

2022

## **ANALISIS PENGGUNAAN MODUL KONSELING KEDAMAIAAN DALAM MEREDUKSI PERILAKU AGRESI SISWA**

Ully Uswatun Khasanah<sup>a)</sup>, Agus Ria Kumara<sup>b)</sup>

Bimbingan dan Konseling FKIP

Universitas Ahmad Dahlan ,Daerah Istimewa Yogyakarta,Indonesia<sup>ab</sup>

Penulis korespondensi : [ully1900001175@webmail.uad.ac.id](mailto:ully1900001175@webmail.uad.ac.id)

### **Abstrak**

Remaja adalah mahluk sosial yang tengah belajar keterampilan sosial .Dalam setiap fase pertumbuhan ,remaja menghadapi tugas-tugas perkembangan yang optimal. Namun,kenyataannya tugas-tugas perkembangan yang menjadi tanggungjawab siswa masih terabaikan . Tugas-tugas perkembangan ini terabaikan karena pada fase ini remaja mengalami transisi dalam menjalani fase menuju kedewasaan . Sehingga,fase ini dapat mendorong siswa melakukan tindakan agresi .Perilaku agresi dilakukan pada masa anak-anak,masa remaja ,masa dewasa . Perilaku agresi ini dapat terjadi tidak hanya di sekolah namun juga dilingkungan rumah , maupun lingkungan sosial . Perilaku agresi adalah perilaku bermasalah yang merugikan orang banyak secara fisik maupun verbal . Permasalahan tentang perilaku agresi ini menjadi salah satu permasalahan urgent yang harus ditangani segera ,khususnya di sekolah oleh konselor . Konselor diharapkan dapat berperan aktif dalam menangani agresivitas yang terjadi di sekolah melalui layanan bimbingan konseling . Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis agresivitas siswa yang direduksi melalui modul konseling kedamaian .Metode penelitian yang digunakan dengan studi literature .Penelitian dengan metode studi literature ini melalui modul konseling kedamaian dalam mereduksi perilaku agresivitas siswa,pada peserta didik jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) .Dari beberapa permasalahan terkait dengan perilaku agresi ,beberapa temuan lain dalam penelitian menunjukkan konseling kedamaian dapat mereduksi perilaku agresivitas siswa .

2022

*Kata Kunci: Remaja, Agresivitas, Modul, Konselor, Konseling Kedamaian*

### **A. Pendahuluan**

Remaja adalah makhluk sosial, makhluk sosial yang tengah belajar sebuah keterampilan sosial. Pada setiap proses pembelajarannya ini terdapat sebuah fase, fase ini dinamakan fase perkembangan yang dilalui dan juga dipenuhi (Daulay dkk, 2021). Setiap tugas perkembangan ini dilalui individu sendiri, untuk dapat mencapai sebuah pola hubungan baru. Harapannya agar lebih matang dengan teman sebayanya untuk dapat meraih peran sosial. Hurlock (1990) menyampaikan peran sosial ini disesuaikan dengan jenis kelamin, kemampuan untuk menerima, memberikan kesatuan untuk diri serta menggunakan kodratnya sebagaimana mestinya, dapat bertanggungjawab, kebebasan emosional dan mulai mengupayakan menjadi diri sendiri, persiapan mencapai karir, persiapan untuk pernikahan, serta memperoleh seperangkat nilai dalam system juga etika yang bertujuan untuk menjadi pedoman dalam bertingkah laku. Berkaitan dengan tugas perkembangan apabila seorang individu mampu untuk menyelesaikan tugas perkembangan yang dimiliki dengan demikian tercapai kebahagiaan serta kepuasan. Kedua hal ini menjadi hal yang menentukan keberhasilan individu untuk dapat melengkapinya tugas-tugas perkembangannya. Namun, hal ini berbanding terbalik dengan terpenuhinya tugas perkembangan yang dilaksanakan dengan baik. Jika individu belum dapat menyelesaikan tugas perkembangan dirinya maka harus dioptimalkan. Perilaku agresi memunculkan kerugian secara fisik, psikis, dan sosial dalam tugas perkembangan ini diupayakan sebaik mungkin bagi remaja. Hal ini penting, supaya remaja tidak mudah terganggu pikirannya, perasaannya ataupun perilaku dari remaja yang dapat membuat mereka mengambil untuk melakukan kenakalan (Daulay dkk., 2021)

Kartono, seorang ilmuwan sosiologi menyampaikan kaitannya dengan istilah juvenile delinquency atau kenakalan remaja. Juvenile delinquency atau kenakalan

2022

remaja adalah sebuah gejala patologis sosial pada remaja yang disebabkan oleh adanya pengabaian sosial (Sumaradkk,2017) . Proses penyimpangan ini terjadi adalah sebuah proses yang alami yang mana fase ini pernah dialami oleh setiap orang , saat merekamemasuki fase kegoncangan menjelang kedewasaan . Sebagaimana yang dapat diketahui, pada fase ini anak lebih cenderung labih serta mudah terpancing amarah dari sebuah masalah misalnya perilaku agresi . Perilaku agresi bertujuan melukai korbannya dan agresivitas dimaknai sebagai naluri atau dorongan . Sedangkan agresif dituangkan dalam tindakan negative .

Menurut Amaliasari & Zulfiana (2019) menjelaskan bahwa perilaku agresi adalah perilaku negative , perilaku ini diarahkan dengan niat dan sengaja dilakukan dalam tindakan kekerasan secara fisik dan ungkapan hal ini memiliki tujuan untuk melukai diri sendiri serta orang lain sebagai dampak perilakunya . Perilaku agresi ini muncul dari pengaruh lingkungan teman sebaya dengan kesengajaan niat yang bertujuan seperti meminum narkoba,terlihat mencolok serta memiliki kuasa , dan mencari kesenangan (Febriana & Simorang,2019) .

