

**UPAYA MENURUNKAN PERILAKU AGRESIVITAS PADA SISWA SEKOLAH
MENENGAH PERTAMA NURUL HUDA AL HAZMI CAKUNG**

Indah Puspitasari¹

indahpusari029@gmail.com¹

¹Universitas Islam 45 Bekasi

Abstract

Cases of juvenile delinquency tendencies in adolescence are quite a concern. The form of juvenile delinquency that starts from mocking each other and using harsh words is inappropriate behavior that can even cause quarrels between each other, and what is worse can be in the form of fights. Environmental factors are one of the strongest causes of aggression behavior in grade VII students of Nurul Huda Al Hazmi Junior High School. Aggressiveness is a behavior that has the intention to hurt and hurt others, either physically or verbally causing harm and damage. The purpose of this activity is to provide knowledge and information, as well as train students to reduce aggression behaviors that are often carried out inside and outside the school environment. In the community service activity, especially at the Nurul Huda Al Hazmi Junior High School, it was carried out in 3 programs regarding efforts to reduce aggression behavior, namely by psychoeducation, socialization, and training. Data collection is done by observation and interview. The result of this activity is that students become aware of the definition, aspects, factors, and dangers of aggressiveness behavior that if carried out. From this activity students can control themselves more not to do aggressiveness behavior.

Keywords: *Adolescent, Lower, Aggressiveness Behavior.*

PENDAHULUAN

Istilah konvensional masa remaja diistilahkan sebagai masa “badai dan tekanan”, suatu masa yang mana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar Hurlock, 1980 (dalam Fitri et al., 2016). Selain itu, masa remaja juga merupakan masa dimana remaja rentan terhadap pengaruh buruk seperti narkoba, kejahatan, dan kekerasan seksual. Menurut (Fraser dalam Kellner & Bry, 1999) masalah agresivitas yang berkecenderungan pada perilaku kekerasan ketika masih remaja, apabila segera diatasi dengan baik maka perkembangan seterusnya akan relatif stabil (Minauli & Andriani Yusuf, 2015).

Perilaku agresi biasanya terjadi sebagai kombinasi dari frustrasi yang intens dengan rangsangan eksternal sebagai pemicu ketika respons refleks terhadap ancaman eksternal berupa pikiran atau emosi agresi menjadi perilaku agresif. Namun pada kenyataannya, beberapa orang dapat menghindari menjadi agresi. Pola kepribadian yang terbentuk pada masa perkembangan membentuk respon refleks terhadap pikiran dan emosi seseorang ketika terkena rangsangan dari luar, terutama bila kondisi tersebut dirangsang dalam bentuk ancaman. Bila refleks pola merupakan bentuk pikiran atau emosi agresif, maka reaksi dalam menghadapi situasi yang mengancam adalah perilaku agresif. (Enopadaria, 2021)

Fenomena agresi dan perilaku menyimpang yang dialami oleh pelajar dan remaja saat ini sulit untuk diklasifikasikan sebagai perbuatan tercela, tetapi mengarah pada aktivitas ilegal dan kejahatan. Perilaku agresif yang akhir-akhir ini muncul di masyarakat mengalami perubahan yang cepat baik secara kualitatif maupun kuantitatif, menunjukkan gejala yang mengkhawatirkan. Perilaku agresif yang tidak hanya acak atau musiman, tetapi juga kebiasaan dan terencana (Siregar, 2020). Terdapat salah satu kasus yang dilakukan para remaja seperti dikutip dari (Kompas 2013) aksi pembunuhan yang dilakukan oleh tiga siswa SMP dan SMA terhadap SMK 3 Depok Sleman dengan cara memukul kepala korban menggunakan pisau dan batu. Motif dari pembunuhan tersebut karena pelaku merasa tersinggung dan diremeshkan (Lestari & Marjo, 2021).

