

BAB I

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu tahap transisi menuju ke status yang lebih tinggi yaitu status sebagai orang dewasa. Berdasarkan teori perkembangan, masa remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian (Fagan, 2006). Perubahan ini akan membawa dampak psikologis terutama berkaitan dengan adanya gejolak emosi dan tekanan jiwa sehingga remaja mudah menyimpang dari aturan-aturan dan norma-norma sosial yang berlaku.

Ketegangan-ketegangan yang dialami remaja kadang-kadang tidak terselesaikan dengan baik yang kemudian menjadi konflik berkepanjangan. Ketidakmampuan remaja dalam mengantisipasi konflik akan menyebabkan perasaan gagal yang mengarah pada frustrasi. Bentuk reaksi yang terjadi akibat frustrasi diantaranya perilaku kekerasan yang dilakukan untuk menyakiti diri atau orang lain, yang sering disebut agresi.

Pada masa sekarang keterlibatan remaja khususnya pelajar dalam tindak agresi telah menunjukkan tingkat yang mengkhawatirkan. Hal ini dibuktikan melalui situs resmi KPAI (www.kpai.go.id) dari data tahun 2016-2020 yang mencatat tingginya kasus mengenai kekerasan pada anak di Indonesia baik itu dilingkungan masyarakat, maupun di lingkungan sekolah, dalam hal ini termasuk didalamnya adalah tindakan agresif atau kekerasan yang dilakukan oleh anak itu sendiri maupun kekerasan yang dilakukan kepada anak. Total jumlah kasus kekerasan pada anak di Indonesia tahun 2016-2020 yang mencapai 24.974 kasus kekerasan pada anak. Pada kasus kekerasan khususnya di dunia pendidikan sejak tahun 2016-2020 tercatat total kasus berada pada angka 3.194, termasuk didalamnya adalah kasus anak korban tawuran pelajar, anak pelaku tawuran, anak korban kekerasan di sekolah, anak pelaku kekerasan di sekolah, anak korban kebijakan. Kasus Anak Berhadapan Hukum (ABH) yang tercatat di data KPAI berjumlah 6.500 kasus, termasuk didalamnya adalah kasus seperti anak sebagai pelaku kekerasan fisik (penganiayaan, pengeroyokan, perkelahian, anak sebagai pelaku kepemilikan senjata tajam, anak sebagai pelaku kecelakaan lalu lintas, anak sebagai pelaku pencurian dan lain-lain).

Melalui data yang telah dipaparkan diatas, maka fenomena kasus kekerasan atau agresif beberapa tahun terakhir ini cukup meresahkan berbagai pihak. Tindakan agresif yang dilakukan oleh remaja setiap tahunnya banyak diberitakan oleh beberapa media massa, seperti yang diliput dari media www.beritasumut.com & www.ogenews.com, mengenai kasus tawuran di Medan yang terjadi pada tanggal 19 November 2021 antara siswa SMK Immanuel dengan siswa SMK Raksana Medan. Hal ini dilatar belakangi oleh tindakan dari siswa SMK Immanuel yang terlebih dahulu melempar batu kepada siswa SMK Raksana yang sedang menunggu angkutan umum. Kejadian pelemparan batu ini terjadi tanpa adanya alasan atau sebab yang jelas. Peristiwa tawuran yang dilakukan oleh siswa SMK Immanuel ini bukanlah pertama kalinya terjadi karena sebelumnya pada tahun 2017, seperti yang dilansir dari www.jurnalasia.com sudah pernah terjadi tawuran dengan siswa SMK Mulya Medan yang dipicu

karena selisih paham yang bermula dari pengenalan seorang siswi SMK Mulya dan siswa SMK Raksana, namun pengenalan itu berujung pada selisih paham ketika siswa SMK Raksana tersebut mengantarkan siswi SMK Mulya ke sekolah, hal ini memicu terjadinya tawuran antara kedua pihak sekolah. Kejadian tersebut tidak hanya berhenti di situ saja, selang beberapa hari kemudian sekelompok siswa SMK Mulya mendatangi sekolah SMK Raksana dengan tujuan kembali melakukan aksi tawuran tapi hal ini langsung dapat dicegah karena adanya tindakan dari guru SMK Raksana yang langsung melaporkan kepada pihak berwajib sehingga tawuran dapat dicegah lebih awal.

