

**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 Kepelatihan

**OLEH:
ANTON PRASTYO
NIM 19602241068**

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

LEMBAR PERSETUJUAN

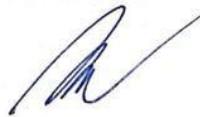
**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KECERDASAN
EMOSIONAL TERHADAP AGRESIVITAS PADA ATLET
PENCAK SILAT IPSI DI SENTRA SLEMAN**

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 October 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, ²⁸ 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 |

Yogyakarta,.....
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan


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 Allah 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 AGGRESSIVENESS 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 selesainya 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 selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Sekretaris dan Penguji 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 spritual 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 perlawanan 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 frustrasi. 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 upaya 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 memotivasi 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 mencirikan 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 & Lumintuarso, 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 dilakukan 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 merupakan warisan budaya yang telah diakui. Pencak silat adalah suatu budaya nenek moyang bangsa Indonesia yang perlu dilestarikan dan disebarluaskan keberadaannya. 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-gerak (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 penggunaannya 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 merintang 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 menyatukan 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, dilakukan 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 kegoncangan dan kebingungan 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

Ghufroon & 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) menjellaskan 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 Ghufroon & 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

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.

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 | ,417** | -,620** |
| | Sig, (2-tailed) | | ,003 | ,000 |
| | Sum of Squares and Cross-products | 6,358 | 1,561 | -3,876 |
| | Covariance | ,135 | ,033 | -,082 |
| | N | 48 | 48 | 48 |
| Kecerdasan Emosional (X2) | Pearson Correlation | ,417** | 1 | -,568** |
| | Sig, (2-tailed) | ,003 | | ,000 |
| | Sum of Squares and Cross-products | 1,561 | 2,203 | -2,090 |
| | Covariance | ,033 | ,047 | -,044 |
| | N | 48 | 48 | 48 |
| Agresivitas (Y) | Pearson Correlation | -,620** | -,568** | 1 |
| | Sig, (2-tailed) | ,000 | ,000 | |
| | Sum of Squares and Cross-products | -3,876 | -2,090 | 6,139 |
| | Covariance | -,082 | -,044 | ,131 |
| | N | 48 | 48 | 48 |

** , 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 | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
|-------|---------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 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>R²</i> |
|---------------------------|----------|----------------------|-------------------|----------------------|
| Kontrol Diri (X1) | -.456 | -3.876 | 3.075 | 50.1 |
| Kecerdasan Emosional (X2) | -.626 | -2.090 | 3.075 | 50.1 |

HITUNGAN MENCARI SUMBANGAN EFEKTIF

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

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 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 | 0.67998 | 1.30065 | 1.67945 | 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 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