

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA FATHERLESS

Jelita Maharani¹, Agustina²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

Alamat e-mail: 1j Maharani88@gmail.com, 2agustina@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between self-control and aggressive behavior among adolescents experiencing fatherless. Fatherlessness, a condition in which adolescents grow up without the presence of a father figure either physically or emotionally, has the potential to affect psychological development, including emotional regulation and behavioral control. Low levels of self-control in fatherless adolescents may increase their tendency to display aggressive behaviors, such as verbal aggression, physical aggression, and other forms of emotional reactivity. This study employed a quantitative method with a non-experimental correlational design and a snowball sampling technique. A total of 198 adolescents who met the criteria for moderate to high levels of fatherless based on the Fatherless Scale. The instruments used were the Skala Kontrol Diri Ringkas (SKDR) to measure self-control and the Buss–Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) to assess aggressive behavior. Data were analyzed using Spearman's correlation test due to the non-normal distribution of the variables. The results indicated a negative and significant relationship between self-control and aggressive behavior ($r = -0.437$, $p < 0.001$). These findings suggest that lower levels of self-control are associated with higher tendencies toward aggressive behavior in fatherless adolescents. This study contributes to a deeper understanding of the psychological factors influencing aggressiveness in adolescents and provides a foundation for developing interventions aimed at strengthening self-regulation among emotionally vulnerable youth.

Keywords: *Fatherless, Self-Control, Aggressive Behavior, Adolescents, Psychological Development.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan perilaku agresif pada remaja yang mengalami *fatherless*. Fenomena *fatherless*, yaitu kondisi ketika remaja tumbuh tanpa kehadiran figur ayah baik secara fisik maupun emosional, berpotensi memengaruhi perkembangan psikologis, termasuk kemampuan mengelola emosi dan mengendalikan perilaku. Rendahnya kontrol diri pada remaja *fatherless* dapat meningkatkan kecenderungan mereka dalam menampilkan perilaku agresif, seperti agresi verbal, agresi fisik, maupun bentuk agresivitas lain yang muncul sebagai respon emosional. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional non-eksperimental serta teknik *snowball sampling*. Sebanyak 198 remaja yang memenuhi kriteria

fatherless kategori sedang hingga tinggi berdasarkan Skala Fatherless. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Kontrol Diri Ringkas (SKDR) untuk mengukur kontrol diri dan Buss-Perry Agression Questionnaire (BPAQ) untuk mengukur perilaku agresif. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman karena distribusi data tidak normal. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara kontrol diri dan perilaku agresif ($r = -0.437$, $p < 0.001$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin rendah kemampuan kontrol diri, semakin tinggi kecenderungan perilaku agresif pada remaja *fatherless*. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami faktor psikologis yang memengaruhi agresivitas pada remaja, serta dapat menjadi dasar pengembangan intervensi untuk meningkatkan regulasi diri pada kelompok remaja yang rentan secara emosional.

Kata Kunci: Fatherless, Kontrol Diri, Perilaku Agresif, Remaja, Perkembangan Psikologis.

A. Pendahuluan

Perubahan pesat dalam aspek biologis, kognitif, dan sosial-emosional menjadi ciri dari masa remaja yang merupakan salah satu fase penting dalam perkembangan individu. Santrock (2019) menjelaskan bahwa masa remaja biasanya dimulai pada rentang usia 10 sampai 13 tahun dan berakhir pada usia 18 sampai 22 tahun, pada masa ini merupakan waktu evaluasi diri, pengambilan keputusan penting, pembentukan komitmen, serta pencarian jati diri dalam kehidupan sosial. Perkembangan remaja tidak lepas dari pengaruh lingkungan. Atsari dan Ichsan (2025) menyatakan perkembangan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti dukungan sosial, lingkungan sekolah, serta kondisi keluarga, yang memegang

peran krusial dalam membentuk identitas dan regulasi emosi individu. Pada lingkungan keluarga yang optimal, remaja akan mendapat dukungan emosional, arahan, serta model peran yang membantu dalam pembentukan karakter dan mentalitas yang selanjutnya berpengaruh dalam menentukan keberfungsian remaja (Nisai & Santoso, 2022).

