Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi
Juni 2026, Vol. 7, No. 01, hal 149-161

Perilaku agresivitas pada mahasiswa di surabaya: sejauh mana kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya berperan?

Ibrahim Reza Saputra
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya
Nindia Pratitis
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya
Andik Matulessy
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya
E-mail: rezasapuutra12@gmail.com

Abstract

University students are in a vulnerable developmental phase and often face various academic, social, and emotional pressures that may trigger aggressive behavior. This study aims to examine the relationship between self-control and peer social support with aggressive behavior among university students. The research employed a quantitative method with 117 active students in the city of Surabaya selected using accidental sampling. Data were analyzed using the non-parametric Spearman's Rho test with the assistance of SPSS 23.0 for Windows. The results indicated that self-control had a significant negative relationship with aggressive behavior (rxy = –0.831, p = 0.000 < 0.05), meaning that higher self-control is associated with lower levels of aggressive behavior. Peer social support also showed a significant negative relationship with aggressive behavior (rxy = –0.715, p = 0.003 < 0.05), indicating that higher peer social support is associated with lower levels of aggressive behavior. The findings of this study provide a foundation for higher education institutions to design student development programs aimed at enhancing self-control and strengthening peer social support as preventive strategies to reduce aggressive behavior among university students.

Keywords: *Aggressive Behavior, Peer Social Support, Self-Control, Social Psychology, University Students*

Abstrak

Mahasiswa berada pada fase perkembangan yang rentan menghadapi berbagai tekanan akademik, sosial, dan emosional yang dapat memicu munculnya perilaku agresivitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Metode penelitian kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 117 mahasiswa aktif di Kota Surabaya yang diambil dengan teknik accidental sampling. Teknik analisis data menggunakan Non parametrik uji Spearman's Rho dengan bantuan SPSS 23.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan kontrol diri menunjukkan hubungan negatif signifikan dengan perilaku agresivitas (rxy = -0,831, P=0,000<0,005). Artinya semakin tinggi kontrol diri, maka akan semakin rendah perilaku agresivitas. Pada dukungan sosial teman sebaya menunjukkan hubungan negatif signifikan dengan perilaku agresivitas (rxy = -0,715, P=0,003<0,005). Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka akan semakin rendah perilaku agresivitas. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi perguruan tinggi dalam mengembangkan program pembinaan mahasiswa yang berfokus pada peningkatan kontrol diri dan penguatan dukungan sosial teman sebaya guna meminimalkan perilaku agresivitas di lingkungan kampus.

Kata kunci: *Dukungan Sosial Teman Sebaya, Kontrol Diri, Mahasiswa ,Perilaku Agresivitas*

Pendahuluan

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang belajar di tingkat di perguruan tinggi, baik negeri, swasta, serta institusi lain yang sepadan. Mahasiswa dianggap memiliki kecerdasan intelektual yang unggul, kemampuan berpikir secara logis, serta keterampilan dalam menyusun rencana tindakan Lisa Dwi Lastary & Anizar Rahayu, (2018). Agresivitas merupakan fenomena psikologis yang banyak mendapat perhatian karena dampaknya yang signifikan terhadap individu maupun lingkungan di sosial. Buss & Perry Buss & Perry (1992) Agresivitas dipahami sebagai tindakan yang bertujuan menimbulkan rasa sakit atau atau merugikan orang lain, baik melalui tindakan fisik dan ucapan. Perilaku ini tidak hanya terbatas pada tindak agresivitas secara langsung, seperti memukul atau mendorong, tetapi juga dapat muncul dalam bentuk agresi verbal, misalnya menghina, mengejek, merendahkan, atau memberikan ancaman.

Menurut data Komnas Perempuan tahun 2024, terdapat 4.178 kasus agresivitas di Indonesia, di mana 82 kasus di antaranya dilaporkan terjadi di lingkungan perguruan tinggi pada periode 2021–2024 (KBA News, 2025). Data laporan GoodStats (Desember 2024) mengungkap bahwa tren agresivitas di perguruan tinggi terus meningkat dalam lima tahun terakhir, yaitu 1.298 kasus (2019), 1.628 kasus (2021), 2.094 kasus (2022), 2.244 kasus (2023), dan 1.919 kasus hingga November 2024. Fakta ini diperkuat oleh temuan Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI, 2024) yang mencatat bahwa 42% dari 573 kasus agresivitas di lembaga Pendidikan. Angka tersebut mencerminkan bahwa perilaku agresivitas, baik dalam bentuk fisik, verbal, maupun psikis, masih tinggi di lingkungan pendidikan tinggi dan menjadi ancaman nyata terhadap terciptanya ruang kampus yang aman.