Adapun karakteristik dari perilaku agresi , ketika seseorang menunjukkan sebuah respon seperti emosi marah,frustasi,kecewa, dan dapat putus asa . Menurut Gallagher & Ashford (2016) karakteristik permusuhan ini adalah sebuah perilaku yang diungkapkan berdasarkan pada verbal seperti perasaan curiga terhadap orang lain .Selain itu perilaku agresi merupakan sebuah tanggapan atau respon marah,kecewa,sakit fisik , penghinaan maupun ancaman yang cenderung dapat memancing amarah yang mengarah pada agresi (Nadhirah,2017).

Perilaku agresi secara verbal dapat merubah konsep dari seseorang menjadi lebih negatif serta dapat menyebabkan depresi akut dan membuat korbannya melakukan tindakan bunuh diri (Rao & Sudarshan,2015) . Perilaku agresi dapat diakibatkan karena sulitnya adaptasi pada lingkungan baru yang sebelumnya tidak pernah dialami . Klien memiliki tekanan psikologis dari pengguna zat yang berdampak panjang serta sulit dikontrol . Hal ini pula merugikan diri sendiri atau orang lain (Alhadi dkk,2018).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu , bahwa perilaku agresi tidak terjadi tanpa faktor penyebab . Pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Nisfannoor & Yulianti

2022

(2005) menunjukkan bahwa seorang remaja yang berasal dari keluarga yang bercerai akan lebih agresif dibandingkan remaja dari keluarga utuh . Adapun berikutnya perilaku agresi yang muncul pada diri siswa SMK sangat perlu untuk direduksi . Jika tidak direduksi maka akan dapat memberikan pengaruh negatif untuk siswa . Upaya yang dapat dilakukan yakni dengan mengimplementasikan konseling kedamaian . Konseling kedamaian adalah sebuah pengembangan dari pendidikan kedamaian yang dapat diterapkan pada proses konseling (Saputra & Handaka,2017) .

Pendidikan kedamaian memiliki teori dasar yakni menciptakan sebuah perdamaian positif untuk perdamaian sejati , tidak menciptakan kekerasan fisik , ketimpangan sosial, intimidasi , serta konflik sosial (Galtung,1967) . Pendidikan kedamaian akan senantiasa akan tercipta jika seorang individu dapat menciptakan pikiran positif dalam dirinya untuk mampu dan sanggup tidak melakukan agresivitas .

Beberapa strategi yang dilakukan untuk mendorong remaja berpikir damai dengan mengurungkan niat mereka menyakiti orang lain.Hal ini kembali mengingatkan bahwasannya negara Indonesia mayoritasnya adalah muslim terbesar didunia . Hal ini menjadi salah satu alasan mengapa pendidikan kedamaian dapat diterapkan dengan tetap memperhatikan nilai-nilai islam yang memiliki potensi untuk diterapkan pada sesi konseling . (Saputra dkk.,2016)

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian yang dilakukan oleh penulis menggunakan desain studi literature . Studi Literature adalah serangkaian kegiatan dalam sebuah proses pengumpulan data pustaka. Peneliti melakukan aktivitas seperti membaca , mencatat kemudian mengolah hasil penelitian . Dengan studi literature mendapatkan informasi yang relevan untuk dianalisis dan diolah menjadi sebuah hasil penelitian . Penggunaan studi literature melatarbelakangi sebuah penelitian sebagai cara alternative membantu peneliti mengenali fenomena khusus yang terjadi dalam sebuah peristiwa . Dalam pengumpulan informasi peneliti melakukan penelusuran literature yang relevan . Literature yang

2022

relavan ini harapannya dapat mendefinisikan konsep-konsep dalam melakukan verifikasi hubungan antar teori yang dapat dikembangkan . Studi literature ini harapannya dapat membantu peneliti untuk dapat menjelaskan ,mendukung, serta dapat memperluas permunculan teori-teori baru dalam hasil studi yang telah dilakukan peneliti .

### **C. Hasil Penelitian**

#### 1. Modul Konseling Kedamaian Berbasis Kearifan Lokal

Buku Panduan Konseling Kedamaian Berbasis Kearifan Lokal ini dikembangkan dengan tujuan untuk mengembangkan perdamaian antarsiswa . Hal ini dilakukan agar dapat menekan agresivitas melalui kearifan lokal. Berdasarkan pada penilaian untuk kelayakan produk ini , dapat digunakan oleh konselor sekolah guna pelaksanaan dalam layanan konseling kedamaian untuk mereduksi agresivitas siswa . Adapun hasil dari penelitian ini juga merekomendasikan untuk melakukan penelitian secara berkelanjutan agar dapat mengidentifikasi dari efektivitas bimbingan kedamaian dalam mereduksi agresivitas siswa . Selain melakukan penelitian lanjutan penelitian ini juga dapat mengintegrasikan antara kearifan lokal dalam pelaksanaan bimbingan perdamaian . Dalam modul ini menyajikan kegiatan konseling yang dilaksanakan oleh Guru BK. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar dapat membangkitkan motivasi seklaiigus melatih peserta didik atau remaja ketika mereka berpikir tentang kedamaian .

Modul konseling kedamaian berbasis kearifan lokal untk membanru peserta didik dalam mereduksi perilaku agresivitas . Harapannya permasalahan dari perilaku agresi yang dihadapi remaja dapat terminimalisir sehingga menciptakan sekolah kondusif agar dapat memberikan kontribusi dalam pelaksanaan pembelajaran yang nyaman,berprestasi,serta menyenangkan . Peningkatan dalam perkembangan dan pengaruh kondusifnya aktivitas pembelajaran menunjukkan sekolah yang kondusif dapat memberikan prestasi dan kenyamanan belajar bagi siswa .