Ketika individu mengalami ketidakhadiran salah satu peran orang tua, terutama figur ayah, maka proses perkembangan emosional dan psikososial remaja dapat terganggu (Sengkey et al., 2025). Ketidakhadiran ayah, baik secara fisik maupun emosional, dikenal dengan istilah *fatherless* atau *father hunger*. Fenomena ini telah menjadi isu global sebagaimana yang dilaporkan oleh National Fatherhood Initiative tahun

2022 yang menyebutkan bahwa sekitar 18,4 juta anak atau setara dengan 1 dari 4 anak mengalami kondisi *fatherless* dan tidak tinggal bersama ayah (Mujibah et al., 2025).

Ketidakhadiran figur ayah secara emosional maupun fisik tidak hanya berdampak pada aspek ekonomi, tetapi juga psikososial remaja. Fadhila et al. (2022) menjelaskan bahwa kurangnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat meningkatkan risiko munculnya masalah emosional dan perilaku, karena remaja kehilangan sosok yang berperan penting dalam membimbing moral dan emosional. Studi Fauzana (2023), menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan memberikan berkontribusi besar terhadap kesejahteraan psikologis remaja, kematangan emosi, rasa percaya diri, harga diri, serta kemampuan kontrol diri. Remaja yang belum memiliki kematangan dalam mengelola emosi dan regulasi diri, serta mengalami tekanan dalam keluarga cenderung lebih rentan untuk menunjukkan perilaku agresif, baik dalam bentuk verbal maupun fisik untuk melukai seseorang (Tryarini et al., 2025).

Bentuk ekspresi emosional seseorang yang muncul sebagai respon terhadap ketidakberhasilan atau situasi yang dianggap mengecewakan merupakan perilaku agresif (Islammarida & Mamik, 2022). Perilaku agresif menjadi salah satu permasalahan yang cukup umum di kalangan remaja karena perilaku ini tidak hanya merugikan diri sendiri, tetapi juga dapat menimbulkan dampak negatif bagi orang lain yang menjadi sasaran perilaku tersebut (Yunalia & Etika, 2020). Menurut Wulandari et al. (2021), perilaku ini dapat diwujudkan dalam bentuk tindakan perusakan terhadap benda maupun serangan terhadap orang lain, baik secara verbal maupun nonverbal.

Perilaku agresif sering kali dipicu oleh berbagai faktor, antara lain tekanan sosial, masalah emosional, dan kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar. Penelitian oleh Nihayati (2023), menunjukkan bahwa lingkungan keluarga yang tidak stabil, seperti situasi *fatherless* dapat meningkatkan kecenderungan anak untuk berperilaku agresif. Hal ini sejalan dengan temuan Yuliana et al. (2023) yang mengungkapkan bahwa remaja yang tidak memiliki figur ayah

sering kali mengalami kesulitan dalam mengembangkan kontrol diri, sehingga berpotensi lebih mudah menunjukkan perilaku agresif. Penelitian Agustin et al. (2024) menyebutkan bahwa kondisi keluarga tanpa kehadiran figur ayah berdampak negatif pada kemampuan kontrol diri remaja, sehingga remaja yang memiliki kontrol diri rendah rentan mengekspresikan agresivitas.

