

## Pengaruh ‘Iffah dan Regulasi Emosi Terhadap Kecenderungan Perilaku Agresi Pada Remaja

*Silviana Tri Rahmawati<sup>1</sup>, Eva Palupi<sup>2</sup>*

*Email: silfianatri9@gmail.com<sup>1</sup>*

*Universitas Islam Negeri (UIN) Salatiga.*

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya kecenderungan perilaku agresi pada remaja di lingkungan sekolah, baik dalam bentuk agresi fisik maupun verbal. Penelitian ini bertujuan untuk 1) Mengetahui pengaruh ‘iffah terhadap kecenderungan perilaku agres pada remaja di SMP X Kota Salatiga, 2) Mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga, 3) Mengetahui pengaruh ‘iffah dan regulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linear berganda. Sampel penelitiann terdiri dari siswa SMP X Kota Salatiga yang dipilih menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Ada pengaruh negatif dan signifikan (14,8%) dari ‘iffah terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga, yang ditunjukkan dari nilai thitung sebesar -2.356 dan nilai ttabel sebesar 1,990 ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ), serta nilai sig. sebesar 0,021 ( $p < 0,05$ ). 2) Ada pengaruh negatif dan signifikan (20,8%) dari regulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga, yang ditunjukkan dari nilai thitung sebesar -3.489 dan nilai  $t_{tabel}$  1,990 ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ), serta nilai sig. 0,001 ( $p < 0,05$ ). 3) Ada pengaruh yang signifikan dari ‘iffah dan regulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga. yang ditunjukkan dari nilai  $f_{hitung}$  sebesar 14.156 dan nilai  $f_{tabel}$  3.12 ( $f_{hitung} > f_{tabel}$ ), serta nilai sig. 0,000 ( $p < 0,05$ ). Besarnya sumbangan efektif ‘iffah dan regulasi emosi secara simultan terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga ( $R^2$ ) sebesar 25,9%.

**Kata Kunci:** ‘Iffah; Regulasi Emosi; Kecenderungan Perilaku Agresi

### Abstract

*This study was motivated by the high tendency of aggressive behavior among adolescents in the school environment, both in the form of physical and verbal aggression. This study aims to: 1) determine the effect of ‘iffah on the tendency of aggressive behavior among adolescents at SMP X Salatiga City. 2) determine the effect of emotion regulation on the tendency of aggressive behavior among adolescents at SMP X Salatiga City, and 3) determine the effect of ‘iffah and emotion regulation on the tendency of aggressive behavior among adolescents at SMP X Salatiga City. This study employed a quantitative approach using multiple linear regression analysis. The research sample consisted of students of SMP X Salatiga City selected through probability sampling using a simple random sampling method. The results showed that: 1) There was a negative and significant effect (14.8%) of ‘iffah on the tendency of aggressive behavior among adolescents at SMP X Salatiga City, indicated by a t-value of -2,356 and t-table value of 1,990 ( $t\text{-value} > t\text{-table}$ ), with a significance value of 0,021 ( $p < 0,05$ ), 2) There was a negative and significant effect (20.8%) of emotion regulation on the tendency of aggressive behavior among adolescents at SMP X Salatiga City, indicated by a t-value of -3,489 and t-table value of 1,990 ( $t\text{-value} > t\text{-table}$ ), with a significance value of 0,001 ( $p < 0,05$ ), and 3) There was a significant simultaneous effect of ‘iffah and emotion regulation on the tendency of aggressive behavior among adolescents at SMP X Salatiga City, indicated by an F-value of 14,156 and an F-table value of 3,11 ( $F\text{-value} > F\text{-table}$ ), with a significance value of 0,000 ( $p < 0,05$ ). The effective contribution of ‘iffah and emotion regulation simultaneously to the tendency of aggressive behavior among adolescents at SMP X Salatiga City was 25.9%.*

**Keywords:** ‘Iffah; Emotion Regulation; Aggressive Behavior Tendency

## PENDAHULUAN

Kecenderungan perilaku agresi pada remaja merupakan salah satu permasalahan yang sering dijumpai di lingkungan sekolah. Agresi merupakan perilaku yang bertujuan menyakiti individu lain, baik secara fisik

maupun verbal (Buss & Perry, 1992). Masa remaja adalah suatu tahap perkembangan yang ditandai dengan perubahan dalam aspek fisik, emosional, sosial, dan psikologis. Akibatnya, remaja lebih rentan terhadap ketidakstabilan emosi yang dapat memicu

munculnya perilaku agresif. Apabila tidak dikendalikan, perilaku agresi dapat berdampak negatif terhadap hubungan sosial, proses belajar, serta perkembangan psikologis remaja.