Modul konseling kedamaian ini memiliki arahan untuk pendidikan kedamaian yang saling terintegrasi dengan kearifan lokal . Memiliki visi dan misi untuk pengentasan permasalahan membuat diri seseorang merasa terganggu dari pikiran

2022

,perasaan,tindakan baik secara interpersonal atau intrapersonal . Hadirnya konseling kedamaian yang terintegrasi dengan kearifan lokal ini bermanfaat dalam menumbuhkan jiwa-jiwa ketenangan bagi setiap individu .

Berikut ini model konseling kedamaian berbasis kearifan lokal terdiri dari beberapa tahapan yakni :

1. rasionalisasi model konseling kedamaian berbasis kearifan local
  2. eksplorasi permasalahan dalam bentuk kekerasan
  3. penerapan refleksi dari tindakan kekerasan
  4. alternative solusi dari tindakan kekerasan
  5. upaya pencarian bentuk yang berbeda dari tindakan kekerasan serta langkah menghilangkan
  6. evaluasi serta langkah untuk menindaklanjuti terkait dengan pikiran,serta upaya perilaku kedamaian
2. Modul REGULASI DIRI DALAM EMOSI: STRATEGI KONSELOR UNTUK MEREDUKSI AGRESIVITAS SISWA

Regulasi emosi diri adalah kemampuan seseorang yang berkaitan dengan cara berpikir , mengelola emosi ,mengendalikan serta cara seseorang untuk berperilaku dalam mengentaskan permasalahannya.Ketika seseorang dapat menunjukkan regulasi diri akan emosinya , maka individu tersebut dapat mereduksi kecenderungan untuk berperilaku agresi .

Modul ini diharapkan dapat menjadi pedoman konselor untuk dapat menggali sumber-sumber yang berkaitan dengan regulasi diri dalam mereduksi perilaku agresi siswa . Perilaku agresi muncul disebabkan oleh cara individu maupun peserta didik mengendalikan emosinya dan perilaku mereka . Adapun beberapa hal yang dapat mempengaruhi regulasi emosi individu yang berkaitan ketika seorang individu melakukan penilaian emosional ,mengatur emosi, serta pengungkapan emosi. Dalam hal ini pengaturan emosi perlu dilakukan dan dikembangkan, mengingat pengaturan emosi ini penting agar terhindar dari adanya perilaku agresif . Salah satu

2022

upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisir perilaku agresif yakni melakukan latihan regulasi emosi. Ketika regulasi emosi tidak dapat terkendali hal ini menjadi penyebab ataupun mengalami gangguan dalam hubungan interpersonal, hal ini terlihat saat seseorang mengungkapkan kemarahan individu terlampaui batas atau sangat bebas sehingga perilaku agresif ini meningkat. Ketika menjalin hubungan dengan orang lain, cara seseorang mengatur emosi adalah upaya penting yang diperlukan setiap individu.

### 3. Modul Self-Regulation of Emotion

Melakukan latihan regulasi diri ini penting dilakukan, karena hal ini merupakan bentuk upaya yang dapat dilakukan untuk mereduksi perilaku agresif. Apabila self-regulation tidak dapat terkontrol maka akan dapat menjadi penghambat sekaligus memunculkan kemarahan hal ini dapat menjadi penyebab meningkatnya perilaku agresif. Mengendalikan emosi menjadi salah satu hal penting ketika menjalin komunikasi dengan orang lain. Siswa yang dapat meregulasi emosi akan dapat mereduksi perilaku agresifnya yang berdampak merugikan untuk orang banyak. Modul Self-Regulation of Emotion hadir untuk mereduksi agresivitas siswa dan juga membantu siswa dalam meningkatkan self-regulation pada diri mereka. Proses regulasi terjadi baik disadari atau tidak disadari, berfungsi dalam mempertahankan, meredakan, dan menggantikan emosi tertentu (Philipot & Feldman, 2004). Miller & Brown (Neal & Carey, 2005) menyampaikan berikut ini 7 tahapan kemampuan untuk mengatur diri secara umum yakni :

1. Receiving adalah menerima informasi yang relevan. Pertama yang dapat dilaksanakan oleh seseorang yaitu dapat menerima informasi dari beberapa sumber yang dapat dipercaya dalam memberikan informasi.
2. Evaluating, proses mengevaluasi adalah menganalisis serta perbandingan suatu masalah dari luar dan masalah dari dalam dengan argumentasi pribadi atau internal dari adanya pengalaman yang pernah dialami.

2022

3. Triggerring adalah sebuah perubahan .Perubahan dalam hal ini adalah hal yang berkaitan dengan sikap seseorang untuk dapat menghindari cara pandang yang menyimpang atau tidak sesuai dengan kebenaran informasi yang ada
4. Searching adalah sebuah pencarian dalam menemukan solusi untuk dapat mengurangi munculnya permasalahan baru atau pertentangan dari permasalahan yang ada .
5. Formulating adalah perencanaan .Perencanaan ini meliputi aspek pokok untuk targegt tujuan yakni waktu, aktivitas pengembangan , tempat serta aspek lainnya yang dapat mendukung baik secara efisien dan efektif .
6. Implementing adalah mengarahkan . Memberikan aski nyata atau tindakan yang menunjukkan pada tujuan dan modifikasi sikap yang sesuai dengan proses .
7. Assessing adalah mengukur efektivitas dari rencana yang ada atau rencana yang telah dibuat . Dapat disimpulkan dari tahapan regulasi yang demikian , bahwasannya mulai dari tahapan receiving, evaluating, triggering, searching, formulating, implementing, dan assessing saling memiliki peranan penting dalam diri seseorang untuk dapat melakukan regulasi emosi yang tepat bagi dirinya .