Ventresca et al. (2022) menjelaskan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran, emosi, dan perilaku agar selaras dengan tuntutan lingkungan sosial, serta kemampuan untuk menahan impuls atau dorongan sesaat demi tujuan jangka panjang. Individu dengan tingkat kontrol diri yang baik mampu mengarahkan dirinya secara sadar untuk menghindari perilaku merugikan, sehingga remaja yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung menunjukkan perilaku yang adaptif (Kusmaharani & Risnawaty, 2024). Meski demikian, kemampuan kontrol diri tidak terbentuk secara begitu saja, melainkan sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satu faktor yang melemahkan kemampuan

kontrol diri adalah ketidakhadiran figur ayah. Studi oleh Qomariyah (2024) menemukan bahwa remaja yang mengalami *fatherless* umumnya cenderung menunjukkan kontrol diri rendah, karena kurangnya dukungan, arahan, dan pengawasan dari ayah pada tahap perkembangan penting.

Berdasarkan uraian penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan Kontrol Diri terhadap Perilaku Agresif pada Remaja *Fatherless*”. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial dan perkembangan, dengan memperdalam pemahaman mengenai hubungan kontrol diri dengan perilaku agresif pada remaja *fatherless*. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi remaja khususnya yang mengalami *fatherless* untuk dapat memahami pentingnya kontrol diri sebagai upaya dalam mencegah perilaku agresif dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan

untuk menguji hipotesis antarvariabel melalui data numerik yang dianalisis secara statistik (Sugiyono, 2023). Teknik sampling yang digunakan adalah snowball sampling, yakni metode pengambilan sampel non-probability yang didasarkan pada kriteria tertentu sesuai karakteristik partisipan. Untuk mencapai jumlah partisipan yang dibutuhkan, kuesioner disebarikan secara online kepada individu yang memenuhi persyaratan tersebut.

Instrumen penelitian terdiri dari dua skala psikologis: Skala Kontrol Diri Ringkas yang dikembangkan oleh Tangney et al. (2004) dan telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Arifin dan Mila (2020), serta Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) yang disusun oleh Buss dan Perry (1992) dan diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Nurjannah (2018). Kuesioner juga mencantumkan Skala *Fatherless* sebagai alat penyaringan untuk mengidentifikasi remaja yang mengalami *fatherless*.

Penilaian respons partisipan menggunakan skala Likert lima pilihan: Sangat Setuju, Setuju, Netral, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Proses analisis data meliputi

uji deskriptif, uji normalitas, dan uji korelasi untuk mengetahui hubungan antara variabel kontrol diri dan perilaku agresif pada remaja *fatherless*.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 198 remaja yang mengalami *fatherless* dengan kategori sedang hingga tinggi. Dari total tersebut, 60 partisipan (30,3%) merupakan laki-laki, sedangkan 138 partisipan (69,7%) adalah perempuan. Komposisi ini menunjukkan bahwa jumlah responden perempuan lebih banyak dibandingkan dengan responden laki-laki.

Tabel 1. Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	60	30.3
Perempuan	138	69.7
Total	198	100

Skala Kontrol Diri Ringkas digunakan untuk mengukur variabel kontrol diri. Berdasarkan hasil pengukuran terdapat skor terkecil 11 dan skor terbesar 28, dan mean 19.6 dengan SD = 3.51

Tabel 2. Gambaran Variabel Kontrol Diri

N	Min	Maks	Mean	Std. Deviation
198	11.00	28.00	19.6465	3.51736

Kategorisasi variabel kontrol diri dibagi menjadi 3, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Rumus untuk kategori rendah yaitu $X < \text{Mean} - \text{SD}$. Rumus untuk kategori sedang adalah $\text{Mean} - \text{SD} < X < \text{Mean} + \text{SD}$. Rumus kategori tinggi adalah $X > \text{Mean} + \text{SD}$. Kategorisasi variabel kontrol diri terdapat pada tabel 3.