Data empiris mengindiskan bahwa tindakan agresi tidak hanya terbatas pada institusi pendidikan umum, melainkan juga di institusi pendidikan berbasis keagamaan. Putra, dkk., (2024) menemukan bahwa siswa SMP di Kecamatan Sindue menunjukkan perilaku agresi seperti berkata dan bersikap kasar, penghinaan fisik dan orang tua, memukul, berkelahi, mengejek, serta merusak fasilitas sekolah. Sementara itu, Saputra, dkk., (2024) menemukan bahwa siswa di SMK Muhammadiyah Yogyakarta menunjukkan bentuk perilaku agresi yang berbeda berdasarkan jenis kelamin. Siswa laki-laki cenderung menampilkan agresi fisik dan verbal, sedangkan siswa perempuan lebih menunjukkan agresi non-fisik seperti perasaan marah dan benci.

Berdasarkan hasil observasi awal di SMP X di Kota Salatiga, ditemukan beberapa bentuk perilaku agresi pada siswa kelas VII, VIII, dan IX. Perilaku agresi verbal terlihat melalui tindakan mengejek, mengolok, dan penggunaan kata-kata kasar antarsiswa. Selain itu, ditemukan juga perilaku agresi fisik berupa tindakan memukul teman sebaya yang dipicu oleh ejekan. Tidak hanya dalam interaksi sosial, perilaku agresi juga tampak melalui tindakan

merusak fasilitas sekolah seperti mencoret meja dan dinding sekolah.

Data awal penelitian di SMP X Kota Salatiga melalui wawancara menunjukkan adanya sebagian siswa pernah terlibat dalam tindakan kekerasan maupun menjadi korban perundungan di lingkungan sekolah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perilaku agresi masih terjadi di SMP X di Kota Salatiga dan memerlukan perhatian lebih lanjut.

Nilai pengendalian diri dalam Islam terinternalisasi dalam konsep moral yang dikenal sebagai *'iffah*. Ibn Miskawayh mendefinisikan *'iffah* sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan hawa nafsu sesuai dengan ketentuan agama (Arfan, 2022). Siswa dengan *'iffah* yang tinggi, cenderung mampu menjaga kehormatan dan kesucian diri, serta menunjukkan kepribadian yang taat, disiplin dan berperilaku baik. Sebaliknya, rendahnya sikap *'iffah* dapat lebih mudah melakukan mencaci maupun melakukan perundungan terhadap teman sebaya. (Nurulhaq, dkk., 2021).

Selain *'iffah*, faktor psikologis lain yang berperan penting terhadap perilaku agresi adalah regulasi emosi. Santrock (2019) menyatakan bahwa remaja yang bermasalah cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi. Regulasi emosi didefinisikan sebagai kemampuan mengelola emosinya secara efektif guna mendukung munculnya perilaku adaptif (Rahma, dkk., 2024). Al Choir (2024) menunjukkan bahwa

semakin tinggi kemampuan regulasi emosi, maka semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan perilaku agresi.

Meskipun variabel perilaku agresi telah banyak diteliti, fokus penelitian sejauh ini masih terbatas pada variabel-variabel umum seperti kontrol diri, konformitas, konsep diri maupun penerimaan diri. Penelitian mengenai perilaku agresi yang dikaji dari perspektif psikologi Islam, khususnya melalui konsep *'Iffah*, masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian kuantitatif yang menggabungkan *'iffah* dan regulasi emosi sebagai prediktor perilaku agresi juga belum pernah dilakukan.

Berdasarkan paparan di atas, penelitian ini mengkaji pengaruh *'iffah* dan regulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga.

