir untuk membalasnya				
4	Ketika marah saya merasa semua hal menjadi buruk				
5	Saya tetap bisa berfikir positif meskipun telah mengalami hal yang buruk				
6	Saya menganggap segala sesuatu itu tetap baik (positif) bahkan ketika sedang marah				
7	Orang lain adalah penyebab dari masalah yang saya alami				
8	Saya merasa sangat tidak beruntung ketika saya mempunyai masalah				
9	Sebelum bertanding, saya memikirkan teknik yang tepat untuk menghadapi lawan tanding saya nanti				
10	Saya berfikir dahulu sebelum mengeluarkan pendapat				
11	Saya tidak memikirkan akibat dari perbuatan yang pernah saya lakukan				
12	Saya tidak berfikir panjang untuk berargument saat rapat organisasi				
13	Saya tetap berhubungan baik dengan orang yang saya benci				
14	Saya tetap menyapa orang yang saya benci				
15	Saya akan langsung memukul orang yang mengganggu saya				
16	Saya sama sekali tidak mengacuhkan orang yang saya benci				
17	Saya tidak merusak apapun meski sedang marah				
18	Saat marah saya tidak akan memukul orang di sekitar				
19	Saya tidak segan untuk menyakiti orang yang telah memfitnah saya				
20	Saya akan membalas orang yang telah menyakiti saya				

21	Saat kalah dalam bertanding saya akan berlatih untuk lebih baik lagi			
22	Saya melakukan hal yang saya sukai (<i>hobby</i>) ketika sedang marah			
23	Saya melampiaskan kekecewaan dengan memarahi siapa saja yang saya temui			
24	Saat kesal (jengkel) saya merusak benda yang ada dihadapan saya			
25	Saya yakin dengan keputusan yang saya pilih			
26	Saya bisa menyelesaikan banyak masalah dengan baik			
27	Saat bingung ketika dihadapkan pada dua pilihan			
28	Saya mudah terpengaruh dengan omongan orang			
29	Saat ada masalah dengan seseorang saya mengambil jalan keluar yang saya anggap baik			
30	Dalam memutuskan sesuatu saya tidak mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain			
31	Saya bimbang dengan setiap keputusan yang saya ambil			
32	Saya tidak dapat menyelesaikan masalah sendiri			

E. Kecerdasan Emosional

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
Mengenali Emosi Diri Sendiri					
1	Saya mengetahui permasalahan yang membuat saya marah				
2	Saya tidak tahu ketika saya sedang cemas				
3	Saya merasa sedih melihat klub saya kalah				
4	Saya mudah marah ketika saya sedang lelah				
5	Saya sadar bahwa perasaan malu untuk bertanya dapat mengganggu kesulitan dalam berlatih				
6	Saya merasa canggung bila di depan harus memimpin latihan teman-teman satu klub				
Mengelola Emosi					
7	Saya akan memaklumi ketika keinginan saya tidak terpenuhi				
8	Saya tidak suka dalam berlarut-larut dalam masalah				
9	Saya akan memikirkan apa yang akan saya lakukan sebelum bertindak				
10	Saya tidak dapat mengekspresikan diri saya saat latihan				
11	Ketika marah saya memilih diam daripada melampiaskannya				
12	Saya sering membuat masalah di tempat latihan				
13	Saya selalu memupuk kepercayaan diri untuk menjadi sukses				
14	Saya tidak percaya dengan kemampuan yang saya miliki				
15	Saya tetap tenang menghadapi permasalahan yang sulit				
16	Saya tidak senang berkumpul bersama teman-teman dalam berlatih				
17	Saya mudah bergaul dengan teman yang tidak satu klub dengan saya				
18	Saya senang mengikuti latihan pencak silat karena mendapat banyak teman				
19	Saya lebih banyak dipengaruhi perasaan takut gagal daripada harapan untuk sukses				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
Memotivasi Diri Sendiri					
20	Saya menyadari kekurangan saya dan berusaha mengimbanginya dengan latihan di klub				
21	Saya susah bangkit ketika saya gagal				
22	Saya selalu berusaha menampilkan yang terbaik di antara teman satu klub				
23	Saya kurang percaya diri dengan cita-cita saya				
24	Saya selalu menyelesaikan tugas dari pelatih secepatnya setelah tugas tersebut diberikan				
25	Saya tidak akan pergi berlatih pencak silat sebelum pekerjaan rumah terselesaikan				
26	Saya senang menunda-nunda pekerjaan				
Mengenali Emosi Orang Lain					
27	Saya mampu menerima pendapat orang lain walaupun berbeda dengan pemikiran saya				
28	Saya tidak bisa menerima kritik yang diberikan kepada saya				
29	Saya merasa iba ketika melihat ada teman yang cedera				
30	Saya kurang bisa mengetahui bagaimana perasaan orang lain terhadap saya				
31	Saya bersedia mendengarkan keluh kesah dari orang lain				
32	Saya menghormati teman yang sedang memimpin latihan				
33	Saya tidak senang ketika ada teman berkeluh kesah kepada saya				
Membina Hubungan					
34	Saya selalu menyapa pelatih ketika bertemu dengan mereka				
35	Saya tidak pernah berjabat tangan ketika berjumpa dengan teman saya				
36	Ketika bersalah, saya akan meminta maaf				
37	Saya tidak mampu memberikan solusi terhadap permasalahan yang terjadi antara saya dengan teman saya				
38	Saya mudah bergaul dengan teman yang bukan satu klub dengan saya				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
39	Saya sungkan memulai pembicaraan dengan orang yang baru saya kenal				
40	Pada awal latihan, saya dapat cepat beradaptasi dengan latihan				
41	Saya adalah pribadi yang kurang menyenangkan dan tidak mempunyai banyak teman				
42	Saya antusias mengikuti kegiatan sosial				
43	Saya tidak suka mendukung teman saya				
44	Saya mampu memberikan gagasan untuk kemajuan bersama di klub				
45	Saya tidak mampu bekerjasama dengan teman satu klub untuk mencapai tujuan bersama				
46	Saya lebih suka menyelesaikan pekerjaan secara berkelompok				
47	Ketika memiliki uang saku lebih, saya tidak akan berbagi dengan teman				
48	Saya tidak akan bertanya sebelum pelatih mempersilahkan				
49	Saya akan berusaha menghibur teman yang terkena musibah				
50	Saya tidak senang berbicara dengan orang yang baru saya kenal				