Perilaku agresif menimbulkan berbagai dampak negatif, baik bagi individu yang melakukan maupun pihak yang menjadi korban. Pada pelaku, agresivitas dapat berkaitan dengan penurunan prestasi akademik, kesulitan penyesuaian sosial, penolakan oleh kelompok sebaya, serta meningkatnya risiko masalah emosional dan perilaku di kemudian hari (Poling et al., 2019). Pelaku perilaku agresif juga cenderung mengalami berbagai permasalahan psikososial yang dapat mengganggu hubungan interpersonal dan fungsi akademiknya (Li eta al., 2025). Di sisi lain, korban perilaku agresif sering mengalami dampak fisik maupun psikologis, seperti trauma, kecemasan, depresi, stres berkepanjangan, rendahnya harga diri, hingga penurunan performa akademik dan penyesuaian sosial (Halliday et al., 2021). Apabila perilaku agresif tidak ditangani secara tepat dan berlangsung secara berkelanjutan, kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental serta menghambat perkembangan dan adaptasi sosial remaja.

Salah satu faktor internal yang berperan dalam menekan perilaku agresivitas adalah kontrol diri (Projo et al., 2022). Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam menahan dorongan negatif, mengelola emosi, dan bertindak sesuai norma sosial Tangney Putrantoko, (2025). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri berhubungan negatif dengan perilaku agresivitas, di mana individu dengan kontrol diri rendah cenderung lebih mudah bertindak agresif Hestia (2023).

Selain faktor internal, dukungan sosial teman sebaya sebagai faktor eksternal juga memiliki peran penting (Dainuri & Gumiandari, 2025). Dukungan sosial berupa perhatian, penghargaan, dan bantuan dari teman sebaya dapat membantu individu mengelola stres dan emosi secara lebih adaptif Sarafino dalam Zahira (2022). Penelitian menunjukkan bahwa meningkatnya dukungan sosial teman sebaya berkaitan dengan menurunnya perilaku agresivitas Fatmawati & Maryam (2024).

Meskipun demikian, penelitian mengenai agresivitas pada mahasiswa masih relatif terbatas dibandingkan pada jenjang pendidikan sebelumnya. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih banyak berfokus pada siswa sekolah menengah, remaja, atau kelompok komunitas tertentu, sehingga kajian yang secara khusus mengkaji faktor-faktor yang berkaitan dengan agresivitas pada mahasiswa masih memerlukan perhatian lebih lanjut.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa di Kota Surabaya. Penelitian ini mengintegrasikan dua faktor yang berbeda, yaitu kontrol diri sebagai faktor internal dan dukungan sosial teman sebaya sebagai faktor eksternal, dalam menjelaskan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan agresivitas pada mahasiswa, sekaligus memberikan dasar empiris bagi pengembangan strategi preventif melalui penguatan kontrol diri dan dukungan sosial di lingkungan perguruan tinggi.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan variabel bebas berupa kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya, serta variabel terikat yaitu perilaku agresivitas. Populasi penelitian adalah mahasiswa aktif di Kota Surabaya, dengan jumlah sampel sebanyak 117 responden yang diperoleh melalui teknik *accidental sampling*.