## KAJIAN PUSTAKA

### Kecenderungan Perilaku Agresi

Perilaku agresi adalah tindakan fisik maupun verbal yang bertujuan menyakiti atau merugikan orang lain (Myers, 2010). Buss & Perry (1992) menjelaskan perilaku agresi dilakukan untuk melukai individu lain secara fisik atau psikologis sebagai bentuk ekspresi perasaan negatif. Dengan kata lain, kecenderungan perilaku agresi disimpulkan sebagai kecenderungan individu melakukan tindakan verbal maupun non-verbal, yang

bertujuan menyakiti atau merugikan individu lain.

Buss & Perry (1992) membagi aspek perilaku agresi menjadi empat, yaitu, 1) Agresi Fisik (*Physical Aggression*), 2) Agresi Verbal (*Verbal Aggression*), 3) Kemarahan (*Anger*), Dan 4) Permusuhan (*Hostility*). Agresi fisik merupakan perilaku menyerang secara langsung melalui tindakan fisik. Agresi verbal ditunjukkan melalui ucapan yang menyakiti orang lain. Kemarahan berkaitan dengan emosi negatif seperti rasa marah dan kesal, sedangkan permusuhan mengacu pada perasaan benci dan curiga terhadap orang lain.

Santrock (2019) menyebutkan bahwa perilaku agresi dipicu oleh sejumlah faktor, meliputi aspek biologis, rasa frustrasi dan emosi negatif, pengaruh lingkungan keluarga serta teman sebaya, hingga paparan dari media kekerasan.

### *'Iffah*

Secara bahasa, *'iffah* berasal dari bahasa Arab "*affa-ya'iffu-iffah*", artinya menjaga diri atau menahan diri dari perbuatan buruk. Ibn Miskawayh mendefinisikan *'iffah* sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan syahwat sesuai dengan ketentuan agama (Arfan, 2022). Al-Qhardawi (2022) menjelaskan bahwa *'iffah* tidak sebatas pada dimensi seksual, melainkan juga mencakup pengendalian diri dalam interaksi sosial.

Menurut Asy-Syuhud (dalam Amalia, 2011), *‘iffah* terdiri dari tiga aspek, yaitu 1) *‘iffah* Terhadap Anggota Tubuh (Dari Dorongan Syahwat), yaitu kemampuan menjaga anggota tubuh dari perbuatan yang dilarang agama dan perilaku yang dipengaruhi hawa nafsu. 2) *‘iffah* Terhadap Tubuh (Menjaga Aurat), yaitu kemampuan individu menjaga kehormatan diri melalui cara berpakaian dan perilaku sesuai syariat. 3) *‘iffah* Terhadap Harta Yang Bukan Milik, yaitu kemampuan menjaga diri dari mengambil harta yang bukan haknya.

Menurut Hartatik (2022), terdapat empat pengaruh dari sikap *‘iffah* yaitu mendapat nilai-nilai kemuliaan dan keluhuran, mendapatkan posisi yang terhormat di akhirat nanti, mendapat ketenangan hati dan ketentraman jiwa, serta akan menemukan jalan yang mudah di tengah kesulitan dan kesukaran.

### **Regulasi Emosi**

Menurut Thompson (1994), regulasi emosi adalah kemampuan individu dalam memonitor, menilai dan mengubah respons emosional yang dimiliki. Gross (2002) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengelola emosi, termasuk waktu munculnya emosi serta cara mengekspresikannya secara tepat.

Berdasarkan pendapat di atas, regulasi emosi didefinisikan sebagai kecakapan individu untuk memahami,

mengendalikan dan mengekspresikan emosinya sesuai situasi yang dihadapi.

Menurut Thompson (1994), menjelaskan regulasi emosi memiliki tiga aspek, antara lain 1) Memonitor Emosi, yaitu kemampuan mengenali dan memahami emosi yang sedang dialami, 2) Mengevaluasi Emosi, yaitu kemampuan menilai dan memahami makna dari emosi yang muncul, dan 3) Memodifikasi Emosi, yaitu kemampuan mengendalikan serta menyesuaikan respons emosional sesuai situasi.

Menurut Garnefski, dkk. (dalam Setyaningsih, 2024), strategi dalam regulasi emosi antara lain 1) penerimaan, 2) pemusatan kembali pada perencanaan, 3) pemusatan pada hal-hal positif, 4) penilaian kembali secara positif, dan 5) menempatkan masalah dalam perspektif yang tepat.