F. Instrumen Agresivitas

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya akan mencubit orang yang mengejek saya				
2	Saya langsung mencubit teman yang memandang sinis kepada saya				
3	Saya hanya tersenyum ketika ada yang menggosipkan tentang saya				
4	Saya pura-pura untuk tidak dengar ketika ada orang lain yang membicarakan keburukan diri saya				
5	Saya menampar orang yang bicara tidak menyenangkan dengan saya				
6	Saya tidak segan untuk menampar orang yang menghina saya				
7	Saya membiarkan orang yang telah mengejek saya				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
8	Ketika dicemooh saya diam saja				
9	Saya memukul orang yang telah merampas barang milik saya				
10	Saya tidak segan memukul orang yang merebut makanan dengan saya				
11	Saya membiarkan seseorang yang merebut tempat dengan saya				
12	Saya tidak ngotot untuk mendapatkan sesuatu				
13	Ketika marah saya suka menendang barang yang ada disekitar				
14	Ketika ada orang (teman) yang berebut tempat duduk saya langsung menendangnya				
15	Saat emosi saya lebih memilih untuk diam				
16	Saya tidak akan melampiaskan kemarahan pada orang lain				
17	Ketika marah saya merusak benda yang ada disekitar				
18	Saya melampiaskan kemarahan dengan membakar kertas atau barang disekitar				
19	Ketika marah saya memilih untuk diam saja				
20	Saya memilih pergi ke taman ketika marah				
21	Saya akan menyakiti orang yang telah menghina organisasi				
22	Saya ingin menampar orang yang tidak adil kepada saya				
23	Saya tidak menyakiti orang yang menghina saya				
24	Saya selalu menyelesaikan masalah dengan orang yang menghina saya secara damai				
25	Saya mengejek orang yang tidak saya suka				
26	Saya meghina orang yang memang pantas saya hina				
27	Saya tidak akan membala orang yang sudah menjelek-jelekan saya				
28	Saya akan menyindir orang yang tidak saya sukai				
29	Saya mengumpat pada orang lain jika sedang kesal				
30	Saya melampiaskan kekesalan dengan mengumpat pada orang (teman) yang ada disekitar				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
31	Saya beristighfar ketika merasa kesal kepada orang lain				
32	Meski kesal saya tetap tersenyum pada orang lain				
33	Saya cenderung mencela orang yang tidak saya sukai				
34	Saya biasanya menghina orang yang tidak menyukai saya				
35	Saya cenderung tidak suka mengatai orang lain				
36	Saya sering menyanjung orang lain				
37	Saya biasanya menyebar keburukan orang yang tidak saya suka				
38	Saya cenderung menjelek-jelekan orang yang tidak saya sukai				
39	Saya akan menyimpan kejelekkan orang lain untuk diri saya sendiri				
40	Saya pikir tidak ada gunanya membicarakan orang lain dibelakangnya				
41	Saya membentak ketika meminta bantuan orang lain				
42	Saya biasanya suka membentak-bentak anggota yang tidak serius saat latihan				
43	Saya belajar bersikap lemah lembut kepada orang lain				
44	Saya tetap berkata-kata sopan meskipun dengan orang yang tidak saya suka				

Lampiran 4. Data Uji Coba

DATA UJI COBA KONTROL DIRI

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	Σ
1	3	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	77	
2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	77	
3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	78	
4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	
5	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	58		
6	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	70	
7	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	77	
8	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	85	
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	64	
10	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	58	
11	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	92	
12	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	63	
13	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95	
14	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	65	
15	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	3	61	
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	67	
18	2	2	1	1	2	2	1	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	56	
19	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	1	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	77	
20	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	3	87	
21	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	87	
22	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	61	
23	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	91		
24	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	78		

DATA UJI COBA KECERDASAN EMOSIONAL

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	Σ
1	2	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2	2	1	3	3	3	1	2	3	114						
2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	128							
3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	128								
4	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	120								
5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	90								
6	2	3	3	3	2	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	120								
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	132								
8	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	134								
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	100								
10	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	92									
11	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	145								
12	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	99									
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	150								
14	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	4	101										
15	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	2	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	96								
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	149								
17	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	104								
18	2	2	1	2	2	1	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	3	2	3	91								
19	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	115									
20	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	128								
21	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	131								
22	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	95							
23	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	141								
24	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	118							

DATA UJI COBA AGRESIVITAS

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	Σ
1	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	1	2	2	1	3	3	3	106					
2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	114							
3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	112									
4	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	103									
5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	77									
6	2	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	103							
7	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	113								
8	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	118								
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	87									
10	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	78									
11	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	129								
12	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	85									
13	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	130								
14	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	89									
15	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	2	1	3	1	2	2	2	2	2	83									
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	131								
17	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	91								
18	2	2	1	2	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	78								
19	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	102								
20	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	115								
21	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	117									
22	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	85									
23	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	124								
24	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	114									

Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas

Variabel Kontrol Diri

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	147.0417	626.911	-.045	.755
BUTIR 02	146.9167	613.819	.477	.749
BUTIR 03	146.8750	607.071	.640	.746
BUTIR 04	146.9583	597.433	.807	.742
BUTIR 05	147.0417	614.216	.420	.750
BUTIR 06	147.0000	612.087	.486	.749
BUTIR 07	146.9583	610.476	.533	.748
BUTIR 08	146.9583	612.737	.453	.749
BUTIR 09	146.9583	604.737	.738	.745
BUTIR 10	147.1250	606.375	.664	.746
BUTIR 11	147.2083	612.346	.502	.749
BUTIR 12	147.0000	610.609	.475	.748
BUTIR 13	147.0417	605.259	.546	.746
BUTIR 14	147.0833	607.906	.590	.747
BUTIR 15	147.0417	603.433	.823	.745
BUTIR 16	146.8750	603.940	.750	.745
BUTIR 17	146.9583	607.433	.750	.746
BUTIR 18	147.0000	605.217	.649	.746
BUTIR 19	147.0417	612.216	.589	.749
BUTIR 20	147.0000	609.391	.688	.747
BUTIR 21	146.9583	614.216	.470	.750
BUTIR 22	146.9167	610.601	.521	.748
BUTIR 23	147.1250	615.071	.521	.750
BUTIR 24	147.0000	604.348	.677	.745
BUTIR 25	146.9583	603.346	.788	.745
BUTIR 26	147.0833	600.341	.760	.743
BUTIR 27	146.8333	600.493	.775	.744
BUTIR 28	147.0833	594.775	.789	.741
BUTIR 29	147.0417	599.607	.766	.743
BUTIR 30	146.9167	596.862	.816	.742
BUTIR 31	147.0000	597.217	.757	.742
BUTIR 32	147.0000	596.522	.776	.742
Total	74.6667	156.493	1.000	.954