Tabel 3. Kategori Variabel Kontrol Diri

Kategori	Rumus Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	< 16.13	36	18.2
Sedang	$16.13 - 23.17$	135	68.2
Tinggi	> 23.17	27	13.6
Total		198	100

Variabel Perilaku Agresif diukur menggunakan *Buss-Perry Aggression Questionnaire* (BPAQ). Skor partisipan terkecil yang didapatkan adalah 50 dan skor partisipan terbesar adalah 141. Mean variabel perilaku agresif adalah 109.7 dengan SD = 19.66

Tabel 4. Gambaran Variabel Perilaku Agresif

N	Min	Maks	Mean	Std. Deviation
198	50.00	141.00	109.7475	19.66514

Sama seperti variabel kontrol diri, Kategorisasi variabel perilaku agresif dibagi menjadi 3, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Rumus untuk kategori rendah yaitu $X < \text{Mean} - \text{SD}$. Rumus untuk kategori sedang adalah $\text{Mean} - \text{SD} < X < \text{Mean} + \text{SD}$. Rumus kategori tinggi adalah $X > \text{Mean} + \text{SD}$. Kategorisasi variabel perilaku agresif terdapat pada tabel 5.

Tabel 5. Kategorisasi Variabel Perilaku Agresif

Kategori	Rumus Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	< 90.09	40	20.2
Sedang	$90.09 - 129.41$	136	68.7
Tinggi	> 129.41	22	11.1
Total		198	100

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memiliki nilai signifikansi 0.002, sedangkan variabel perilaku agresif memperoleh nilai signifikansi $p < 0.001$. Karena kedua nilai tersebut

berada di bawah batas signifikansi 0.05, maka data pada kedua variabel dinyatakan tidak berdistribusi normal. Kondisi ini dapat terjadi akibat penyebaran data yang kurang merata serta adanya kecenderungan responden untuk memilih kategori tertentu secara dominan, sehingga distribusi data menjadi tidak normal.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Variabel	P
Kontrol Diri	0.002
Perilaku Agresif	<0.001

Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku agresif. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah -0.437, yang mengindikasikan korelasi negatif, yaitu semakin rendah tingkat kontrol diri seseorang, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku agresif yang ditampilkan. Selain itu, nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) < 0.001 menegaskan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan negatif yang signifikan.

Tabel 6. Hasil Uji Korelasi Spearman

Variabel	N	Koefisien Korelasi	Sig. (2-tailed)
Kontrol Diri	198	-0.437	<0.001
Perilaku Agresif	198	-0.437	<0.001

E. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kontrol diri dan perilaku agresif pada remaja *fatherless*. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin rendah kemampuan remaja dalam mengendalikan emosi dan impuls, semakin tinggi kecenderungan mereka untuk menunjukkan perilaku agresif, baik secara verbal maupun fisik. Kondisi *fatherless* yang dialami remaja berpotensi menghambat perkembangan kemampuan regulasi diri, sehingga meningkatkan risiko munculnya perilaku agresif. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa kontrol diri merupakan faktor penting yang berperan dalam menurunkan perilaku agresif pada remaja yang tidak memiliki kehadiran figur ayah.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti merekomendasikan agar remaja *fatherless* mendapatkan