Berdasarkan fakta yang terjadi di lapangan kasus tawuran antar pelajar di Indonesia cukup memprihatinkan, karena setiap tahunnya terus meningkat. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) dikutip dari *website Databoks*, peristiwa tawuran pelajar terjadi di 0,4% desa/kelurahan di Indonesia pada tahun 2014. Naik menjadi 0,65% pada tahun 2018, namun turun menjadi 0,22% pada tahun 2021. Data menunjukkan bahwa pada tahun 2021, tawuran di beberapa lokasi berkurang atau tidak ada lagi. Menurunnya angka jumlah tawuran pada tahun 2021, nampaknya dipengaruhi oleh situasi pandemic Covid-19, dimana pemerintah memberlakukan kebijakan pembatasan kegiatan sosial, termasuk aktivitas sekolah tatap muka.

Dalam penelitian Aidul, 2011 dengan melibatkan subjek siswa kelas X SMA Muhammadiyah 15 Jakarta Barat, menghasilkan bahwa laki-laki dijelaskan lebih sering melakukan agresif fisik dan agresif verbal, sementara perempuan lebih dikategorikan melakukan agresi relasi (agresi terselubung, misalnya menyebarkan gosip atau rumor tentang anak lain yang menjadi sasaran supaya teman-temannya menolak atau membencinya, mengeluarkan anak dari kelompoknya (Fitri et al., 2016).

Agresivitas merupakan keinginan untuk mengekspresikan emosi negatif seperti permusuhan dan menyakiti orang lain demi mencapai tujuan yang diinginkan (Buss dan Perry, 1992). Krahe (2001) menyatakan bahwa perilaku agresi yang terjadi pada seorang individu bergantung pada faktor kepribadian seperti pengendalian diri, iritabilitas, kerentanan emosional, pemikiran kacau, harga diri, dan gaya atribusi, serta faktor situasional diantaranya mengalami penyerangan, efek senjata, karakteristik target, alkohol dan temperature udara (Sentana & Kumala, 2017).

Buss & Perry (1992) mengartikan terdapat beberapa aspek yang mencakup perilaku agresif yaitu: a) Aspek fisik yang terdiri berbagai tindakan menyakiti ataupun mengganggu orang lain, termasuk merusak barang, memukul, menendang, mendorong; b) Aspek verbal yang merupakan agresi dalam bentuk menyakiti orang dengan menggunakan kata-kata seperti membentak, mendebat, mengejek; c) Aspek kemarahan yaitu berhubungan dengan masalah pengontrolan emosi seperti: rasa marah, kesal (jengkel); d) Permusuhan yaitu aspek agresi yang berhubungan dengan perasaan cemburu, iri hati, curiga serta sikap permusuhan kepada orang lain. Faktor-faktor yang menyebabkan agresivitas pada individu menurut Sarwono & Meinarno, 2009 antara lain: a) Faktor Sosial Frustrasi; b) Faktor Personal; c) Faktor Kebudayaan; d) Situasional; e) Sumberdaya; e) Media Massa (Umaroh, 2017).

Melihat kenyataan permasalahan yang sudah dipaparkan dan hasil wawancara serta observasi yang telah dilakukan, penulis menemukan hampir sebagian siswa SMP Nurul Huda Al Hazmi tepatnya peserta didik kelas VII menunjukkan perilaku agresivitas antar teman sekelas. Bentuk perilaku agresi yang dimunculkan dari siswa/i sebagian besar lebih mengarah pada agresi verbal baik laki-laki maupun perempuan. Selain itu juga berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, ternyata terdapat salah satu siswa yang terlibat tawuran di

luar lingkungan sekolah. Maka dari itu penulis memutuskan mengadakan penelitian mengenai pengelolaan emosional khususnya untuk emosi marah melalui upaya menurunkan perilaku agresif siswa/i yang dilaksanakan di SMP Nurul Huda Al Hazmi Cakung Barat. Melalui program ini sebagai bentuk kewajiban dan tanggung jawab Mahasiswa Kampus Mengajar Angkatan 5 dalam membentuk profil pelajar pancasila pada siswa SMP Nurul Huda Al Hazmi dapat meningkatkan rasa kepedulian dan edukasi mengenai bentuk kasih sayang dan persaudaraan antar teman kelas, serta berakhlak mulia agar tidak muncul permusuhan akibat dari perilaku agresif masing-masing individu.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan penulisan situasi dalam pendahuluan yang sudah dijelaskan, maka peneliti memilih 3 metode pelaksanaan yaitu psikoedukasi, sosialisasi, dan pelatihan dengan tema menurunkan perilaku agresivitas pada remaja. Ketiga metode tersebut membawakan tema yang sama yakni dengan menurunkan perilaku agresivitas pada siswa/i kelas VII di SMP Nurul Huda Al Hazmi. Metode pertama yang diterapkan adalah psikoedukasi. Metode ini merupakan proses dimana pemateri memberikan pemahaman dan pendidikan psikologis pada peserta program. Materi yang disampaikan yaitu materi mengenai dampak dan upaya mengurangi perilaku agresivitas dan sasaran pada kegiatan ini adalah siswa/i kelas VII SMP Nurul Huda Al Hazmi.