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.957	31

Lanjutan Lampiran

Variabel Kecerdasan Emosional

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	232.8333	1451.797	.721	.746
BUTIR 02	232.6667	1465.188	.621	.748
BUTIR 03	232.6250	1455.810	.740	.747
BUTIR 04	232.5833	1469.819	.425	.749
BUTIR 05	232.7917	1464.433	.586	.748
BUTIR 06	232.7500	1468.022	.486	.749
BUTIR 07	232.7083	1460.303	.653	.747
BUTIR 08	232.7083	1463.781	.574	.748
BUTIR 09	232.7083	1456.303	.745	.747
BUTIR 10	232.8750	1458.375	.683	.747
BUTIR 11	232.9583	1467.868	.516	.749
BUTIR 12	232.7500	1467.413	.442	.749
BUTIR 13	232.7917	1456.172	.570	.747
BUTIR 14	232.8333	1460.232	.620	.747
BUTIR 15	232.7917	1458.520	.727	.747
BUTIR 16	232.6250	1460.853	.627	.747
BUTIR 17	232.7083	1466.476	.598	.748
BUTIR 18	232.7500	1461.500	.564	.748
BUTIR 19	232.7917	1469.737	.546	.749
BUTIR 20	232.7500	1466.543	.613	.748
BUTIR 21	232.7083	1474.998	.372	.750
BUTIR 22	232.8333	1451.797	.721	.746
BUTIR 23	232.8750	1474.723	.455	.750
BUTIR 24	232.7500	1457.674	.644	.747
BUTIR 25	232.7083	1455.781	.757	.747
BUTIR 26	232.8333	1447.797	.800	.745
BUTIR 27	232.5833	1453.906	.697	.746
BUTIR 28	232.8333	1445.536	.716	.745
BUTIR 29	232.7917	1449.650	.747	.745
BUTIR 30	232.6667	1445.275	.799	.745
BUTIR 31	232.7500	1445.152	.754	.745
BUTIR 32	232.7500	1446.370	.733	.745
BUTIR 33	232.9583	1450.563	.678	.746
BUTIR 34	232.6667	1459.797	.762	.747
BUTIR 35	232.6667	1444.928	.806	.745
BUTIR 36	232.6667	1448.232	.744	.745
BUTIR 37	232.7500	1460.457	.586	.747
BUTIR 38	232.7500	1453.674	.727	.746
BUTIR 39	232.6667	1459.797	.762	.747
BUTIR 40	232.7083	1457.346	.721	.747
BUTIR 41	232.8333	1496.319	-.175	.754
BUTIR 42	232.6667	1465.188	.621	.748
BUTIR 43	232.6667	1455.884	.745	.747
BUTIR 44	232.7083	1445.346	.805	.745
BUTIR 45	232.7917	1464.433	.586	.748
BUTIR 46	232.7500	1468.022	.486	.749
BUTIR 47	232.7083	1460.303	.653	.747
BUTIR 48	232.7083	1463.781	.574	.748
BUTIR 49	232.6667	1456.232	.737	.747
BUTIR 50	232.2083	1490.433	-.029	.753
Total	117.5417	372.346	1.000	.969

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.973	48

Lanjutan Lampiran

Variabel Agresivitas

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	204.7917	1216.694	.733	.746
BUTIR 02	204.5833	1230.341	.571	.749
BUTIR 03	204.5833	1221.558	.708	.747
BUTIR 04	204.5000	1234.261	.390	.750
BUTIR 05	204.7500	1255.065	-.121	.755
BUTIR 06	204.6667	1232.667	.449	.750
BUTIR 07	204.6250	1227.027	.581	.749
BUTIR 08	204.6250	1230.679	.489	.749
BUTIR 09	204.5833	1220.514	.734	.747
BUTIR 10	204.7500	1221.761	.674	.747
BUTIR 11	204.7083	1253.259	-.071	.754
BUTIR 12	204.6667	1230.493	.445	.749
BUTIR 13	204.7083	1221.346	.550	.748
BUTIR 14	204.7500	1223.500	.633	.748
BUTIR 15	204.6667	1220.841	.751	.747
BUTIR 16	204.5833	1224.167	.643	.748
BUTIR 17	204.6250	1227.288	.671	.749
BUTIR 18	204.6667	1222.841	.618	.748
BUTIR 19	204.6667	1231.014	.578	.749
BUTIR 20	204.7083	1229.694	.641	.749
BUTIR 21	204.5833	1234.862	.443	.750
BUTIR 22	204.7500	1214.891	.752	.746
BUTIR 23	204.7500	1235.152	.496	.750
BUTIR 24	204.6250	1219.462	.684	.747
BUTIR 25	204.6250	1220.245	.751	.747
BUTIR 26	204.7083	1211.346	.811	.745
BUTIR 27	204.5000	1215.913	.749	.746
BUTIR 28	204.7500	1208.457	.755	.745
BUTIR 29	204.7083	1214.303	.748	.746
BUTIR 30	204.6250	1209.984	.815	.745
BUTIR 31	204.7083	1210.216	.766	.745
BUTIR 32	204.6667	1210.493	.750	.745
BUTIR 33	204.8750	1212.462	.732	.746
BUTIR 34	204.5833	1226.341	.686	.748
BUTIR 35	204.6250	1212.940	.754	.746
BUTIR 36	204.5417	1212.259	.757	.745
BUTIR 37	204.6250	1225.375	.552	.748
BUTIR 38	204.6250	1217.375	.731	.747
BUTIR 39	204.5417	1224.520	.730	.748
BUTIR 40	204.5833	1222.601	.682	.748
BUTIR 41	204.6250	1209.984	.815	.745
BUTIR 42	204.5417	1228.520	.617	.749
BUTIR 43	204.5417	1219.737	.747	.747
BUTIR 44	204.5833	1208.167	.844	.744
Total	103.5000	312.696	1.000	.968

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	N of Items	
.971	42	

Lampiran 6. Instrumen Penelitian

A. Identitas Responden

Nama :.....

Usia :.....

Lama Mengikuti Latihan :.....

B. Pengantar

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul **“Hubungan antara Kontrol Diri dan Kecerdasan Emosional terhadap Agresivitas pada Atlet Pencak Silat di IPSI Sentra Sleman”** yang akan digunakan sebagai penyelesaian tugas akhir, maka peneliti memohon kepada saudara untuk membantu pengisian angket penelitian. Angket ini tidak akan mempengaruhi apapun yang berhubungan dengan kepentingan saudara.