Dalam perspektif Islam, regulasi emosi dapat dilakukan melalui ibadah seperti salat dan dzikir. Sari & Ningsih (2025) menyatakan bahwa salat membantu individu memperoleh ketenangan dan mengendalikan emosi negative, sedangkan menurut Umami, dkk., (2024) dzikir membantu individu menjaga kestabilan emosi serta menumbuhkan sikap sabar dan tenang dalam menghadapi masalah.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan desain

penelitian kausalitas. Populasinya yaitu seluruh siswa SMP X di Kota Salatiga yang berjumlah 107 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*, melibatkan sebanyak 84 siswa.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan melalui penyebaran angket secara langsung kepada responden. Instrumen penelitian menggunakan skala *Likert* yang terdiri dari Skala Kecenderungan Perilaku Agresi terdiri atas 19 aitem; Skala *'Iffah* terdiri atas 20 aitem dan Skala Regulasi Emosi terdiri atas 18 aitem.

Analisis data dilakukan menggunakan teknik regresi linear berganda. Tahap awal analisis dilakukan melalui pengujian asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Pengujian terhadap hipotesis penelitian dengan menggunakan uji *t*, uji *F*, dan uji sumbangan efektif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

**Tabel 1.** Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-Laki	44 siswa	52,4%
Perempuan	40 siswa	47,6%
<b>Total</b>	<b>84 siswa</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1, responden penelitian terdiri atas 44 siswa laki-laki (52,4%), 40 siswa perempuan, sehingga jumlah responden berdasar jenis kelamin tergolong cukup seimbang.

**Tabel 2.** Karakteristik Usia Responden

No.	Usia	Jumlah	Persentase
1.	12 tahun	3	3,6%
2.	13 tahun	20	23,8%
3.	14 tahun	19	22,6%
4.	15 tahun	31	36,9%
5.	16 tahun	8	9,5%
6.	17 tahun	3	3,6%
<b>Total</b>		<b>84</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2, mayoritas responden berada pada usia 15 tahun dengan jumlah 31 siswa (36,9%). Selanjutnya, responden berusia 13 tahun berjumlah 20 siswa (23,8%), 14 tahun berjumlah 19 siswa (22,6%), 16 tahun berjumlah 8 siswa (9,5%), serta 12 & 17 tahun masing-masing sebanyak 3 orang.

**Tabel 3.** Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		84
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.1945295
	2	
Most Extreme Differences	Absolute	.059
	Positive	.054
	Negative	-.059
Test Statistic		.059
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

Berdasarkan tabel 3, hasil pengujian normalitas memperoleh nilai sig. 0,200 ( $p > 0,05$ ), maka disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal.

**Tabel 4.** Uji Linearitas Kec. Perilaku Agresi dan *'Iffah*

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KEC. PERILAKU AGRESI * IFFAH	Between Groups	(Combined)	3230.052	32	100.939	1.200	.276
		Linearity	1110.337	1	1110.337	13.195	.001
		Deviation from Linearity	2119.716	31	68.378	.813	.728
	Within Groups	4291.507	51	84.147			
Total			7521.560	83			

Berdasarkan tabel 4, diperoleh nilai sig. 0,728 ( $p \geq 0,05$ ), yang menunjukkan adanya hubungan linear antara variabel *'iffah* ( $X_1$ ) dengan kecenderungan perilaku agresi.

**Tabel 5.** Uji Linearitas Kec. Perilaku Agresi dan Regulasi Emosi

ANOVA Table						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KEC. PERILAKU AGRESI * REGULASI EMOSI	Between Groups	(Combined) 3241.021	26	124.655	1.660	.056
	Linearity	1565.992	1	1565.992	20.853	.000
	Deviation from Linearity	1675.029	25	67.001	.892	.613
	Within Groups	4280.538	57	75.097		
Total		7521.560	83			

Berdasarkan tabel 5, diperoleh nilai sig. 0,613 ( $p \geq 0,05$ ), yang menunjukkan adanya hubungan linear antara variabel regulasi emosi (X2) dengan kecenderungan perilaku agresi.