Berdasarkan berita-berita tentang kasus tawuran yang telah beberapa kali terjadi pada siswa di kota Medan, maka hal tersebut menimbulkan ketertarikan bagi peneliti untuk melakukan penelusuran dan wawancara langsung ke sekolah-SMK Immanuel Medan. Peneliti melakukan wawancara langsung ke beberapa sekolah, hasil wawancara dengan salah satu guru Bimbingan Konseling (BK) diperoleh informasi bahwa perilaku agresif yang sering sekali terjadi adalah perkelahian yang terjadi antara siswa yang dominan yang dilakukan oleh para siswa laki laki dan perilaku agresif siswa SMK Immanuel yang sampai saat ini sulit untuk diatasi adalah adanya tawuran antar pelajar karena para pelaku tawuran ini selalu memunculkan bibit-bibit baru setiap tahunnya sehingga hal ini menjadi masalah yang belum dapat terselesaikan sampai saat ini. Peneliti juga mencari informasi melalui salah satu siswa SMK Immanuel yang menyatakan bahwa benar ada perilaku agresif yang sering dilakukan siswa-siswi SMK Immanuel baik itu perilaku agresif secara fisik maupun verbal. Beberapa perilaku agresif yang terjadi di lingkungan sekolah secara verbal yang sering dilakukan oleh siswa SMK Immanuel yaitu mengolok-olok sesama siswa bahkan ada beberapa siswa yang berani untuk membantah atau mengejek guru dan melontarkan perkataan perkataan kasar kepada siswa yang dianggap lemah. Perilaku agresif yang dilakukan lainnya adalah dengan cara fisik yaitu bertengkar dengan sesama siswa yang berujung pada pertikaian sehingga mengakibatkan luka fisik.

Perilaku agresif adalah setiap tindakan yang diniatkan untuk menyakiti atau melukai orang lain (Taylor dkk., 2009). Menurut Faturochman (2009) ada empat masalah penting dalam agresi, yaitu: Pertama, agresi merupakan perilaku, dengan demikian segala aspek perilaku juga terdapat di dalam agresi terutama emosi. Kedua, ada unsur kesengajaan. Ketiga, sasarannya adalah makhluk hidup terutama manusia. Keempat, ada usaha menghindar pada diri korban.

Salmiati (2015) dalam hasil penelitiannya menjelaskan bahwa perilaku agresif di sekolah tentunya menimbulkan dampak bagi pelaku maupun korban baik yang berkaitan dengan proses belajarnya maupun yang berkaitan dengan hubungan sosialnya dengan temantemannya di sekolah, dampak yang berkaitan dengan proses belajarnya adalah subjek sulit berkonsentrasi dalam belajar, selalu gelisah dalam mengikuti proses pembelajaran, sering mengganggu teman-temannya yang serius belajar, selalu gelisah, tidak tenang, dan sering tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Hal ini tentunya mempengaruhi pencapaiannya prestasi belajarnya di sekolah. Adapun dampak yang berkaitan dengan hubungan sosialnya adalah subjek cenderung dijauhi oleh teman-temannya karena takut disakiti/dipukuli dan cenderung tidak disenangi oleh

teman-temannya karena perilakunya yang sering mengganggu teman-temannya dalam bentuk perilaku agresif.

Buss dan Perry (1992) mengklasifikasikan agresi dalam empat aspek, yaitu: (1) agresi fisik, merupakan tindakan yang menyakiti atau merugikan orang lain secara fisik; (2) agresi verbal, adalah tindakan yang mengganggu atau membahayakan orang lain secara verbal, seperti sindiran, fitnah dan lain-lain; (3) kemarahan, yakni perasaan setelah diperlakukan tidak benar; dan (4) permusuhan, merupakan proses sosial yang terjadi ketika salah satu pihak berusaha untuk menyakiti atau menghancurkan pihak lain.

Tindakan agresif terjadi karena seseorang tidak bisa mengontrol emosi yang ada dalam dirinya. Rasa amarah dan dendam akan memicu terbentuknya sikap agresif sehingga pelatihan *self control* sangat dibutuhkan. Krahe (2005) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif, salah satunya adalah faktor kepribadian seperti kontrol diri, harga diri, kerentanan emosional, dan *hostile attributional style*. Tingginya kontrol diri berhubungan dengan penurunan resiko masalah psikososial di antaranya kenakalan dan sikap agresifitas pada remaja.