C. Petunjuk Pengisian

Pilihlah salah satu jawaban dari setiap peryataan yang sesuai dengan anda, dengan member *chek list* (V) pada kolom yang tersedia.

Pilih salah satu yang sesuai dengan anda, yaitu:

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Warna bendera Negara Indonesia adalah merah putih.	✓			

Keterangan:

- SS Sangat Setuju
S Setuju
TS Tidak Setuju
STS Sangat Tidak Setuju

D. Instrumen Kontrol Diri

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya mengambil hikmah disetiap musibah				
2	Ketika disakiti saya berfikir untuk membalasnya				
3	Ketika marah saya merasa semua hal menjadi buruk				
4	Saya tetap bisa berfikir positif meskipun telah mengalami hal yang buruk				
5	Saya menganggap segala sesuatu itu tetap baik (positif) bahkan ketika sedang marah				
6	Orang lain adalah penyebab dari masalah yang saya alami				
7	Saya merasa sangat tidak beruntung ketika saya mempunyai masalah				
8	Sebelum bertanding, saya memikirkan teknik yang tepat untuk menghadapi lawan tanding saya nanti				
9	Saya berfikir dahulu sebelum mengeluarkan pendapat				
10	Saya tidak memikirkan akibat dari perbuatan yang pernah saya lakukan				
11	Saya tidak berfikir panjang untuk berargument saat rapat organisasi				
12	Saya tetap berhubungan baik dengan orang yang saya benci				
13	Saya tetap menyapa orang yang saya benci				
14	Saya akan langsung memukul orang yang mengganggu saya				
15	Saya sama sekali tidak mengacuhkan orang yang saya benci				
16	Saya tidak merusak apapun meski sedang marah				
17	Saat marah saya tidak akan memukul orang di sekitar				
18	Saya tidak segan untuk menyakiti orang yang telah memfitnah saya				
19	Saya akan membalas orang yang telah menyakiti saya				
20	Saat kalah dalam bertanding saya akan berlatih				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	untuk lebih baik lagi				
21	Saya melakukan hal yang saya sukai (<i>hobby</i>) ketika sedang marah				
22	Saya melampiaskan kekecewaan dengan memarahi siapa saja yang saya temui				
23	Saat kesal (jengkel) saya merusak benda yang ada dihadapan saya				
24	Saya yakin dengan keputusan yang saya pilih				
25	Saya bisa menyelesaikan banyak masalah dengan baik				
26	Saat bingung ketika dihadapkan pada dua pilihan				
27	Saya mudah terpengaruh dengan omongan orang				
28	Saat ada masalah dengan seseorang saya mengambil jalan keluar yang saya anggap baik				
29	Dalam memutuskan sesuatu saya tidak mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain				
30	Saya bimbang dengan setiap keputusan yang saya ambil				
31	Saya tidak dapat menyelesaikan masalah sendiri				

E. Kecerdasan Emosional

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
Mengenali Emosi Diri Sendiri					
1	Saya mengetahui permasalahan yang membuat saya marah				
2	Saya tidak tahu ketika saya sedang cemas				
3	Saya merasa sedih melihat klub saya kalah				
4	Saya mudah marah ketika saya sedang lelah				
5	Saya sadar bahwa perasaan malu untuk bertanya dapat mengganggu kesulitan dalam berlatih				
6	Saya merasa canggung bila di depan harus memimpin latihan teman-teman satu klub				
Mengelola Emosi					
7	Saya akan memaklumi ketika keinginan saya tidak terpenuhi				
8	Saya tidak suka dalam berlarut-larut dalam masalah				
9	Saya akan memikirkan apa yang akan saya lakukan sebelum bertindak				
10	Saya tidak dapat mengekspresikan diri saya saat latihan				
11	Ketika marah saya memilih diam daripada melampiaskannya				
12	Saya sering membuat masalah di tempat latihan				
13	Saya selalu memupuk kepercayaan diri untuk menjadi sukses				
14	Saya tidak percaya dengan kemampuan yang saya miliki				
15	Saya tetap tenang menghadapi permasalahan yang sulit				
16	Saya tidak senang berkumpul bersama teman-teman dalam berlatih				
17	Saya mudah bergaul dengan teman yang tidak satu klub dengan saya				
18	Saya senang mengikuti latihan pencak silat karena mendapat banyak teman				
19	Saya lebih banyak dipengaruhi perasaan takut gagal daripada harapan untuk sukses				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
Memotivasi Diri Sendiri					
20	Saya menyadari kekurangan saya dan berusaha mengimbanginya dengan latihan di klub				
21	Saya susah bangkit ketika saya gagal				
22	Saya selalu berusaha menampilkan yang terbaik di antara teman satu klub				
23	Saya kurang percaya diri dengan cita-cita saya				
24	Saya selalu menyelesaikan tugas dari pelatih secepatnya setelah tugas tersebut diberikan				
25	Saya tidak akan pergi berlatih pencak silat sebelum pekerjaan rumah terselesaikan				
26	Saya senang menunda-nunda pekerjaan				
Mengenali Emosi Orang Lain					
27	Saya mampu menerima pendapat orang lain walaupun berbeda dengan pemikiran saya				
28	Saya tidak bisa menerima kritik yang diberikan kepada saya				
29	Saya merasa iba ketika melihat ada teman yang cedera				
30	Saya kurang bisa mengetahui bagaimana perasaan orang lain terhadap saya				
31	Saya bersedia mendengarkan keluh kesah dari orang lain				
32	Saya menghormati teman yang sedang memimpin latihan				
33	Saya tidak senang ketika ada teman berkeluh kesah kepada saya				
Membina Hubungan					
34	Saya selalu menyapa pelatih ketika bertemu dengan mereka				
35	Saya tidak pernah berjabat tangan ketika berjumpa dengan teman saya				
36	Ketika bersalah, saya akan meminta maaf				
37	Saya tidak mampu memberikan solusi terhadap permasalahan yang terjadi antara saya dengan teman saya				
38	Saya mudah bergaul dengan teman yang bukan satu klub dengan saya				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
39	Saya sungkan memulai pembicaraan dengan orang yang baru saya kenal				
40	Pada awal latihan, saya dapat cepat beradaptasi dengan latihan				
41	Saya antusias mengikuti kegiatan sosial				
42	Saya tidak suka mendukung teman saya				
43	Saya mampu memberikan gagasan untuk kemajuan bersama di klub				
44	Saya tidak mampu bekerjasama dengan teman satu klub untuk mencapai tujuan bersama				
45	Saya lebih suka menyelesaikan pekerjaan secara berkelompok				
46	Ketika memiliki uang saku lebih, saya tidak akan berbagi dengan teman				
47	Saya tidak akan bertanya sebelum pelatih mempersilahkan				
48	Saya akan berusaha menghibur teman yang terkena musibah				