#### **D. Pembahasan**

##### **A.Pengertian Perilaku Agresi**

Perilaku agresi ini konflik yang belum bisa terentaskan secara penuh bagi remaja . Berbagai kasus tentang agresi masih menjadi perbincangan dan sangat merugikan jika terjadi secara terus menerus . Berawal dari tawuran pelajar,perkelahian,hingga pembunuhan yang menghilangkan nyawa seseorang . Selain merugikan perilaku agresi ini membuat orang lain dan diri sendiri menjadi terhambat dalam melakukan berbagai macam aktivitas karena perilaku ini yang memgkhawatirkan . Perilaku agresi ini dapat muncul ketika terjadi kondisi emosional yang tidak sebaik baik . Berdasarkan hasil penelitian , regulasi emosi memiliki pengaruh yang signifikan pada perkembangan perilaku agresi .

2022

Menurut Purwadi,dkk (2020) menjelaskan bahwa Analisis secara lebih lanjut ada 2 strategi dalam mengatur emosi .Penekanan emosi yang berlebihan dapat mempengaruhi perkembangan agresi dan pengaturan emosi melauai adanya penilaian kognitif ini tidak . Kuatnya metode penekanan emosi yang digunakan akan semakin tinggi tingkatan agresi yang dikembangkan .

Wilis (2010) menyampaikan bahwa makna agresi dari segi emosional dan motivasional .

Agresivitas pada remaja yang berkaitan dengan perilaku fisik atau cara bicara yang dapat menyakiti,merusak seseorang baik secara psikis dan fisiknya atau adanya benda disekitarnya yang memiliki keterkaitan dengan 4 aspek penting dalam agresi yakni aspek agresi fisik,agresi verbal,kemarahan serta permusuhan . Dapat disimpulkan bahwasannya perilaku agresi dilakukan dengan kesengajaan pada orang lain dan berdampak merugikan .

Adapun berikut ini perilaku agresif remaja di salah satu kota besar yakni,Yogyakarta. Perilaku agresif menjadi permasalahan klasik yang mengkhawatirkan di Daerah Istimewa Yogyakarta khususnya remaja . Perilaku ini terkenal dengan penamaannya yaitu klitih ( Saputra & Handaka : Saputra,Supriyanto & Handaka 2017: Sukirno ,2018) .Permasalahan yang berkaitan dengan agresi ini masih menduduki tingkat tinggi perilaku yang merugikan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di salah satu Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Daerah Istimewa Yogyakarta bahwasannya perilaku agresi ini dikategorikan menjadi sangat tinggi dan tinggi 14% (Alhadi dkk.,2018). Penelitian lain yang dilakukan oleh Alhadi,Saputra & Purwadi (2019) memperoleh hasil berikut : agresi fisik sebesar 29%,agresi verbal 18%,kemarahan 24% , serta permusuhan sebesar 29% .

Remaja belum memiliki kestabilan emosi serta dalam mengambil keputusannya . Adapun efek yang ditimbulkan yaitu berdampak pada kehidupan pribadi,sosial,akademik dan karirnya.Berdasarkan hasil penelitian terdapat perbedaan antara keterampilan mengatur emosi siswa perempuan dan laki-laki (Alhadi dkk,2019)

2022

.Sikap yang kurang baik ini dapat bersumber dari permasalahan dari luar (eksternal) ataupun permasalahan dari dalam ( internal) . Hal ini menjadi pengingat untuk remaja bahwa keadaan tersebut dapat membuat seseorang terjerumus dalam lingkaran kekerasan yang merugikan banyak orang termasuk agresivitas .

Rahmawati (2015) menjelaskan bahwa kondisi emosional seseorang memiliki pengaruh pada perilaku seorang siswa baik secara positif dan negatif. Penerimaan dalam sosialisasi emosi ,kesadaran diri,serta pengaturan dalam kecerdasan seseorang memiliki pengaruh negatif pada perilaku agresi untuk anak sekolah . Perilaku agresi ini berdampak negative bagi diri remaja,,masyarakat dan bentuknya yang kompleks .Beragam dampak negatif dari perilaku agresi ini . Diantaranya dampak dari perilaku agresi yaitu tentang persepsi pada remaja ketika memasuki lingkungan tertentu.Khususnya di lingkungan sekolah .

Perilaku agresif remaja muncul dari kegagalan ketika mereka mengatur emosi serta perilakunya . Penilaian emosional,cara individu mengatur emosi , dan cara pengungkapan emosi.

Pentingnya cara untuk mengatur emosi terus dilakukan agar siswa dapat terhindar dari perilaku yang merugikan dan membahayakan dari agresi(Purwadi &Alhadi,2018) .

Upaya yang dapat dilakukan dalam mereduksi perilaku agresi yakni dengan latihan self regulation of emotion . Kemampuan untuk mengendalikan emosi menjadi aspek penting dalam mendukung keberhasilan siswa mencapai kesuksesannya baik secara akademik maupun non akademik . Harapannya supaya peserta didik khususnya remaja mampu mengoptimalkan daya kualitasnya kemampuan yang dimiliki untuk regulasi emosi ,mendapatkan arahan dan layanan yang tepat baginya menghindari perilaku agresi . Sebagai konselor memiliki peran penting untuk pemberian layanan untuk menghadirkan langkah regulasi emosi pada diri siswa . Guru Bimbingan dan Konseling berupaya semaksimal mungkin dengan pemberian layanan yang ada seperti layanan bimbingan kelompok , layanan bimbingan klasikal,layanan konseling kelompok , dan layanan konseling individu yang berkaitan dengan perilaku agresi .