**Tabel 6.** Uji Multikolinearitas

Model	Coefficients*					Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
1 (Constant)	102.432	10.718		9.557	.000		
IFFAH	-.286	.121		-2.356	.021	.851	1.176
REGULASI EMOSI	-.506	.145		-3.489	.001	.851	1.176

Berdasarkan tabel 6, nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) sebesar 1,176 ( $\leq 10$ ) dan nilai tolerance sebesar 0,851 ( $\geq 0,1$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa model penelitian tidak mengalami gejala multikolinearitas.

**Tabel 7.** Uji Heteroskedastisitas

Model	Coefficients*					
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	15.297	5.771		2.651	.010
	IFFAH	-.089	.065		-.162	-.177
	REGULASI EMOSI	-.017	.078		-.026	-.824

Berdasarkan tabel 7, variabel *'iffah* (X1) memperoleh nilai sig. 0,177 dan regulasi emosi (X2) sebesar 0,824 ( $p \geq 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa data penelitian ini tidak mengalami gejala heteroskedastisitas sehingga asumsi homoskedastisitas telah terpenuhi.

**Tabel 8.** Uji Regresi Linear Berganda

Model	Coefficients*					
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	102.432	10.718		9.557	.000
	IFFAH	-.286	.121		-.244	-2.356
	REGULASI EMOSI	-.506	.145		-.362	-3.489

a. Dependent Variable: KEC. PERILAKU AGRESI

Berdasarkan tabel 8, koefisien regresi yang diperoleh dapat dirumuskan ke dalam persamaan regresi berikut:

$$Y = 102,432 - 0,286 - 0,506$$

Hasil persamaan regresi linear berganda tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

Persamaan regresi menunjukkan bahwa *'iffah* dan regulasi emosi memiliki hubungan negatif terhadap kecenderungan perilaku agresi. Artinya, semakin tinggi *'iffah* dan regulasi emosi, maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresi. Nilai konstanta sebesar 102,432 menunjukkan tingkat dasar kecenderungan perilaku agresi ketika kedua variabel bernilai nol.

Koefisien regresi *'iffah* (X1) bernilai -0,286, yang berarti setiap peningkatan *'iffah* akan menurunkan kecenderungan perilaku agresi sebesar 0,286 dengan asumsi variabel lain konstan.

Koefisien regresi regulasi emosi (X2) bernilai -0,506, yang berarti setiap peningkatan regulasi emosi akan menurunkan kecenderungan perilaku agresi sebesar 0,506 dengan asumsi variabel lain konstan.

**Tabel 9.** Uji t Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	102.432	10.718		9.557	.000
	IFFAH	-.286	.121	-.244	<b>-2.356</b>	.021
	REGULASI EMOSI	-.506	.145	-.362	<b>-3.489</b>	.001

a. Dependent Variable: KEC. PERILAKU AGRESI

Berdasarkan tabel 9, disimpulkan sebagai berikut: Variabel 'iffah memperoleh nilai  $t_{hitung}$  sebesar -2,356 dan  $t_{tabel}$  1,990 ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) dengan sig. 0,021 ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan variabel 'iffah (X1) mempunyai pengaruh terhadap kecenderungan perilaku agresif. Variabel regulasi emosi memperoleh nilai  $t_{hitung}$  sebesar -3,489 dan  $t_{tabel}$  1,990 ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) dengan sig. 0,001 ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan variabel regulasi emosi (X2) mempunyai pengaruh terhadap kecenderungan perilaku agresif.

**Tabel 10.** Uji F

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1948.083	2	974.042	<b>14.156</b>	<b>.000<sup>a</sup></b>
	Residual	5573.476	81	68.808		
	Total	7521.560	83			

Berdasarkan tabel 10, diperoleh nilai  $f_{hitung}$  sebesar 14.156, dan  $f_{tabel}$  yaitu 3,11 ( $f_{hitung} > f_{tabel}$ ), dengan nilai sig. 0,000 ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan variabel 'iffah dan regulasi emosi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan perilaku agresif.

**Tabel 11.** Uji Sumbangan Efektif 'Iffah dan Regulasi Emosi ke Kec. Perilaku Agresi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.509 <sup>a</sup>	<b>.259</b>	.241	8.295

Berdasarkan tabel 11, nilai R-Square yang diperoleh sebesar 0,259. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel 'iffah dan regulasi emosi memberikan sumbangan sebesar 25,9% terhadap kecenderungan perilaku agresif.