F. Instrumen Agresivitas

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya akan mencubit orang yang mengejek saya				
2	Saya langsung mencubit teman yang memandang sinis kepada saya				
3	Saya hanya tersenyum ketika ada yang menggosipkan tentang saya				
4	Saya pura-pura untuk tidak dengar ketika ada orang lain yang membicarakan keburukan diri saya				
5	Saya tidak segan untuk menampar orang yang menghina saya				
6	Saya membiarkan orang yang telah mengejek saya				
7	Ketika dicemooh saya diam saja				
8	Saya memukul orang yang telah merampas barang milik saya				
9	Saya tidak segan memukul orang yang merebut makanan dengan saya				
10	Saya tidak ngotot untuk mendapatkan sesuatu				
11	Ketika marah saya suka menendang barang yang ada disekitar				
12	Ketika ada orang (teman) yang berebut tempat duduk saya langsung menendangnya				
13	Saat emosi saya lebih memilih untuk diam				
14	Saya tidak akan melampiaskan kemarahan pada orang lain				
15	Ketika marah saya merusak benda yang ada disekitar				
16	Saya melampiaskan kemarahan dengan membakar kertas atau barang disekitar				
17	Ketika marah saya memilih untuk diam saja				
18	Saya memilih pergi ke taman ketika marah				
19	Saya akan menyakiti orang yang telah menghina organisasi				
20	Saya ingin menampar orang yang tidak adil kepada saya				
21	Saya tidak menyakiti orang yang menghina saya				
22	Saya selalu menyelesaikan masalah dengan orang yang menghina saya secara damai				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
23	Saya mengejek orang yang tidak saya suka				
24	Saya meghina orang yang memang pantas saya hina				
25	Saya tidak akan membalas orang yang sudah menjelek-jelekan saya				
26	Saya akan menyindir orang yang tidak saya sukai				
27	Saya mengumpat pada orang lain jika sedang kesal				
28	Saya melampiaskan kekesalan dengan mengumpat pada orang (teman) yang ada disekitar				
29	Saya beristighfar ketika merasa kesal kepada orang lain				
30	Meski kesal saya tetap tersenyum pada orang lain				
31	Saya cenderung mencela orang yang tidak saya sukai				
32	Saya biasanya menghina orang yang tidak menyukai saya				
33	Saya cenderung tidak suka mengatai orang lain				
34	Saya sering menyanjung orang lain				
35	Saya biasanya menyebar keburukan orang yang tidak saya suka				
36	Saya cenderung menjelek-jelekan orang yang tidak saya sukai				
37	Saya akan menyimpan kejelekan orang lain untuk diri saya sendiri				
38	Saya pikir tidak ada gunanya membicarakan orang lain dibelakangnya				
39	Saya membentak ketika meminta bantuan orang lain				
40	Saya biasanya suka membentak-bentak anggota yang tidak serius saat latihan				
41	Saya belajar bersikap lemah lembut kepada orang lain				
42	Saya tetap berkata-kata sopan meskipun dengan orang yang tidak saya suka				

Lampiran 7. Data Penelitian Kontrol Diri

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Σ	mean
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	93	3.00	
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	65	2.10	
3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	75	2.42	
4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62	2.00	
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	93	3.00	
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	2.10	
7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68	2.19	
8	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	74	2.39	
9	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	66	2.13	
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	93	3.00	
11	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62	2.00	
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	93	3.00	
13	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	54	1.74	
14	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95	3.06	
15	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	87	2.81	
16	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	61	1.97	
17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	67	2.16	
18	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	4	91	2.94	
19	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	4	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	84	2.71	
20	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	92	2.97	
21	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	90	2.90	
22	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	73	2.35	
23	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	72	2.32	
24	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	68	2.19	
25	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	90	2.90	
26	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	66	2.13	

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Σ	mean
27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	2.10	
28	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	69	2.23	
29	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	68	2.19	
30	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	77	2.48	
31	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	68	2.19		
32	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	65	2.10	
33	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	74	2.39
34	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62	2.00	
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	91	2.94
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	66	2.13
37	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	69	2.23
38	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	72	2.32	
39	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	2	3	3	3	3	2	2	61	1.97
40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63	2.03	
41	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	73	2.35	
42	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	2.06	
43	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	3	3	3	3	1	1	62	2.00
44	3	2	3	3	1	1	3	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	4	3	3	3	2	2	65	2.10
45	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	74	2.39
46	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	1	2	2	1	3	3	78	2.52
47	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	65	2.10	
48	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	3	2	1	2	2	3	3	3	2	2	65	2.10	

Lampiran 8. Data Penelitian Kecerdasan Emosional

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	Σ	M
1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	103	2.15				
2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	108	2.25								
3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	117	2.44								
4	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	114	2.38								
5	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	2	2	2	3	1	1	121	2.52				
6	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	104	2.17							
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	120	2.50					
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	121	2.52						
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	121	2.52						
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	121	2.52			
11	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	2	2	123	2.56									
12	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1	2	1	1	1	2	3	3	1	118	2.46							
13	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	1	1	105	2.19								
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	122	2.54							
15	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	4	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	127	2.65									
16	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	121	2.52							
17	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	120	2.50						
18	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	128	2.67							
19	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	113	2.35								
20	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	121	2.52						
21	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	126	2.63						
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	124	2.58						
23	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	120	2.50					
24	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	124	2.58						
25	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	124	2.58						
26	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	122	2.54						

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	Σ	M
27	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	4	4	3	3	2	2	3	114	2.38	
28	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	113	2.35							
29	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	104	2.17									
30	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	132	2.75									
31	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	102	2.13									
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	122	2.54							
33	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	117	2.44								
34	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	116	2.42									
35	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	112	2.33								
36	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	104	2.17						
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	128	2.67								
38	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	99	2.06									
39	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	3	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	1	1	87	1.81					
40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	97	2.02				
41	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	117	2.44									
42	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	112	2.33							
43	3	3	3	3	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	1	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	92	1.92				
44	3	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1	2	4	3	3	3	3	1	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	95	1.98					
45	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119	2.48								
46	1	2	2	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	1	2	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	1	1	1	1	2	3	3	1	116	2.42							
47	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	1	1	1	1	2	2	2	3	3	1	3	3	2	1	101	2.10								
48	3	3	3	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	3	2	1	1	2	2	3	3	3	3	2	1	1	1	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	106	2.21						