2022

Dari setiap layanan yang dilaksanakan dapat memberikan hasil yang senantiasa mampu menjadi arahan diri siswa untuk tidak melakukan perilaku agresi dan mencegahnya sejak dini . Setiap individu memiliki kestabilan emosi dalam dirinya , akan tetapi hal ini tidak selalu stabil pada semestinya , kestabilan emosi pada remaja yang mengalami masa transisi menuju proses perkembangan selanjutnya juga menjadi perhatian . Karena , remaja belum memiliki kestabilan emosi yang cukup .Anitei,dkk.(2014 )menyampaikan bahwasannya kestabilan emosi adalah variabel yang kuat dimana hal ini dapat menjadi salah satu penyebab adanya perilaku agresi , adapun faktor lainnya seperti keterbukaan yang rendah , ramah,serta kesadaran dapat memprediksi perilaku agresi .

### **B.Bentuk-Bentuk Perilaku Agresi**

Agresivitas diklasifikasikan dalam 4 aspek (Buss & Brey,1992) . Myers (2012) , menjelaskan bahwa perilaku agresi ini terdiri dari 2 aspek diantaranya aspek fisik dan verbal . Selain itu Nuri & Ariyani (2018) menjelaskan bahwasannya ada 4 jenis perilaku agresivitas yakni : verbal aggression, hostility , dan physical aggression.

Dapat dipahami bahwasannya perilaku agresi ini ada empat aspek yaitu agresi fisik,agresi verbal,kemarahan,dan kebencian . Setiap aktivitas yang ditunjukkan dalam perilaku agresi berbeda . Tindakan ini dapat terimplementasi dalam kehidupan sehari-hari dari individu . Perilaku agresi ini terdapat unsur kesengajaan dari pelaku yang dilakukan pada korbannya dalam wujud kekerasan pada orang lain .

Baron & Byrne (2005) menyatakan bahwa perilaku agresi adalah perilaku salah satu bentuk tindakan kekerasan, perilaku agresif ini membahayakan dan menciderai orang lain . Adapun seperti sekarang ini muncul agresi baru yang berbasis online yaitu online aggression (Law,dkk,2012) . Model agresi yang berbasis online ini ditampilkan oleh remaja dengan mengirimkan pesan ancaman yang merugikan, contohnya dilakukan melalui media sosial . Berikut ini bentuk-bentuk perilaku agresi yaitu :

#### **1. Agresi Verbal**

Agresi verbal ini dilakukan dalam perkataan seseorang . Bentuk agresi verbal ini yaitu dalam bentuk perkataan .Ketika seseorang berniat untuk menyakiti seseorang

2022

maka individu yang akan menyakiti tentunya akan mengganggu serta membahayakan orang lain dalam respon yang berbentuk perkataan dalam bentuk yang verbal . Contohnya seperti : mengejek, berkata ataupun berbahasa kasar , berbicara dengan kebohongan dan berkata kotor pada orang lain seperti menjadi kebiasaan . Bentuk agresi dalam perkataan ini juga menyakiti perasaan orang lain , mengingat seseorang mendapati dirinya mendapat ejekan maupun mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari cara berbicara satu orang pada individu dengan tidak sopan akan merasa tersinggung karena kurang memperhatikan cara berbicara yang baik .

## 2. Agresi fisik

Agresi fisik dapat membuat seseorang membuat seseorang merasa tersakiti dengan segala bentuk tindakan individu pada orang lain atau orang yang berada dihadapannya saat itu . Agresi fisik ini berkaitan dengan agresi yang dilakukan dengan melibatkan anggota tubuh untuk menyakiti korbannya . Tindakan ini salah satu contohnya yaitu memukul seseorang yang membuat pelaku merasa kesal , karena terabaikan dan faktor lain yang dapat membuat pelaku memukul korban .Pelaku digambarkan dengan perilaku yang tidak dapat mengontrol emosinya dengan baik dan bersikap arogan atas dirinya yang merasa berkuasa dan merasa berhak memukul individu lain atau korbannya .

## 3. Marah

Anger atau kemarahan adalah tindakan yang dapat menyakiti seseorang dengan munculnya emosi negative dalam diri seseorang . Timbulnya kemarahan ini disebabkan karena adanya harapan dari individu yang tidak dapat terpenuhi oleh orang lain . Setelah kemarahan muncul ekspresi lainnya turut andil menyertai individu yang merasa marah , kesal dan perasaan akan emosi dalam diri yang tidak dapat terkontrol . Penting untuk mengetahui bahwa kemarahan dalam pengguna zat ketika tidak dapat mengontrol emosinya juga berbahaya karena meluapkan emosi negative secara bebas tanpa batas sangat berbahaya dari keseluruhan tindakan yang dilakukan .

## 4. Kebencian

2022

Hostility atau kebencian adalah tindakan yang menyakiti seseorang dengan berupaya menimbulkan emosi negative pada diri seorang individu pengguna zat. Hostility ini diekspresikan dengan kebencian, kemarahan, dan permusuhan pada orang lain. Hostility serupa dengan pukulan yang termasuk dalam pukulan covert tidak terlihat.

Myers & Smith (2012) menyatakan aspek-aspek dalam perilaku agresi yaitu :

1. Agresi fisik : Melukai dan menyakiti orang lain secara fisik . Dapat dimaknai bersama bahwa perilaku agresi ini dilakukan untuk menyakiti orang lain secara fisik . Contohnya tawuran siswa hingga menyebabkan pelajar mengalami luka-luka yang cukup parah.
  