**Tabel 12.** Uji Sumbangan Efektif 'Iffah ke Kec. Perilaku Agresi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.384 <sup>a</sup>	<b>.148</b>	.137	8.84226

Berdasarkan tabel 12, variabel XI memberikan sumbangan sebesar 14,8% terhadap Y.

**Tabel 13.** Uji Sumbangan Efektif Regulasi Emosi ke Kec. Perilaku Agresi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.456 <sup>a</sup>	<b>.208</b>	.199	8.52226

Berdasarkan tabel 13, variabel X2 memberikan sumbangan sebesar 20,8% terhadap Y.

**Tabel 14.** Rumus Standar Kategorisasi

Rumus	Kategori
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah
$\text{Mean} - 1 \text{ SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$	Sedang
$\text{Mean} + 1 \text{ SD} \leq X$	Tinggi

**Tabel 15.** Data Mean Hipotetik

Variabel	Jumlah Aitem	Xmin	Xmax	Range	Mean	Standar Deviasi
Kecenderungan Perilaku Agresi	19	19	95	76	57	12,6
'Iffah	20	20	100	80	60	13,3
Regulasi Emosi	18	18	90	72	54	12

**Tabel 16.** Pedoman Kategori Variabel Kec. Perilaku Agresi

Frekuensi	Kategori
$X < 44,4$	Rendah
$44,4 \leq X < 69,6$	Sedang
$69,6 \leq X$	Tinggi

**Tabel 17.** Kategorisasi Variabel Kec. Perilaku Agresi

		KATEGORI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	38	45.2	45.2	45.2
	Sedang	45	53.6	53.6	98.8
	Tinggi	1	1.2	1.2	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 17, mayoritas responden termasuk dalam kategori sedang dengan jumlah 45 siswa (53,6%), diikuti kategori rendah sebanyak 38 siswa (45,2%), dan kategori tinggi hanya 1 siswa (1,2%).

**Tabel 18.** Pedoman Kategori Variabel 'Iffah

Frekuensi	Kategori
$X < 46,7$	Rendah
$46,7 \leq X < 73,3$	Sedang
$73,3 \leq X$	Tinggi

**Tabel 19.** Kategorisasi Variabel 'Iffah

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	11	13.1	13.1	13.1
	Tinggi	73	86.9	86.9	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 19, mayoritas responden berada pada kategori tinggi sebanyak 73 siswa (86,9%) sedangkan 11 siswa (13,1%) berada pada kategori sedang.

**Tabel 20.** Pedoman Kategori Variabel Regulasi Emosi

Frekuensi	Kategori
$X < 42$	Rendah
$42 \leq X < 66$	Sedang
$66 \leq X$	Tinggi

**Tabel 21.** Kategorisasi Variabel Regulasi Emosi

		KATEGORI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	52	61.9	61.9	61.9
	Tinggi	32	38.1	38.1	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 21, sebanyak 52 siswa (61,9%) termasuk dalam kategori sedang, 32

siswa (38,1%) termasuk dalam kategori tinggi.

## Pembahasan

### Pengaruh 'Iffah terhadap Kecenderungan Perilaku Agresi pada Remaja di SMP X Kota Salatiga

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan nilai  $t_{hitung}$  -2,356 dan nilai  $t_{tabel}$  1,990 ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ), dengan nilai sig. 0,021 ( $p < 0,05$ ). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa variabel 'iffah memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga. Semakin tinggi tingkat 'iffah, maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat 'iffah maka semakin tinggi kecenderungan perilaku agresi.

### Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Kecenderungan Perilaku Agresi pada Remaja di SMP X Kota Salatiga

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan nilai  $t_{hitung}$  -3,489 dan nilai  $t_{tabel}$  1,990 ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ), dengan nilai sig. 0,001 ( $p < 0,05$ ). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa variabel regulasi emosi memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga. Semakin tinggi tingkat regulasi emosi, maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan perilaku agresi.

## Pengaruh 'Iffah dan Regulasi Emosi terhadap Kecenderungan Perilaku Agresi pada Remaja di SMP X Kota Salatiga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai  $f_{hitung}$  14.156 dan nilai  $f_{tabel}$  3,11 ( $f_{hitung} > f_{tabel}$ ), dengan nilai sig. 0,000 ( $p < 0,05$ ). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa variabel 'iffah dan regulasi emosi memiliki pengaruh signifikan terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga. Semakin tinggi tingkat 'Iffah dan regulasi emosi, maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat 'iffah dan regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan perilaku agresi.