Lampiran 9. Data Penelitian Agresivitas

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	Σ	M
1	3	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	1	4	4	101	2.40	
2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	107	2.55		
3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	107	2.55		
4	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	100	2.38			
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	3	79	1.88			
6	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	100	2.38			
7	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	105	2.50			
8	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	111	2.64			
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	85	2.02					
10	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	3	3	78	1.86	
11	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	123	2.93			
12	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	84	2.00				
13	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	124	2.95				
14	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	84	2.00			
15	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	4	84	2.00				
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	124	2.95			
17	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	91	2.17				
18	2	2	1	2	2	2	1	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	78	1.86				
19	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	99	2.36					
20	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	108	2.57			
21	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	110	2.62			
22	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82	1.95					
23	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	119	2.83			
24	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	100	2.38					
25	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	107	2.55	
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	107	2.55			

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	Σ	M
27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	118	2.81					
28	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	105	2.50							
29	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	2	2	107	2.55							
30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	80	1.90											
31	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	119	2.83										
32	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	110	2.62							
33	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4	4	105	2.50								
34	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	115	2.74								
35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	4	4	87	2.07									
36	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117	2.79							
37	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	83	1.98									
38	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	119	2.83							
39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	127	3.02							
40	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	126	3.00							
41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	123	2.93							
42	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	118	2.81							
43	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	121	2.88								
44	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	118	2.81							
45	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	116	2.76								
46	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	101	2.40							
47	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	110	2.62							
48	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	128	3.05						

Lampiran 10. Analisis Deskriptif Statistik

Statistics

		Kontrol Diri (X1)	Kecerdasan Emosional (X2)	Agresivitas (Y)
N	Valid	48	48	48
	Missing	0	0	0
Mean		2,36	2,38	2,50
Median		2,21	2,44	2,55
Mode		2,10	2,52	2,55
Std. Deviation		0,37	0,22	0,36
Minimum		1,74	1,81	1,86
Maximum		3,06	2,75	3,05
Sum		113,40	114,46	120,23

Kontrol Diri (X1)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1,74	1	2,1	2,1	2,1
	1,97	2	4,2	4,2	6,2
	2	4	8,3	8,3	14,6
	2,03	1	2,1	2,1	16,7
	2,06	1	2,1	2,1	18,8
	2,1	7	14,6	14,6	33,3
	2,13	3	6,2	6,2	39,6
	2,16	1	2,1	2,1	41,7
	2,19	4	8,3	8,3	50,0
	2,23	2	4,2	4,2	54,2
	2,32	2	4,2	4,2	58,3
	2,35	2	4,2	4,2	62,5
	2,39	3	6,2	6,2	68,8
	2,42	1	2,1	2,1	70,8
	2,48	1	2,1	2,1	72,9
	2,52	1	2,1	2,1	75,0
	2,71	1	2,1	2,1	77,1
	2,81	1	2,1	2,1	79,2
	2,9	2	4,2	4,2	83,3
	2,94	2	4,2	4,2	87,5
	2,97	1	2,1	2,1	89,6
	3	4	8,3	8,3	97,9
	3,06	1	2,1	2,1	100,0
	Total	48	100,0	100,0	

Lanjutan Lampiran

Kecerdasan Emosional (X2)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1,81	1	2,1	2,1	2,1
	1,92	1	2,1	2,1	4,2
	1,98	1	2,1	2,1	6,2
	2,02	1	2,1	2,1	8,3
	2,06	1	2,1	2,1	10,4
	2,1	1	2,1	2,1	12,5
	2,13	1	2,1	2,1	14,6
	2,15	1	2,1	2,1	16,7
	2,17	3	6,2	6,2	22,9
	2,19	1	2,1	2,1	25,0
	2,21	1	2,1	2,1	27,1
	2,25	1	2,1	2,1	29,2
	2,33	2	4,2	4,2	33,3
	2,35	2	4,2	4,2	37,5
	2,38	2	4,2	4,2	41,7
	2,42	2	4,2	4,2	45,8
	2,44	3	6,2	6,2	52,1
	2,46	1	2,1	2,1	54,2
	2,48	1	2,1	2,1	56,2
	2,5	3	6,2	6,2	62,5
	2,52	6	12,5	12,5	75,0
	2,54	3	6,2	6,2	81,2
	2,56	1	2,1	2,1	83,3
	2,58	3	6,2	6,2	89,6
	2,63	1	2,1	2,1	91,7
	2,65	1	2,1	2,1	93,8
	2,67	2	4,2	4,2	97,9
	2,75	1	2,1	2,1	100,0
Total		48	100,0	100,0	

Lanjutan Lampiran

Agresivitas (Y)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1,86	2	4,2	4,2	4,2
	1,88	1	2,1	2,1	6,2
	1,9	1	2,1	2,1	8,3
	1,95	1	2,1	2,1	10,4
	1,98	1	2,1	2,1	12,5
	2	3	6,2	6,2	18,8
	2,02	1	2,1	2,1	20,8
	2,07	1	2,1	2,1	22,9
	2,17	1	2,1	2,1	25,0
	2,36	1	2,1	2,1	27,1
	2,38	3	6,2	6,2	33,3
	2,4	2	4,2	4,2	37,5
	2,5	3	6,2	6,2	43,8
	2,55	5	10,4	10,4	54,2
	2,57	1	2,1	2,1	56,2
	2,62	3	6,2	6,2	62,5
	2,64	1	2,1	2,1	64,6
	2,74	1	2,1	2,1	66,7
	2,76	1	2,1	2,1	68,8
	2,79	1	2,1	2,1	70,8
	2,81	3	6,2	6,2	77,1
	2,83	3	6,2	6,2	83,3
	2,88	1	2,1	2,1	85,4
	2,93	2	4,2	4,2	89,6
	2,95	2	4,2	4,2	93,8
	3	1	2,1	2,1	95,8
	3,02	1	2,1	2,1	97,9
	3,05	1	2,1	2,1	100,0
Total		48	100,0	100,0	

Lampiran 11. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		48
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.25531549
Most Extreme Differences	Absolute	.080
	Positive	.075
	Negative	-.080
Kolmogorov-Smirnov Z		.553
Asymp. Sig. (2-tailed)		.920
a. Test distribution is Normal.		