- 2) Agresi Verbal : Agresi ini dilakukan dengan cara menyakiti orang lain melalui perkataan . Adapun contoh dari agresi verbal ini yaitu : ketika individu menunjukkan ketidaksukaan kepada seseorang maka individu tersebut akan memunculkan tindakan seperti mengejek, berkata kasar, mencaci maki dan melakukan tindakan lain yang memperburuk citra diri seseorang yang tidak disukai.
  
- 3) Rasa Marah : Agresi ini dilakukan dengan memunculkan kesiapan secara psikologis dalam bertindak agresif . Contohnya seperti hilang kesabaran dalam diri karena tidak mampu untuk mengontrol rasa marah .
  
- 4) Sikap Permusuhan : Agresi dalam hal ini dilakukan dengan cara mencurigai orang lain , merasa iri hati dan merasa dendam pada orang lain . Namun pada kenyataannya individu yang menganggap orang lain membenci atau dendam pada dirinya justru hal demikian adalah sebaliknya . Individu lain tidak menaruh dendam atau kebencian pada seorang individu .

Bodenmann berpendapat bahwa stress dan agresi secara verbal dari diri seorang individu serta coping untuk pengentasan masalah stress dari individu ini dapat memunculkan emosi negatif yang cukup kuat . Peran dari strategi coping individu dalam mereduksi perilaku agresi ini memiliki peran penting , karena dapat mengurangi atau

2022

mereduksi perilaku agresi. Ketika seorang individu dapat mengatasi permasalahan dalam dirinya khususnya saat mengalami regulasi emosi atau permasalahan stress yang lainnya , maka akan dapat mencegah terjadinya perilaku anger dan agresi yang secara verbal ini . Individu yang memiliki coping yang baik akan senantiasa mengatur dirinya dalam segi emosionalitas dan sosial dengan baik .Meningat upaya yang dilakukan ini dapat senantiasa memberikan dukungan positif bagi diri individu . Memberikan arahan dan menetapkan pilihan yang dapat dilakukan sebagai bentuk keputusan dalam mengurangi ataupun mencegah terjadinya perilaku agresi dari diri individu tersebut .

### **C. Tipe-Tipe Perilaku Agresi**

Para ahli memaparkan pengertian jenis perilaku agresi. Umumnya perilaku agresif ini dibedakan menjadi 2 jenis perilaku yakni perilaku agresi yang dilakukan secara berkelompok dan agresi yang dilakukan secara individu . Pendapat lain mengemukakan dari Leonard Berkowitz bahwasannya ada 2 jenis agresi diantaranya agresi mekanis dan agresi impulsive . (Koeswara,1998) .

Agresi instrumental merupakan agresi yang dilakukan oleh individu dengan melalui senjata untuk dapat mencapai hal yang diinginkan atau memiliki tujuan khusus tertentu . Sedangkan agresi secara impulsif dilakukan dengan cara mencari jalan keluar dari keinginannya menyakiti orang lain . Berikut ini untuk tipe-tipe perilaku agresi yaitu :

- 1) Agresi predatori adalah agresi yang akan muncul ketika menjumpai mangsanya . Agresi ini ada pada hewan.
- 2) Agresi antar jantan adalah agresi yang dilakukan oleh spesies hewan , contohnya semisalnya jantan
- 3) Agresi ketakutan , agresi ini adalah agresi yang disebabkan karena ketakutan ketika tidak ada peluang ataupun kesempatan untuk menghindari ancaman dalam situasi yang tidak memungkinkan.

2022

- 4) Agresi tersinggung adalah agresi yang muncul ketika seseorang merasakan kemarahan akan sebuah objek, dari objek yang hidup ataupun objek dari benda mati .
- 5) Agresi pertahanan adalah agresi yang dilakukan organisme . Dari agresi pertahanan ini yaitu untuk dapat mempertahankan wilayah kekuasaan yang dimiliki organisme yang menempati wilayah tersebut .
- 6) Agresi maternal adalah agresi ini dilakukan oleh seorang induk dalam melindungi anak-anak dari serangan hewan lain atau ancaman dari hewan lain
- 7) Agresi instrumental merupakan agresi dilakukan dengan tujuan untuk menggapai keinginan yang ingin dicapai .

Sugiarta menyatakan bahwa terdapat bentuk-bentuk perilaku agresi yakni ada 4 bagian :

- 1) Agresi emosional verbal : agresi dalam bentuk kebencian pada orang lain , mengkritik,menghina,memberikan peringatan , menyalahkan ,menertawakan dan melakukan tindakan kritik sosial yang melampaui batas .
- 2) Agresi fisik sosial : dilakukan dengan perkelahian ataupun pembunuhan pada seseorang karena ingin perlindungan untuk seseorang yang dicintai oleh seseorang , ataupun seseorang yang membalaskan dendam atas penghinaan seseorang pada diri individu tersebut.
- 3) Agresi fisik sosial : tindakan penyerangan,melukai , dan juga membunuh orang lain . Hal ini dilakukan dengan melakukan tindakan diluar wewenang yang resmi atau sah . Contohnya seperti tindakan mengkhianati ataupun berusaha melawan negara yang tempati individu .
- 4) Agresi destruktif : agresi ini dilakukan dengan melakukan tindakan penyerangan . Adapun tindakan yang dilakukan yaitu : menghancurkan ,membakar,merusak,melukai ,menyakiti diri sendiri .