Instrumen penelitian terdiri dari 3 skala yaitu perilaku agresivitas, kontrol diri, dan dukungan sosial teman sebaya. Pada perilaku agresivitas skala yang digunakan bernama *Buss-Perry Aggression Questionnaire* (BP-AQ) yang mengacu pada teori Buss & Perry (1992) dan telah diadaptasi oleh (Fitriyah, 2017) dengan 4 aspek diantaranya aspek agresi fisik, agresi verbal, amarah, dan permusuhan. Pada skala ini terdapat 28 aitem dengan model lima likert pilihan, di mana 14 aitem dinyatakan sahih dari uji validitas dengan skor >0,30 dan skor reliabel *Cronbach's Alpha* sebesar 0,974. Skala kontrol diri pada penelitian ini menggunakan alat ukur yang telah dikonstruksikan oleh Hendrawan dan Rahayu (2021) berdasarkan teori Averill (1973) dengan 3 aspek diantaranya aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol pengambilan keputusan. Pada skala ini terdapat 24 aitem dengan model lima likert pilihan, namun peneliti hanya menggunakan 12 aitem saja di mana seluruh aitem dinyatakan sahih dari uji validitas dengan skor >0,30 dan skor reliabel *Cronbach's Alpha* sebesar 0,847. Kemudian skala dukungan sosial teman sebaya pada penelitian ini yang disusun sendiri oleh peneliti dengan mengacu teori Cohen & Syme (1985) yang mencakup 4 aspek diantaranya aspek dukungan emosional, instrumental,

informasional, dan penghargaan. Pada skala ini terdapat 16 aitem dengan model lima likert pilihan, di mana 16 aitem dinyatakan sahih dari uji validitas dengan skor >0,30 dan skor reliabel *Cronbach's Alpha* sebesar 0,914 Seluruh instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas .

Uji asumsi dilakukan terllebih dahulu utuk menentukan analisis data seperti apa yang akan digunakan, terdapat 4 uji asumsi yaitu normalitas, linieritas, multikolinieritas, dan heteroskedatisitas, di mana 1 dari 4 uji yang tidak lolos pada linieritas. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman's Rho karena data tidak memenuhi uji prasyarat pada linieritas yang dinyatakan secara hasil tidak linier. Pengolahan data dilakukan dengan bantuan program SPSS 23.0 for Windows .

Hasil

Pesebaran Data Kuesioner dengan rentan waktu 16 Desember 2025 s/d 26 Desember 2025 (11 Hari). Berhasil mengumpulkan responden sebanyak 117 Orang. Data demografi jenis kelamin responden. Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa dari 117 responden mahasiswa di surabaya berdasarkan jenis kelamin terdiri dari laki-laki sebanyak 63 responden dengan persentase 53,8% dan perempuan sebanyak 54 responden dengan persentase 46,2%.

Tabel 1

Demografi jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase(%)
Laki – laki	63	53,8%
Perempuan	54	46,2%
TOTAL	117	100%

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 117 responden mahasiswa di surabaya berdasarkan usia terdiri 19 tahun sebanyak 19 responden dengan persentase 2,56%, usia 20 tahun sebanyak 17 responden dengan persentase 14,53%, usia 21 sebanyak 48 responden dengan persentase 41,03%, usia 22 tahun sebanyak 42 responden dengan persentase 35,90%, usia 23 tahun sebanyak 2 responden dengan persentase 1,71%, dan usia 24 sebanyak 5 responden dengan persentase 4,27%.

Tabel 2
Demografi Usia

Usia	Frekuensi	Persentase(%)
19 Tahun	3	2,56%
20 Tahun	17	14,53%
21 Tahun	48	41,03%
22 Tahun	42	35,90%
23 Tahun	2	1,71%
24 Tahun	5	4,27%
TOTAL	117	100%

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Data demografi semester responden

Berdasarkan tabel 3, diketahui dari 117 responden mahasiswa di Surabaya berdasarkan semester terdapat 6 responden berada pada semester 1 dengan persentase 5,1%, pada semester 3 sebanyak 22 responden dengan persentase 18,8%, pada semester 5 sebanyak 39 dengan persentase 33,3% dan pada semester 7 sebnayak 50 dengan persentase 42,7%.

Tabel 3
Demografi Semester

Semester	Frekuensi	Persentase (%)
Semester 1	6	5,1%
Semester 3	22	18,8%
Semester 5	39	33,3%
Semester 7	50	42,7%
TOTAL	117	100%

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Data demografi Universitas responden

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa dari 117 responden, sebanyak 16 responden Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (13,7%), sebanyak 1 responden STIE Mahardika Surabaya (0,9%), sebanyak 38 responden Universitas Negeri Surabaya (32,5%), sebanyak 4 responden Universitas Terbuka (3,4%%), sebanyak 27 responden Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur (23,1%), sebanyak 2 responden Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (1,7%), sebanyak 2 responden Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya (1,7%), sebanyak 25 responden Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (21,4%), sebanyak 1 responden Universitas Ciputra Surabaya (0,9%), sebanyak 1 responden Universitas Wijaya Kusuma Surabaya (0,9%).