Metode yang kedua menerapkan sosialisasi. Metode ini digunakan sebagai bentuk diskusi dan pendalaman materi, serta menjadi suatu proses belajar mengajar. Terakhir metode pelatihan, yaitu suatu proses pembelajaran sederhana dengan menerapkan beberapa aturan untuk dapat terlaksana dengan baik. Peneliti berkolaborasi dengan menggabungkan kegiatan pelatihan menurunkan perilaku agresi dan meningkatkan kemampuan literasi yaitu menggambar membuat poster, yang mana dilakukan untuk dapat menuangkan segala bentuk emosi agar tidak dilampiaskan pada orang lain. Selain itu, pelatihan ini memiliki tujuan agar siswa/i dapat melatih kadar emosi dengan menerapkan tutur kata yang baik selama di ruang lingkup sekolah antar sesama teman maupun guru, serta menerapkan 5 kata ajaib yaitu kata maaf, tolong, terimakasih, permisi, dan bolehkah.

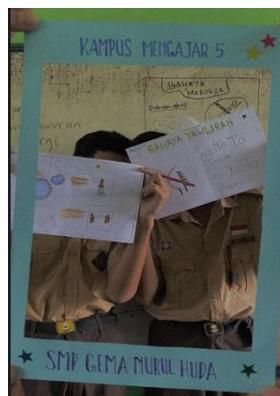
Pembuatan program kegiatan ini dilakukan dengan menitik beratkan keefektifan yang tinggi dan memanfaatkan masa penugasan selama 4 bulan sebagai mahasiswa program Kampus Mengajar yang merupakan bagian dari program Kampus Merdeka di bawah naungan Kemendikbudristek sebagai wadah untuk para mahasiswa dapat belajar di luar kampus. Program pengabdian masyarakat ini terkhusus pada pengabdian di dunia pendidikan Indonesia yang dapat dikatakan masuk dalam kategori daerah 3T (terdepan, terpencil, tertinggal). Pelaksanaan program Kampus Mengajar berfokus pada peningkatan kemampuan literasi, numerasi, dan adaptasi teknologi, serta membantu administrasi sekolah agar pendidikan akan terus berjalan dan berkembang. Mahasiswa melakukan pendampingan pada kelas VII sampai IX di Sekolah Menengah Pertama Nurul Huda Al Hazmi yang terletak di Jalan Tipar Cakung, Kecamatan, Cakung Barat Kota Jakarta Timur, DKI Jakarta. Semasa penugasan, peneliti menggunakan waktu dan tempat sebaik mungkin dengan memanfaatkan fasilitas sekolah yang ada untuk melaksanakan program khusus ini yang selinier dengan program studi yang tengah ditempuh.

Langkah pertama, peneliti melakukan observasi dan wawancara bersama salah satu

dewan guru dan Kepala Sekolah SMP Nurul Huda Al Hazmi mengenai perilaku agresi yang dimunculkan oleh beberapa siswa/i di lingkungan sekolah. Setelah mendapatkan hasil permasalahan, selanjutnya peneliti mulai menyusun dan melakukan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan untuk psikoedukasi dan pelatihan di minggu yang akan datang. Tahap ini disiapkan selama satu minggu dikarenakan siswa kelas VII sedang diliburkan sebab siswa kelas IX sedang melaksanakan Ujian Sekolah.

Kegiatan psikoedukasi dan sosialisasi dilaksanakan dalam satu waktu. Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu pada psikoedukasi dan sosialisasi peneliti memaparkan materi mengenai definisi perilaku agresivitas, penyebab, cara menahan amarah, hingga bahaya dari perilaku agresi pada orang lain dengan mengangkat materi kenakalan remaja agar dapat mudah dipahami pada peserta didik. Dari materi yang peneliti angkat, siswa/i dapat memahami topik pembahasan yang telah diberikan.