2022

#### **D. Faktor Penyebab Perilaku Agresi**

Agresivitas dari remaja zaman sekarang tidak senantiasa ada tanpa penyebab yang pasti . Melainkan ada faktor yang menyebabkan , dan dapat dilakukan analisis dalam kegiatan . Untuk itu sebagai konselor penting untuk memantau siswa dan memberikan edukasi dalam membina,mengarahkan , serta mengedukasi siswanya . Hal ini dilakukan dilaam rangka memberikan bantuan sedari diri untuk pencegahan perilaku agresi . Sebagai seorang guru bimbingan dan konseling , diupayakan untuk selalu belajar memahami kondisi siswanya serta penyebab-penyebab yang menjadikan permasalahan pada siswanya . Permasalahan yang dapat membuat siswanya menjadi terpengaruh hal-hal buruk dan muncul perilaku adaptif atau buruk khususnya bagi remaja . Menurut Myers (2012) faktor yang mempengaruhi perilaku agresi meliputi :

- 1) Frustrasi , frustrasi adalah gangguan atau terhambatnya kegagalan ketika seseorang mencapai tujuan mereka.
- 2) Pembelajaran tentang agresi , hal ini menggunakan reward serta pembelajaran sosial.
- 3) Pengaruh lingkungan , lingkungan menjadi salah satu faktor yang turut andil menjadi faktor penyebab perilaku agresi . Kerumunan,lingkungan yang menyakitkan , suhu udara yang panas dari lingkungan.
- 4) System syaraf otak , mekanisme neutral otak dalam hal ini mendukung untuk proses regulasi diri , untuk meningkatkan control diri mereka . Sehingga upaya ini dapat menjadi salah satu upaya yang dapat mengurangi perilaku agresi
- 5) Faktor genetik atau keturunan
- 6) Faktor kimia dalam darah individu,diantaranya yaitu alcohol dan obat-obatan

Magdalena,dkk (2016) menjelaskan bahwa penyebab agresivitas berasal dari lingkungan ,karena padatnya wilayah yang memunculkan perilaku agresi pada remaja .Dengan sasaran utama penyerangan secara fisik dan kata-kata . Faktor-faktor dari agresivitas ini memiliki 3 jenis faktor diantaranya yaitu : faktor internal ,faktor ini berasal dari diri individu , kemudian faktor lingkungan meliputi ( keluarga,masyarakat,sekolah,dan teman sebaya ) , dan yang terakhir media yang

2022

berperan pada era saat ini atau familiar dengan media zaman now untuk generasi-Z. Akan tetapi hadirnya media sosial tetap menjadi satu hal yang harus diwaspadai mengingat social media berperan menimbulkan agresivitas remaja dengan adanya sinetron / (Fikri, 2016) .

Modul panduan perdamaian ini mengandung nilai-nilai perdamaian sebagai panduan untuk konselor dalam membantu siswa mereduksi perilaku agresi . Berikut ini terdapat 7 nilai perdamaian sebagai kerendahan hati pada idealism , bentuk pengendalian diri dari keunggulan diri yang dimiliki , upaya dalam memberikan toleransi dari setiap perbedaan yang ada , memaafkan kesalahan orang lain , menyadari bahwasannya setiap orang memiliki kelemahan , mengatur emosi , dan perilaku yang ada dalam diri seseorang ( Saputra, Ayriza, Supriyanto & Astuti , 2020) . Produk yang dikemas dalam modul konseling perdamaian untuk meminimalisir agresivitas pada remaja ini terdapat teori perdamaian pendidikan yang mana memiliki upaya untuk senantiasa menciptakan perdamaian yang positif (Cremin & Bevington, 2017) . Adapun 7 nilai-nilai perdamaian sebagai berikut yaitu :

1. Nilai perdamaian tentang kerendahan hati akan idealisme . Sebagai seorang konselor kita menyadari bahwa siswa memiliki keinginan atau kecenderungan dalam menegakkan cita-cita yang mereka inginkan (Griffith III & Wilson , 2001 : Youde, 2008) . Dalam hal ini pentingnya menekan idealisme dalam membantu siswa meminimalisir dampak negatif dan mencegah terjadi perilaku agresi

2. Nilai perdamaian tentang pengendalian diri dari superioritas . Marlangan, dkk. (2020) menjelaskan bahwa siswa yang terlibat dalam kekerasan mempunyai harga diri yang meningkat dan percaya diri cukup tinggi . Mereka dapat melakukan eksploitasi siswa yang lemah dan menjadikannya sebagai objek sasaran dalam melakukan tindak kekerasan

3. Nilai perdamaian berikutnya atau yang ketiga yaitu toleransi untuk setiap perbedaan . Indonesia negara multicultural dengan berbagai macam ras, suku, budaya, agama dan segenap perbedaan lain yang terdapat dalam negeri ini . Setiap suku , ras, budaya, agama

2022

memiliki prinsip dan aturannya masing-masing. Hal ini selaras dengan adanya buku bimbingan kedamaian, buku ini memberikan wawasan yang luas untuk memberikan toleransi yang seimbang untuk setiap perbedaan yang ada dalam kehidupan. Berdasarkan literatur menyatakan bahwa dengan adanya toleransi membuat siswa menekankan keinginan mereka untuk melakukan perilaku agresivitas ( Saputra et al., 2019 dan Wijayanti et al., 2020)

4. Nilai kedamaian berikutnya yaitu memaafkan kesalahan setiap manusia. Jika menyakiti orang lain mampu menimbulkan diterima dari orang lain terhadapnya. Seseorang melakukan hal ini karena mereka tidak dapat memaafkan kesalahan orang lain terhadapnya.