Tabel 4

Demografi Universitas responden

Universitas	Frekuensi	Persentase (%)
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	16	13,7%
STIE Mahardika Surabaya	1	0,9%
Universitas Negeri Surabaya	38	32,5%
Universitas Terbuka	4	3,4%
Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur	27	23,1%
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya	2	1.7%
Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya	2	1,7%
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	25	21,4%
Universitas Ciputra Surabaya	1	0,9%
Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	1	0,9%
TOTAL	117	100%

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan table 5 diketahui analisis deskriptif, diperoleh rata-rata skor agresivitas subjek penelitian sebesar 69,56 dengan standar deviasi 19,612. Rata-rata skor kontrol diri subjek penelitian adalah 42,08 dengan standar deviasi 9,509, dan rata-rata skor dukungan sosial subjek penelitian tercatat 55,10 dengan standar deviasi 13,202.

Tabel 5

Deskripsi Statistik

Variabel	Mean	Std. Deviation	N
Agresivitas	69,56	19,612	117
Kontrol Diri	42,08	9,509	117
Dukungan Sosial Teman Sebaya	55,10	13,202	117

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan tabel 6 penghitungan hasil kategorisasi pada skala agresivitas dengan total 117 responden, menunjukkan bahwa kategori tinggi dengan interval lebih dari 89 sebanyak 2 responden pada presentasi 2,56%. Kategori sedang dengan interval 49 sampai 89 sebanyak 84 responden pada presentasi 71,79%. Kategori rendah dengan interval kurang dari 49 sebanyak 30 responden pada presentasi 25,64%.

Tabel 6
Kategorisasi Variabel Perilaku Agresivitas

Variabel	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
Agresivitas	>89	Tinggi	3	2,56%
	49 - 89	Sedang	84	71,79%
	<49	Rendah	30	25,64%
	Total		117	100%

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan tabel 7 penghitungan hasil kategorisasi pada skala kontrol diri dengan total 117 responden, menunjukkan bahwa kategori tinggi dengan interval lebih dari 51 sebanyak 29 responden pada presentasi 24,79%. Kategori sedang dengan interval 32 sampai 51 sebanyak 82 responden pada presentasi 70,09%. Kategori rendah dengan interval kurang dari 32 sebanyak 6 responden pada presentasi 5,13%.

Tabel 7
Kategorisasi Variabel Kontrol Diri

Variabel	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
Kontrol Diri	>51	Tinggi	29	24,79%
	32 - 51	Sedang	82	70,09%
	<32	Rendah	6	5,13%
	Total		117	110%

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan tabel 8 penghitungan hasil kategorisasi pada skala dukungan sosial teman sebaya dengan total 117 responden, menunjukkan bahwa kategori tinggi dengan interval lebih dari 68 sebanyak 29 responden pada presentasi 21,37%. Kategori sedang dengan interval 41 sampai 68 sebanyak 83 responden pada presentasi 70,94%. Kategori rendah dengan interval kurang dari 42 sebanyak 9 responden pada presentasi 7,69%.

Tabel 8
Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya

Variabel	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
Dukungan Sosial Teman Sebaya	>68	Tinggi	25	21,37%
	41 - 68	Sedang	83	70,94%
	<42	Rendah	9	7,69%
	Total		117	100%

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan tabel 9 hasil uji korelasi Spearman Rho kontrol diri (X1) dan perilaku agresivitas (Y), diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar rxy = -0,831 dengan nilai signifikansi P=0,000 < 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Artinya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah tingkat perilaku agresivitas yang dimilikinya.