Kegiatan pelatihan dilakukan sehari setelah psikoedukasi dan sosialisasi. Peneliti menerapkan kegiatan yang diselenggarakan dengan salah satu program Kampus Mengajar yaitu meningkatkan literasi. Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu dengan menggambar membuat poster. Peneliti memilih kegiatan menggambar karena diharapkan dengan melakukan kegiatan ini para siswa/i dapat menyalurkan emosi mereka dengan baik, dan tentunya untuk mengurangi penyaluran emosi negatif antar teman akibat perilaku agresivitas. Selain itu, pelatihan ini juga menerapkan penggunaan perkataan yang baik untuk mengurangi mengucapkan kata kasar yang tidak pantas kepada orang lain, serta menerapkan 5 kata ajaib yaitu kata maaf, tolong, terimakasih, permisi, dan bolehkah melalui media informasi di ruang kelas.



Gambar 1. Hasil Karya Sebagian Siswa

Peneliti melakukan kegiatan ini pada sekolah penempatan selama kegiatan program Kampus Mengajar yang masih dalam satu domisili dengan tempat tinggal peneliti. Kegiatan ini dilaksanakan di ruang kelas VII tepatnya SMP Nurul Huda Al Hazmi, Cakung Barat, Jakarta Timur, DKI Jakarta. Partisipasi dalam penelitian kegiatan ini ialah seluruh siswa/i kelas VII SMP Nurul Huda AL Hazmi yang berjumlah 15 orang. Dalam satu kelas terdapat 7 siswa laki-laki, dan terdapat 8 siswi perempuan. Hampir keseluruhan siswa/i kelas VII memiliki perilaku agresif, dengan sebagian besar didominasi dengan perilaku agresif verbal. Kegiatan yang bertema “Pelatihan Menurunkan Perilaku Agresivitas” dilaksanakan dalam beberapa tahap utama yang dapat dilihat dalam table berikut.

Table 1. Keterangan Waktu Kegiatan

No.	Kegiatan	Pelaksanaan	Lokasi
1.	Observasi dan Wawancara	20-22 Maret 2023	SMP Nurul Huda
2.	Perencanaan Program	27-31 Maret 2023	SMP Nurul Huda
3.	Psikoedukasi dan Sosialisasi Program	3 April 2023	SMP Nurul Huda
4.	Pelatihan Program	4 April 2023	SMP Nurul Huda

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan perencanaan dan penyusunan program kegiatan ini dapat berjalan dengan cukup baik. Dari awal tahap pengumpulan data melalui observasi dan wawancara, peneliti memutuskan mengangkat tema upaya menurunkan perilaku agresi siswa/i. Tahap berikutnya melakukan perancangan dan penyusunan materi yang akan dibawakan pada sesi psikoedukasi dan sosialisasi. Pada kegiatan ini para siswa/i menjadi menambah wawasan mengenai definisi, faktor penyebab, dan bahaya dari perilaku agresivitas. Tahap kegiatan terakhir yaitu pelatihan dengan metode menggambar di kertas HVS seperti poster, yang bertujuan untuk menyalurkan emosi kepada hal yang positif dan tidak melampiaskan hal buruk kepada orang lain. Selain itu, peneliti juga melakukan pelatihan dengan menerapkan penggunaan perkataan bahasa baik, menerapkan 5 kata ajaib yaitu kata maaf, tolong, terimakasih, permisi, dan bolehkah.