### PENUTUP

Hasil analisis penelitian menunjukkan beberapa kesimpulan, yaitu, 1) terdapat pengaruh negatif dan signifikan dari 'iffah terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga. 2) terdapat pengaruh negatif dan signifikan dari regulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga. 3) Terdapat pengaruh signifikan dari 'iffah dan regulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi pada remaja di SMP X Kota Salatiga.

Dengan demikian, siswa diharapkan mampu meningkatkan pengendalian diri melalui internalisasi nilai-nilai 'iffah dan regulasi emosi, serta mengamalkan perilaku

sesuai nilai keagamaan dalam kehidupan sehari-hari agar dapat meminimalkan kecenderungan perilaku agresi.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berkaitan dengan kecenderungan perilaku agresi, menggunakan metode berbeda seperti kualitatif atau eksperimen, serta memperluas subjek penelitian agar hasil penelitian lebih luas dan mendalam.

### DAFTAR PUSTAKA

- Al Choir, A. (2024). Pengaruh Kontrol Diri Dan Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Agresi Pada Remaja Di Panti Pelayanan Sosial Anak Woro Wiloso Kota Salatiga. *Skripsi*. Salatiga: UIN Salatiga.
- Al-Qardhawi, Y. (2022). Perkembangan Fiqh Islam Antara Statis dan Dinamis, terj. Saifulloh M. Yunus. Surabaya: Cita Varia Kreativitas.
- Amalia, R. M. (2011). Pengaruh Mahabbah Dan Iffah Terhadap Kepuasan Pernikahan Long Distance Marriage. Tesis. Depok: Universitas Indonesia.
- Arfan, F. (2022). Menelusuri Jejak Pemikiran Konsep Akhlak Al-Ghazali dan Ibnu Miskawaih Dalam Aspek Emosi. *Tarbiyatul-Aulad: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak*, 8(2), 129–154.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452 – 459.
- Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, And Social Consequences. *Psychophysiology*, 39, 281–291.

- Hartatik, N. (2022). Konsep 'Iffah Menurut M. Quraish Shihab Dalam Al-Qur'an Surah An-Nur Ayat 33, 60 Dan An-Nisa Ayat 6 (Studi Deskriptif Dalam Tafsir Al-Mishbah). Skripsi. Mataram: UIN Mataram.
- Putra, R. P., Nurwahyuni., Ratu, B., Fitriani, D., & Elfira, N. (2024). Survei perilaku agresif pada siswa SMP se-Kecamatan Sindue. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 6(2), 101–108.
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., Yemima, D. (2024). Dampak Pengabaian Orang Tua Terhadap Regulasi Emosi Anak. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 1-18.
- Santrock, J.W. (2019). *Adolescence* (17th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Saputra, W. N. E., Hanifah., N., & Widagdo, D. N. (2017). Perbedaan Tingkat Perilaku Agresi Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Kota Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(4), 142–147.
- Nurulhaq, D. (2021). Urgensi Iffah Bagi Masyarakat Sekolah. *ATTHULAB: Islamic Religion Teaching & Learning Journal*, 6 (1), 41-60.
- Myers, D. G. (2010). *Social psychology* (10th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sari, J., & Ningsih, I. U. (2025). Peran Salat Dalam Regulasi Emosi Pada Remaja. *Journal of Islamic Psychology and Behavioral Sciences*, 3(4).
- Setyaningsih. (2024). Hubungan Interpersonal Individu Etnis Madura: Ditinjau dari Situasi Sosial, Nilai Budaya, Identitas Sosial, Motivasi Sosial & Regulasi Emosinya. Indramayu: Adanu Abimata.
- Thompson, R.A., (1994). Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. *Monographs of The Society for Research in Child development*, 59 (2/3), 25-52.
- Umami, R., Yusrain., Sartika, E. (2024). Bimbingan Rohani Islam Melalui Metode Zikir Dalam Membentuk Regulasi Emosi Pada Jamaah TQN Khathibiyah Sambas. *Syar: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(2), 155–170.