Tabel 9
Hasil Uji Prasyarat Normalitas

Variabel	*Kolmogorov-Smirnov*			
	Statistic	**df**	**Sign.**	**Ket.**
Agresivitas	0,075	116	0,151	Normal

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan Tabel 9, hasil uji menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, dihasilkan uji normalitas untuk variabel Agresivitas menghasilkan nilai signifikansi p = 0,151 (p > 0,05), menandakan bahwasanya sebaran data bersifat normal

Tabel 10
Hasil Uji Prasyarat Linieritas

Variabel	F	Sig.	Ket.
Kontrol Diri – Agresivitas	2468,39	0,000	Tidak linier
Dukunan Sosial Teman Sebaya – Agresivitas	368,443	0,000	Tidak linier

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan Tabel 10, hasil uji linieritas pada variabel Kontrol Diri dengan Perilaku Agresivitas diperoleh *Deviation From Linearity* sebesare 0,000 (p < 0,05). Artinya ada hubungan yang tidak linear antar variabel Kontrol Diri dan dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Agresivitas dan hasil uji linieritas pada variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya

dengan Agresivits diperoleh *Deviation From Linearity* sebesar 0,000 (p<0,05). Artinya ada hubungan yang tidak linear antara variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Perilaku Agresivits

Tabel 11
Hasil U*ji Spearman's Rho* Kontrol Diri dengan Perilaku Agresivitas

Variabel	Spearman's Rho	Sig.	Keterangan
Kontrol Diri – Perilaku Agresivitas	-0,831	0,000	Signifikan

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Berdasarkan tabel 14 hasil uji korelasi Spearman Rho kontrol diri (X2) dan perilaku agresivitas (Y), diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar rxy = -0,715 dengan nilai signifikansi P=0,000 < 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diterima mahasiswa, maka semakin rendah tingkat perilaku agresivitas yang dimilikinya.

Tabel 12
Hasil U*ji Spearman's Rho* Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Perilaku Agresivitas

Variabel	Spearman's Rho	Sig.	Keterangan
Dukungan Sosial Teman Sebaya – Perilaku Agresivitas	-0,715	0,000	Signifikan

Sumber: Hasil SPSS 23 for Windows

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya merupakan faktor yang penting, dimana untuk menekan perilaku agresivitas pada mahasiswa di Surabaya. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik dan dukungan sosial teman sebayayang positif akan cenderung mampu menekan perilaku agresivitas pada dirinya.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa di Kota Surabaya. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala kontrol diri, skala dukungan

sosial teman sebaya, dan skala perilaku agresivitas yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam penelitian.

Hasil analisis menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan negatif dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan tingkat kontrol diri yang lebih tinggi cenderung menunjukkan perilaku agresivitas yang lebih rendah. Kontrol diri berperan dalam membantu individu mengelola emosi, menahan dorongan impulsif, serta mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak, terutama dalam situasi yang memicu tekanan atau konflik. Hasil temuan ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Simanjuntak & Brahmana (2025) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara kontrol diri dan kecenderungan perilaku agresif pada mahasiswa. Temuan ini juga didukung oleh Atqakum et al. (2022) yang menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri tinggi cenderung memiliki penyesuaian sosial yang lebih baik dan lebih mampu menahan dorongan untuk berperilaku agresif

Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tuntutan akademik dan sosial secara adaptif, sehingga tidak mudah meluapkan emosi dalam bentuk perilaku agresivitas, baik secara fisik maupun verbal. Temuan ini sejalan dengan pendapat Averill (1973) yang menyatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan pikiran, emosi, dan perilaku agar sesuai dengan norma sosial. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Islami dkk. (2024) dan Tarigan (2022) yang menemukan bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi cenderung memiliki tingkat agresivitas yang lebih rendah.

Selain kontrol diri, dukungan sosial teman sebaya juga menunjukkan hubungan negatif dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang memadai dari teman sebaya cenderung memiliki kecenderungan perilaku agresivitas yang lebih rendah. Dukungan sosial teman sebaya mencakup dukungan emosional, instrumental, informasional, serta penghargaan yang diperoleh dari lingkungan pertemanan. Temuan ini sejalan dengan hasil yang ditemukan oleh Dainuri & Gumiandri (2025), yang menyatakan bahwadukungan sosial teman sebaya memiliki pengaruh negatif terhadap perilaku agresivitas mahasiswa. Begitu juga hasil penelitian yang dilakukan oleh Andriyansyah (2022) dan Rahayu (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan dengan perilaku agresif.