Dari hasil pelatihan ini, siswa/i dapat menunjukkan sedikit demi sedikit perubahan dalam penggunaan perkataan yang baik, beberapa siswa/i telah mampu menyadari akan kesalahan pengucapan yang telah dikeluarkan. Meskipun pada sebagian siswa/i masih tampak kurang mampu menahan diri dalam mengelola emosi dan pengucapan. Kegiatan ini dapat memberikan dampak jangka pendek yang cukup baik, dan apabila ingin menghasilkan dampak untung jangka panjang, diharapkan para dewan guru dapat memberikan peringatan dan edukasi yang terus berjalan agar siswa/i dapat terbiasa dan dapat merubah perilaku dan tingkah laku mereka menjadi jauh lebih baik lagi ke depannya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kegiatan yang telah dilakukan terkait dengan upaya bentuk menurunkan perilaku agresivitas pada peserta didik kelas VII SMP Nurul Huda Al Hazmi Cakung Barat, maka dapat ditarik kesimpulan terdapat hampir keseluruhan siswa/i kurang mampu menahan diri untuk tidak melakukan perilaku agresi antar sesama teman. Dari beberapa aspek perilaku agresivitas yang dikemukakan oleh Buss & Perry (1992), siswa/i lebih banyak menunjukkan pada aspek verbal dan aspek kemarahan. Mereka masih sulit mengontrol amarah dalam diri masing-masing individu sehingga membuat mereka dengan mudah mengeluarkan ucapan kasar ketika emosi tengah meningkat. Selain itu, siswa/i juga mudah tersulut emosi ketika ada tindakan atau perlakuan yang tidak mengenakan dari teman kelasnya pada diri individu dan terdapat salah satu siswa yang terlibat tawuran di luar lingkungan sekolah. Dengan diadakannya kegiatan ini, diharapkan dapat membuat siswa/i memiliki ilmu pengetahuan dan

pemahaman baru yang bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain. Kegiatan ini juga dapat memberikan dan meningkatkan kesadaran diri bagi para siswa/i untuk saling lebih menunjukkan sikap kasih sayang antar teman dengan mengurangi perilaku agresi agar terhindar dari permusuhan.

Saran untuk kegiatan pelatihan dalam membuat suatu penelitian berikutnya diharapkan kepada peneliti untuk menambahkan alat ukur untuk variabel yang diteliti, dan juga harus mendalami observasi, *research* dan pengambilan data yang akurat dan lengkap. Tentu agar mendapatkan ketetapan dan keakuratan dari hasil penelitian yang sesuai dengan kondisi lokasi tersebut. Selain itu tentu peneliti dapat mengetahui dan memahami permasalahan dan kendala yang terjadi dan dimiliki di wilayah tempat penelitian sehingga dapat menyusun program dengan baik. Saran untuk sekolah, diharapkan dapat terus menerapkan kedisiplinan siswa/i dan mengutamakan pembelajaran akhlak mulia agar siswa/i dapat memiliki etika dan moral yang baik. Siswa/i dapat menyalurkan diri pada kegiatan yang positif seperti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah atau mengembangkan hobi yang dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Databoks. (2023, 23 Mei). Tawuran Bakal Masuk SKCK, Ini Tren Tawuran Pelajar di Indonesia. Diakses Pada 13 Agustus 2023, dari [https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/05/23/tawuran-bakal-masuk-skck-
ini-tren-tawuran-pelajar-di-indonesia](https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/05/23/tawuran-bakal-masuk-skck-ini-tren-tawuran-pelajar-di-indonesia)
- Enopadaria, C. (2021). Hubungan Kontrol Sosial dengan Perilaku Agresif Pada Remaja di Kota Padang. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(1), 37–42.
- Fitri, S., Luawo, M. I. R., & Puspasari, D. (2016). Gambaran Agresivitas Pada Remaja Laki-Laki Siswa SMA Negeri di DKI Jakarta. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 155. <https://doi.org/10.21009/insight.052.02>
- Lestari, A., & Marjo, H. K. (2021). Efektivitas Teknik Anger Management dalam Mengelola Emosi Marah yang Dilakukan melalui E-counseling di SMPI Jakarta. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 14–23.
- Minauli, I., & Andriani Yusuf, E. (2015). Efektivitas Anger Management Training Untuk Menurunkan Agresivitas Pada Remaja Disruptive Behavior Disorders. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 11(Juni), 12–18.
- Sentana, M. A., & Kumala, I. D. (2017). Agresivitas dan Kontrol Diri pada Remaja di Banda Aceh. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 51–55.
- Siregar, R. R. (2020). Self-Control Sebagai Prediktor Terhadap Perilaku Agresif Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 14(2), 93–102.
- Umaroh, S. K. (2017). Students ' agressivity reviewed by climate school and normative faith about aggression. *Jurnal Ecopsy*, 4(1), 17–24.