Baumesister, dkk, (2007) mengemukakan bahwa kontrol diri merujuk pada kapasitas seseorang untuk mengarahkan respon dirinya pada standar ideal, nilai, moral, dan harapan sosial. Kontrol diri merupakan aspek diri yang relevan untuk memahami perilaku agresif dalam setiap individu. Kontrol diri juga merupakan hambatan internal yang berfungsi untuk mencegah keterlepasan kecenderungan respon agresif.

Individu dengan kontrol diri yang rendah senang melakukan resiko dan melanggar aturan tanpa memikirkan efek jangka panjangnya sedangkan individu dengan kontrol diri yang tinggi akan menyadari akibat dan efek jangka panjang dari perbuatan menyimpang (Aroma & Suminar, 2012). Siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi, mereka akan lebih berperilaku yang positif dan mampu bertanggung jawab, seperti tanggung jawab sebagai seorang pelajar adalah belajar (Rianti & Rahardjo, 2014).

Menurut Averill (dalam Ghufon & Risnawira, 2021) ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu : (1) Kontrol perilaku (*behavior control*) merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan; (2) Kontrol kognitif (*cognitive control*) merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan; dan (3) Mengontrol keputusan (*decisional control*) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Salah satu penelitian terbaru dari Zahrani dan Ambarani (2019) yang melakukan pelatihan kontrol diri untuk menurunkan perilaku agresif pada siswa kelas VIII F SMPN Z Surabaya diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.00 (<0.05), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan pelatihan. Dengan kata lain, pelatihan yang diberikan efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kontrol diri dan agresivitas. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa rata-rata tingkat agresivitas siswa menurun setelah diberikan pelatihan.

Keterbaruan dari penelitian ini dibandingkan dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya adalah penelitian ini menggunakan *design* penelitian Quasi Eksperimen (*non equivalent control group design*), yaitu menggunakan kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol yang tidak dipilih secara random. Adapun pada penelitian yang dilakukan oleh Zahrani dan Ambarini (2019) menggunakan *design* Pra Eksperimen (*one group pretestposttest design*). Penelitian Maisaroh dkk., (2016) juga menggunakan *design one group pretest post-test design* dalam melakukan pelatihan kontrol diri melalui konseling kelompok untuk menurunkan perilaku agresif siswa SMP Negeri 12 Kota Bengkulu.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, dan untuk menggali lebih dalam tentang perilaku agresifitas pada siswa sekolah-sekolah lain yang berada di kota Medan, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam terkait **Efektivitas Pelatihan Kontrol Diri Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Siswa Di SMK Immanuel Medan**, dengan 2 hipotesa yang diajukan pada penelitian ini yaitu; 1) Ada perbedaan intensitas perilaku agresif pada kelompok yang diberikan pelatihan kontrol diri, dengan asumsi bahwa intensitas perilaku agresif setelah diberikan pelatihan kontrol diri akan menurun dibandingkan dengan sebelum diberikan pelatihan kontrol diri. 2) Ada perbedaan intensitas perilaku agresif pada kelompok yang diberikan pelatihan kontrol diri dan pada kelompok yang tidak diberikan pelatihan kontrol diri, dengan asumsi bahwa intensitas perilaku agresif kelompok yang diberikan pelatihan kontrol diri lebih rendah daripada kelompok yang tidak diberikan pelatihan kontrol diri. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti ingin meneliti lebih dalam mengenai “Efektifitas Pelatihan Kontrol Diri untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Siswa SMK Immanuel Medan”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pelatihan kontrol diri dalam menurunkan perilaku agresif pada siswa SMK Immanuel Medan. Manfaat dari penelitian kami diharapkan dapat bermanfaat memberikan sumbangan pemikiran atau memperkaya teori-teori terhadap ilmu pengetahuan bagi penelitian lain yang ingin meneliti tentang penelitian sejenisnya. Penelitian ini juga diharapkan sebagai ilmu baru bagi para ilmuwan psikologi. Bagi siswa diharapkan dapat mengontrol dirinya untuk menjaga diri dari perbuatan agresif sehingga siswa dapat lebih fokus untuk belajar, mengejar prestasi belajar, menciptakan suasana yang hangat dan bersahabat dengan teman-temannya. Bagi perguruan SMK Immanuel Medan Dengan adanya pelatihan ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru dalam membimbing maupun mendidik para siswa untuk mencegah dan mengatasi perilaku agresif pada siswa-siswanya. Citra sekolah juga akan positif bila perilaku agresif siswa dapat dikendalikan.