Dukungan sosial berperan sebagai penyangga stres yang membantu mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik dan emosional secara lebih sehat. Ketika mahasiswa merasa diterima, dipahami, dan dihargai oleh teman sebayanya, mereka cenderung lebih terbuka dalam mengekspresikan perasaan serta mampu menyelesaikan masalah secara konstruktif. Hal ini sejalan dengan pandangan Cohen & Syme (1985) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat memberikan perlindungan terhadap dampak negatif stres serta meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Fatmawati & Maryam (2024) serta Achmad Fauzan Dainuri & Septi Gumiandari (2025) yang menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial

teman sebaya dan perilaku agresivitas.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya merupakan faktor penting dalam menekan kecenderungan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kemampuan kontrol diri yang baik serta memperoleh dukungan sosial yang positif dari lingkungan pertemanan akan lebih mampu menghadapi berbagai tuntutan kehidupan kampus tanpa mengekspresikannya dalam bentuk perilaku agresivitas. Oleh karena itu, upaya pencegahan perilaku agresivitas pada mahasiswa perlu dilakukan secara komprehensif dengan memperhatikan penguatan faktor internal dan eksternal secara seimbang.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan munculnya perilaku agresivitas. Kontrol diri berperan sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan emosi, dorongan, serta perilaku yang muncul akibat tekanan atau konflik yang dihadapi. Mahasiswa dengan kontrol diri yang baik cenderung mampu mengelola emosi secara lebih adaptif sehingga tidak mengekspresikan kemarahan atau frustrasi dalam bentuk perilaku agresivitas.

Hasil penelitian juga menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku agresivitas pada mahasiswa. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diterima, maka semakin rendah tingkat perilaku agresivitas yang ditampilkan. Dukungan sosial teman sebaya, baik dalam bentuk dukungan emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan, memberikan rasa aman, penerimaan, dan kenyamanan psikologis bagi mahasiswa. Kondisi tersebut membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial secara lebih adaptif, sehingga dapat mengurangi kecenderungan munculnya perilaku agresivitas sebagai bentuk pelampiasan emosi negatif.

Mahasiswa disarankan untuk meningkatkan kemampuan kontrol diri sebagai upaya menekan kecenderungan perilaku agresivitas. Penguatan kontrol diri dapat dilakukan melalui pengembangan kontrol perilaku dalam merespons situasi yang menekan, kontrol kognitif dalam menilai permasalahan secara rasional dan positif, serta kontrol pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Dengan kemampuan tersebut, mahasiswa diharapkan mampu mengelola emosi secara lebih efektif dalam kehidupan akademik dan sosial.

Selain itu, mahasiswa juga disarankan untuk membangun dan memanfaatkan dukungan sosial teman sebaya secara positif. Dukungan emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan dari teman sebaya dapat membantu mahasiswa menghadapi tekanan secara lebih adaptif dan meminimalkan munculnya perilaku agresivitas.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas kajian mengenai perilaku agresivitas mahasiswa dengan melibatkan variabel lain yang berpotensi berpengaruh, seperti stres akademik, regulasi emosi, kepribadian, pola asuh orang tua, serta faktor lingkungan sosial dan budaya. Selain itu, penggunaan metode penelitian yang berbeda, seperti pendekatan kualitatif atau metode campuran (mixed methods), serta jumlah responden yang lebih besar dan teknik sampling yang lebih representatif, diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan meningkatkan daya generalisasi hasil penelitian.

Referensi

Achmad Fauzan Dainuri, & Septi Gumiandari. (2025). Impresi Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Prilaku Agresivitas Mahasiswa PBA. *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora*, *3*(2), 193–204. https://doi.org/10.59024/atmosfer.v3i2.1348

Andriansyah, E. N. (2022). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap perilaku agresivitas remaja: Literature review. *Jurnal Psikologi, 15*(3), 50-63. Retrieved from: https://digilib.unisayogya.ac.id/6359/1/ERWIN%20ANDRIANSYAH_1810201142%20-%20Erwin%20Andriansyah-1.pdf

Averill, J. R. (1973). Personal Control over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress. *Psychological Bulletin, 80*(4), 286–3003. https://doi.org/doi.org/10.1037/h0034845

Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, *63*(3), 452–459.

Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Social Support and Health*. Academic Press.

Dainuri, A, F., & Gumiandari, S. (2025). Impresi Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Prilaku Agresivitas Mahasiswa PBA . *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora,* *3*(2), 193–204. https://doi.org/10.59024/atmosfer.v3i2.1348

Fatmawati, H. A., & Maryam, E. W. (2024). Dampak Dukungan Teman Sebaya terhadap Agresivitas Verbal pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Journal of Islamic Psychology*, *1*(1), 1–10. https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v1i1.43

Fitriyah, F. K. (2017). Efektivitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (Ksbs) Untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa (Penelitian Subjek Tunggal Pada 6 Siswa Sma). *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia), 2*(2), 34-39. https://doi.org/10.26737/jbki.v2i2.254

Halliday, S., Gregory, T., Taylor, A., Digenis, C., & Turnbull, D. (2021). The Impact of Bullying Victimization in Early Adolescence on Subsequent Psychosocial and Academic Outcomes across the Adolescent Period: A Systematic Review. *Journal of School Violence, 20*(3), 351–373. https://doi.org/10.1080/15388220.2021.1913598

Hendrawan, M. M. M., & Rahayu, A. (2021). Konformitas dan kontrol diri perannya terhadap kepatuhan pada protokol kesehatan menjaga jarak. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif,* *1*(1), 21–29. https://journals.upi-

yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/view/1430

Hestia, A. (2023). *Pengaruh kontrol diri dan harga diri terhadap perilaku agresi siswa MAN 2 Kota Semarang*.

Islami, S. N., Chandra, Y., & Solina, W. (2024). Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Agresif Peserta Didik di Kelas XI.F SMAN 8 Padang. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo*, *6*(1), 30–37. https://doi.org/10.35334/jbkb.v6i1.5342

Li, X., Zhu, X., Ang, R. P., Zhang, X., Bai, Y., & Chen, D. (2025). Bidirectional Relationships between Adolescent Aggression and Mental Health Conditions: Longitudinal Evidence from Secondary School Students in China. *Journal of Youth and Adolescence, 54*(7), 1862–1878. https://doi.org/10.1007/s10964-025-02167-y

Lisa Dwi Lastary, & Anizar Rahayu. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau yang Berkuliah Di Jakarta. *Ikraith-Humaniora*, *2*(2), 1.

Poling, D. V., Smith, S. W., Taylor, G. G., & Worth, M. R. (2019). Direct verbal aggression in school settings: A review of the literature. *Aggression and Violent Behavior, 46*, 127–139. https://doi.org/10.1016/j.avb.2019.01.010

Projo, K. D. M., Nuqul, F. L., & Widodo, R. W. (2022). Pengaruh kontrol diri terhadap agresivitas Mahasiswa dalam unjuk rasa (demonstrasi) di Kota Malang. *Jurnal Psikologi Tabularasa, 17*(2), 107–131. https://doi.org/10.26905/jpt.v17i2.8519

Putrantoko, D. R. P. (2025). Hubungan antara Kontrol Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Agresivitas pada Remaja di MTs dan MA Al-Fattah Pesisir Pantai Tlocor Sidoarjo. *Indonesian Research Journal on Education Web:*, *4*, 550–558.

Rahayu, W. S. (2020). PENGARUh Keharmonisan Keluarga, Pergaulan Teman Sebaya Dan Intensitas Bermain Game On Line Bertema Kekerasan Terhadap Perilaku Agresif Siswa Di Mtsn 8 Sleman Tahun Pelajaran 2018-2019. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 4*(2). https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i2.812

Simanjuntak, Y. C., & Brahmana, K. M. B. (2025). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Agresif Pada Mahasiswa Di Universitas Hkbp Nommensen Medan. *Dharmas Education Journal (DE_Journal), 3*(1), 1521–1534. https://doi.org/10.56667/de_journal.v3i1.43

Tarigan, L. H. (2022). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja Di Kelurahan Padang Bulan Kota Medan*. Universitas Medan Area.

Zahira, F. R. (2022). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku prososial pada remaja awal di SMP Ulul Ilmi Medan. In *Skripsi Fakultas Psikologi*.