5. Nilai perdamaian yang kelima ini adalah pemilihan kekuatan dari kelemahan. School & Hansen (2018) menyatakan bahwa manusia akan fokus pada baik dan buruk, masuk dalam kategori kepribadian yang bermasalah hal ini dilihat dari aliran konsep konseling postmodern, Sebagai konselor sekolah perlu nuntuk menjadi fasilitator siswa dalam mengarahkan, menunjukkan, membuat siswa menjadi dapat memilih kekuatan sehingga tidak mempermasalahkan adanya kelemahan. Akan tetapi menjadikan kelemahan sebagai dorongan untuk dapat menjadi diri yang lebih baik.

6. Nilai kedamaian yang keenam yaitu mengatur emosi. Ketika seorang siswa gagal dalam melakukan pengaturan emosi dalam dirinya maka hal yang menjadi penyebabnya adalah agresi.

7. Nilai kedamaian yang terakhir yaitu kemampuan mengatur perilaku. Seorang manusia dapat dengan mudah mengatur perilakunya dengan keinginannya yang diatur oleh manusianya sendiri. Nakonenchi & Galan (2017) menyampaikan bahwasannya dari sebuah penelitian yang menunjukkan kemampuan dalam diri seseorang ketika mereka melakukan pengendalian perilaku atas diri mereka, mereka memiliki kontribusi untuk menekan tingkat agresivitas.

2022

### **E. Simpulan**

Dari hasil penelitian studi literature pada penelitian ini untuk buku panduan konseling kedamaian dikembangkan untuk mengembangkan perdamaian positif pada siswa agar mereka dapat mereduksi agresivitas. Penelitian dengan menggunakan studi literature dari modul konseling kedamaian untuk mereduksi perilaku agresi siswa seyogyanya dapat dipakai dengan sebaik-baiknya . Harapannya untuk dimasa yang akan datang modul konseling kedamaian dapat digunakan sebagai pedoman dalam layanan konseling kedamaian untuk mengurangi agresivitas siswa. Modul konseling kedamaian dapat dijadikan alternatif intervensi bagi penanggulangan agresivitas siswa remaja .

### **DAFTAR PUSTAKA**

Amaliasari, R. D., & Zulfiana, U. (2019). Hubungan antara Self-Management dengan

Perilaku Agresi pada Siswa SMA. *Cognicia*, 7(3), 308–320.

Nadhirah, Y. F. (2017). PERILAKU AGRESI PADA ANAK USIA DINI. As-Sibyan:

2022

*Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(02), 141–154.

Alhadi, S., Purwadi, P., Muyana, S., Saputra, W. N. E., & Supriyanto, A. (2019).

Agresivitas siswa SMP di Yogyakarta. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 93–99.

Nismayanti, N., Tahiruddin, T., & Rasmiati, K. (2018). Hubungan Perilaku Merokok

Dengan Perilaku Agresif Narapidana Di Kota Kendari. *Jurnal Keperawatan*,

2(02), 01–07.

Teguh, M., Maria, A., Gulo, W., & Hartini, S. (2020). Perilaku Agresi Ditinjau Dari Stres

Kerja Pada Karyawan. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(2), 127–133.

Rao, K. N., & Sudarshan, C. (2015). Suicide due to sulfuric acid ingestion in a case of

major depressive disorder. *Indian journal of psychiatry*, 57(2), 203.

Nisfiannoor, M., & Yulianti, E. (2005). Perbandingan Perilaku Agresif antara Remaja yang Berasal dari Keluarga Bercerai Dengan Keluarga Utuh. *Jurnal Psikologi*, 3(1), 1-18.

Saputra, W. E. S., & Handaka, I. B. (2017). *Konseling Kedamaian: Strategi Konselor untuk Mereduksi Perilaku Agresi Remaja*. Makalah dipresentasikan pada Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan III 2017.

Saputra, W. N. E., Widiyanti, S., & Dina, D. A. M. (2016). *Peace Education: Islamic Perspective*. Makalah dipresentasikan pada Proceeding 1st International Conference on Islamic Education.

Galtung, J. (1967). Theories of peace: A synthetic approach to peace thinking. *Oslo: International Peace Research Institute, 2005*, 238.

Cremin, H., & Bevington, T. (2017). *Positive peace in schools: Tackling conflict and creating a culture of peace in the classroom*. Routledge.

2022

R.Adelina.,& A.Setia.(2017).FENOMENA PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA DAN PENANGANAN SECARA PSIKOLOGIS . *Prosiding SEMNAS Penguatan Individu di Era Revolusi Informasi: 1-10* . Surakarta , 2017 : Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Marlangan, F., Suryanti, N. M. N., & Syafruddin, S. (2020). Kekerasan di sekolah studi pada siswa SMA/SMK di Kota Mataram. *Jurnal Pendidikan Sosial Keberagaman*, 7(1).<https://doi.org/10.29303/juridiksiam.v7i1.113.g57>

Wijayanti, R. N., Saputra, W. N. E., Hartanto, D., & Nugraha, A. (2020). Modul berpikir damai (media konselor mereduksi perilaku agresif siswa pada masa pandemi COVID-19). (*Webinar*) *Seminar Nasional Pendidikan 2020*, 1(1), 121–127.

Law, D. M., Shapka, J. D., Domene, J. F., & Gagné, M. H. (2012). Are cyberbullies really bullies? An investigation of reactive and proactive online aggression. *Computers in Human Behavior*, 28(2), 664–672. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.11.013>

Murray-Close, D., Ostrov, J. M., Nelson, D. A., Crick, N. R., & Coccaro, E. F. (2010). Proactive, reactive, and romantic relational aggression in adulthood: Measurement, predictive validity, gender differences, and association with intermittent explosive disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 44(6), 393–404. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2009.09.005>