dukungan yang dapat membantu mereka mengembangkan kemampuan kontrol diri, terutama dalam mengelola emosi dan dorongan impulsif. Peran keluarga, sekolah, dan konselor sangat penting dalam menyediakan pendampingan serta lingkungan yang kondusif bagi pembentukan regulasi diri. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memasukkan variabel lain seperti regulasi emosi, pola asuh, atau dukungan sosial, agar pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku agresif pada remaja fatherless menjadi lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, A., Purwaningtyas, F. D., Rahmadian, M., & Yulianasari, V. (2024). Literature Study: The impact of fatherlessness on adolescent self-control ability. *Seminar Nasional dan Call for Paper 2023 dengan Tema; Penguatan Sumber Daya Manusia Menuju Indonesia Emas 2045; PSGESI LPPM UWP*, 11(1), 156-160.
<https://doi.org/10.38156/gesi.v9i1.388>
- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan Properti Psikometrik Skala Kontrol Diri Ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179-195.
- Atsari, A. R. A., & Ichsan. (2025). Dinamika Perkembangan Remaja: Menelusuri jalan perkembangan diri, kemandirian, dan aspek psikososial. *Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, 2(2), 221-228.
<https://doi.org/10.61722/jinu.v2i2.3642>
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-458.
- Fadhila, J., Rahmi, K. A., Azizah, M., Nushasni, N., Yani, KA. K., Gowasa, M. W., & Hendri, M. (2025). Sistematis literatur review: Dampak fatherless terhadap kondisi sosio-emosional anak. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikologi, Keperawatan, dan Kebidanan*, 3(2), 290-297.
<https://doi.org/10.61132/corona.v3i2.1313>
- Fauzana, K. (2023). Dampak keterlibatan ayah dalam pengasuhan remaja: Sebuah Studi Literatur. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, 7(1), 39-49.
<https://doi.org/10.30762/happines.s.v7i1.874>
- Islamarida, R., & Mamik. (2022). Analisis perilaku agresif pada remaja di Depok Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 135-140.
<https://doi.org/10.46815/jk.v11i2.86>
- Kusmaharani, B. B., & Risnawati, W. (2024). Hubungan antara fungsi keluarga dengan kontrol diri remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial*,

- Humaniora, dan Seni, 8(1), 174-179.
<https://doi.org/10.24912/jmishums.en.v8i1.27889.2024>
- Mujibah, S. N., Elsafir, A. M., & Salim, A. (2025). Fatherless pada emerging adulthood: Tinjauan literatur terhadap solusi penguatan mental dan emosional. 3, 905-912.
- Nihayati, D. A. (2023). Upaya pemenuhan hak anak melalui pencegahan fatherless. *Equalita: Jurnal Studi Gender dan Anak*, 5(1), 31-41.
- Nisai, H., & Santoso, M. B. (2022). Peran orang tua dalam mendukung keberfungsian remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 3(3), 132-137.
<https://doi.org/10.24198/jppm.v3i3.49584>
- Nurjannah, B. (2018). Pengaruh kecerdasan emosional, gaya kelekatan dan jenis kelamin terhadap perilaku agresif remaja. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah).
- Qomariyah, L. (2024). Hubungan antara fatherless dengan self-control remaja di Desa Krampilan Kecamatan Besuk, Kabupaten Probolinggo. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Jember).
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development*. Seventeenth Edition. McGraw-Hill Education.
- Sengkey, M. M., Sinaulan, N. L., Kalalo, Q. M. K., Mamujaja, V. E. O., Ontolay, W. N., & Padoma, Y. (2025). Figur yang hilang, keyakinan yang terganggu: Tinjauan literatur tentang kepercayaan diri anak fatherless. *Jerkin: Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*. 3(4), 5836-5839.
<https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1505>
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
<https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Tryarini, M. M., Saragih, S., & Rini, R. A. P. (2025). Kecenderungan agresivitas pada remaja: Bagaimana peran keharmonisan keluarga dan kematangan emosi. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 11(2), 91-100.
<https://doi.org/10.3287/liberosis.v11i2.11937>
- Wulandari, N. (2021). Strategi guru bimbingan konseling dalam menangani perilaku agresif siswa yang telah mengikuti latihan dasar disiplin ketarunaan di SMKN 3 Rejang Lebong. (Skripsi Sarjana, Institut Agama Islam Negeri Curup).
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020). Analisis perilaku agresif pada remaja di sekolah menengah pertama. *Journal Health of Studies*, 4(1), 38-45.

Yuliana, E. L., Khumas, A., & Ansar, W.
(2023). Pengaruh fatherless terhadap kontrol diri remaja yang tidak tinggal bersama ayah. *Pinisi Journal of Art, Humanity, and Social Studies*, 3(5), 65-73.

Ventresca, C., Basaria, D., & Subroto, U.
(2023). Gambaran kontrol diri pada penderita obsessive compulsive disorder di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(2), 411-420.
<https://doi.org/10.24912/jmishums.en.v6i2.18782.2022>