Lampiran 12. Hasil Analisis Uji Linieritas

Agresivitas (Y) * Kontrol Diri (X1)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Agresivitas (Y) * Kontrol Diri (X1)	Between Groups	(Combined)	4.385	22	.199	2.842	.007
		Linearity	2.363	1	2.363	33.688	.000
		Deviation from Linearity	2.022	21	.096	1.373	.223
	Within Groups		1.754	25	.070		
		Total	6.139	47			

Agresivitas (Y) * Kecerdasan Emosional (X2)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Agresivitas (Y) * Kecerdasan Emosional (X2)	Between Groups	(Combined)	3.806	27	.141	1.208	.335
		Linearity	1.983	1	1.983	16.996	.001
		Deviation from Linearity	1.823	26	.070	.601	.889
	Within Groups		2.333	20	.117		
		Total	6.139	47			

Lampiran 13. Hasil Analisis Uji Regresi

Correlations

		Kontrol Diri (X1)	Kecerdasan Emosional (X2)	Agresivitas (Y)
Kontrol Diri (X1)	Pearson Correlation	1 6,358 .135 48	,417** 1,561 .033 48	-,620** -,000 -,082 48
	Sig, (2-tailed)		,003	,000
	Sum of Squares and Cross-products			-3,876
	Covariance			
	N			
Kecerdasan Emosional (X2)	Pearson Correlation	,417** 1,561 .033 48	1	-,568** -,000
	Sig, (2-tailed)		,003	
	Sum of Squares and Cross-products			-2,090
	Covariance			
	N			
Agresivitas (Y)	Pearson Correlation	-,620** -,000 -3,876 -,082 48	-,568** 1,000 -2,090 -,044 48	1 6,139 -,131 48
	Sig, (2-tailed)		,000	
	Sum of Squares and Cross-products			
	Covariance			
	N			

**, Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed),

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kecerdasan Emosional (X2), Kontrol Diri (X1) ^a		, Enter

a, All requested variables entered,

b, Dependent Variable: Agresivitas (Y)

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,708 ^a	,501	,479	,26093

a, Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosional (X2), Kontrol Diri (X1)

Lanjutan Lampiran

Model	Sum of Squares	ANOVA ^b	Mean Square	F	Sig,
1 Regression	3,075	2	1,538	22,585	,000 ^a
Residual	3,064	45	,068		
Total	6,139	47			

a, Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosional (X2), Kontrol Diri (X1)

b, Dependent Variable: Agresivitas (Y)

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Beta	t	Sig,
	B	Std. Error			
1 (Constant)	5,074	,428		11,861	,000
Kontrol Diri (X1)	-,456	,114	-,464	-4,006	,000
Kecerdasan Emosional (X2)	-,626	,193	-,375	-3,234	,002

a, Dependent Variable: Agresivitas (Y)

Lampiran 14. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Variabel	<i>b</i>	<i>cross product</i>	<i>Regression</i>	<i>R</i> ²
Kontrol Diri (X1)	-.456	-3.876	3.075	50.1
Kecerdasan Emosional (X2)	-.626	-2.090	3.075	50.1

HITUNGAN MENCARI SUMBANGAN EFEKTIF

$$SE_{X_i} = \left| \frac{b_{K_i} \cdot cross\ product \cdot R^2}{Regression} \right|$$

HITUNGAN MENCARI SUMBANGAN RELATIF

$$SR_{K_i} = \frac{SE}{R^2} \times 100\%$$

Variabel	SE (%)	SR (%)
Kontrol Diri (X1)	28,80	57,49
Kecerdasan Emosional (X2)	21,30	42,51
Jumlah	50,10	100

Lampiran 15. Tabel r

Tabel r Product Moment											
Pada Sig.0,05 (Two Tail)											
N	r	N	r	N	r	N	r	N	r	N	r
1	0.997	41	0.301	81	0.216	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.21	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.2	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Lampiran 16. Tabel t

Pr df	0.25 0.50	0.10 0.20	0.05 0.10	0.025 0.050	0.01 0.02	0.005 0.010	0.001 0.002
41	0.68052	1.30254	1.68288	2.01954	2.42080	2.70118	3.30127
42	0.68038	1.30204	1.68195	2.01808	2.41847	2.69807	3.29595
43	0.68024	1.30155	1.68107	2.01669	2.41625	2.69510	3.29089
44	0.68011	1.30109	1.68023	2.01537	2.41413	2.69228	3.28607
45	0.67996	1.30065	1.67943	2.01410	2.41212	2.68959	3.28148
46	0.67986	1.30023	1.67866	2.01290	2.41019	2.68701	3.27710
47	0.67975	1.29982	1.67793	2.01174	2.40835	2.68456	3.27291
48	0.67964	1.29944	1.67722	2.01063	2.40658	2.68220	3.26891
49	0.67953	1.29907	1.67655	2.00958	2.40489	2.67995	3.26508
50	0.67943	1.29871	1.67591	2.00856	2.40327	2.67779	3.26141
51	0.67933	1.29837	1.67528	2.00758	2.40172	2.67572	3.25789
52	0.67924	1.29805	1.67469	2.00665	2.40022	2.67373	3.25451
53	0.67915	1.29773	1.67412	2.00575	2.39879	2.67182	3.25127
54	0.67906	1.29743	1.67356	2.00488	2.39741	2.66998	3.24815
55	0.67898	1.29713	1.67303	2.00404	2.39608	2.66822	3.24515
56	0.67890	1.29685	1.67252	2.00324	2.39480	2.66651	3.24226
57	0.67882	1.29658	1.67203	2.00247	2.39357	2.66487	3.23948
58	0.67874	1.29632	1.67155	2.00172	2.39238	2.66329	3.23680
59	0.67867	1.29607	1.67109	2.00100	2.39123	2.66176	3.23421
60	0.67860	1.29582	1.67065	2.00030	2.39012	2.66028	3.23171
61	0.67853	1.29558	1.67022	1.99962	2.38905	2.65886	3.22930
62	0.67847	1.29536	1.66980	1.99897	2.38801	2.65748	3.22696
63	0.67840	1.29513	1.66940	1.99834	2.38701	2.65615	3.22471
64	0.67834	1.29492	1.66901	1.99773	2.38604	2.65485	3.22253
65	0.67828	1.29471	1.66864	1.99714	2.38510	2.65360	3.22041
66	0.67823	1.29451	1.66827	1.99656	2.38419	2.65239	3.21837
67	0.67817	1.29432	1.66792	1.99601	2.38330	2.65122	3.21639
68	0.67811	1.29413	1.66757	1.99547	2.38245	2.65008	3.21446
69	0.67806	1.29394	1.66724	1.99495	2.38161	2.64898	3.21260
70	0.67801	1.29376	1.66691	1.99444	2.38081	2.64790	3.21079
71	0.67796	1.29359	1.66660	1.99394	2.38002	2.64686	3.20903
72	0.67791	1.29342	1.66629	1.99346	2.37926	2.64585	3.20733
73	0.67787	1.29326	1.66600	1.99300	2.37852	2.64487	3.20567
74	0.67782	1.29310	1.66571	1.99254	2.37780	2.64391	3.20406
75	0.67778	1.29294	1.66543	1.99210	2.37710	2.64298	3.20249
76	0.67773	1.29279	1.66515	1.99167	2.37642	2.64208	3.20096
77	0.67769	1.29264	1.66488	1.99125	2.37576	2.64120	3.19948
78	0.67765	1.29250	1.66462	1.99085	2.37511	2.64034	3.19804
79	0.67761	1.29236	1.66437	1.99045	2.37448	2.63950	3.19663
80	0.67757	1.29222	1.66412	1.99006	2.37387	2.63869	3.19526

Lampiran 17. Tabel Distribusi F

df untuk penyebut (N2)	df untuk pembilang (N1)														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
46	4.05	3.20	2.81	2.57	2.42	2.30	2.22	2.15	2.09	2.04	2.00	1.97	1.94	1.91	1.89
47	4.05	3.20	2.80	2.57	2.41	2.30	2.21	2.14	2.09	2.04	2.00	1.96	1.93	1.91	1.88
48	4.04	3.19	2.80	2.57	2.41	2.29	2.21	2.14	2.08	2.03	1.99	1.96	1.93	1.90	1.88
49	4.04	3.19	2.79	2.56	2.40	2.29	2.20	2.13	2.08	2.03	1.99	1.96	1.93	1.90	1.88
50	4.04	3.18	2.79	2.56	2.40	2.29	2.20	2.13	2.07	2.03	1.99	1.95	1.92	1.89	1.87
51	4.03	3.18	2.79	2.55	2.40	2.28	2.20	2.13	2.07	2.02	1.98	1.95	1.92	1.89	1.87
52	4.03	3.18	2.78	2.55	2.39	2.28	2.19	2.12	2.07	2.02	1.98	1.94	1.91	1.89	1.86
53	4.02	3.17	2.78	2.55	2.39	2.28	2.19	2.12	2.06	2.01	1.97	1.94	1.91	1.88	1.86
54	4.02	3.17	2.78	2.54	2.39	2.27	2.18	2.12	2.06	2.01	1.97	1.94	1.91	1.88	1.86
55	4.02	3.16	2.77	2.54	2.38	2.27	2.18	2.11	2.06	2.01	1.97	1.93	1.90	1.88	1.85
56	4.01	3.16	2.77	2.54	2.38	2.27	2.18	2.11	2.05	2.00	1.96	1.93	1.90	1.87	1.85
57	4.01	3.16	2.77	2.53	2.38	2.26	2.18	2.11	2.05	2.00	1.96	1.93	1.90	1.87	1.85
58	4.01	3.16	2.76	2.53	2.37	2.26	2.17	2.10	2.05	2.00	1.96	1.92	1.89	1.87	1.84
59	4.00	3.15	2.76	2.53	2.37	2.26	2.17	2.10	2.04	2.00	1.96	1.92	1.89	1.86	1.84
60	4.00	3.15	2.76	2.53	2.37	2.25	2.17	2.10	2.04	1.99	1.95	1.92	1.89	1.86	1.84
61	4.00	3.15	2.76	2.52	2.37	2.25	2.16	2.09	2.04	1.99	1.95	1.91	1.88	1.86	1.83
62	4.00	3.15	2.75	2.52	2.36	2.25	2.16	2.09	2.03	1.99	1.95	1.91	1.88	1.85	1.83
63	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.25	2.16	2.09	2.03	1.98	1.94	1.91	1.88	1.85	1.83
64	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.24	2.16	2.09	2.03	1.98	1.94	1.91	1.88	1.85	1.83
65	3.99	3.14	2.75	2.51	2.36	2.24	2.15	2.08	2.03	1.98	1.94	1.90	1.87	1.85	1.82
66	3.99	3.14	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.03	1.98	1.94	1.90	1.87	1.84	1.82
67	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.02	1.98	1.93	1.90	1.87	1.84	1.82
68	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.02	1.97	1.93	1.90	1.87	1.84	1.82
69	3.98	3.13	2.74	2.50	2.35	2.23	2.15	2.08	2.02	1.97	1.93	1.90	1.86	1.84	1.81
70	3.98	3.13	2.74	2.50	2.35	2.23	2.14	2.07	2.02	1.97	1.93	1.89	1.86	1.84	1.81
71	3.98	3.13	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.97	1.93	1.89	1.86	1.83	1.81
72	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.86	1.83	1.81
73	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.86	1.83	1.81
74	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.22	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.85	1.83	1.80
75	3.97	3.12	2.73	2.49	2.34	2.22	2.13	2.06	2.01	1.96	1.92	1.88	1.85	1.83	1.80
76	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.01	1.96	1.92	1.88	1.85	1.82	1.80
77	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.96	1.92	1.88	1.85	1.82	1.80
78	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.85	1.82	1.80
79	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.85	1.82	1.79
80	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.21	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.84	1.82	1.79
81	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21	2.12	2.05	2.00	1.95	1.91	1.87	1.84	1.82	1.79
82	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21	2.12	2.05	2.00	1.95	1.91	1.87	1.84	1.81	1.79
83	3.96	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.95	1.91	1.87	1.84	1.81	1.79
84	3.95	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.95	1.90	1.87	1.84	1.81	1.79
85	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.84	1.81	1.79
86	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.84	1.81	1.78
87	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.20	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.83	1.81	1.78
88	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.20	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.81	1.78
89	3.95	3.10	2.71	2.47	2.32	2.20	2.11	2.04	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.80	1.78
90	3.95	3.10	2.71	2.47	2.32	2.20	2.11	2.04	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.80	1.78

Lampiran 18. Dokumentasi Uji Coba



Gambar Uji Coba di MAN 4 Sleman

Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian



Gambar Penelitian di IPSI Sleman



Gambar Penelitian di IPSI Sleman