

ANALISIS KONSEPTUAL : LAYANAN KONSELING KEDAMAIAAN STRATEGI MENGATASI AGRESI PADA PENGGUNA ZAT

Dinda Okta Resa¹⁾, Agus Supriyanto^{2)*}, Nurlita Hendiani³⁾
Universitas Ahmad Dahlan

^cBadan Narkotika Nasional Provinsi, Badan Narkotika Nasional, Yogyakarta, Indonesia
agus.supriyanto@bk.uad.ac.id*

Abstrak

Perilaku agresi merupakan perilaku menyimpang yang dilakukan secara sengaja dengan bertujuan untuk menyakiti diri sendiri dan orang lain. Munculnya perilaku agresi ini disebabkan oleh adanya faktor lingkungan teman sebaya, keinginan untuk mencapai tujuan seperti meminum narkoba kembali, dan mencari kesenangan. Dua bentuk perilaku agresi yaitu fisik dan verbal. Agresi secara fisik dapat menyebabkan korban mengalami luka fisik hingga kematian. Agresi verbal berupa perkataan yang tidak pantas. Konseling kedamaian sebagai intervensi untuk mengatasi perilaku agresi. Tujuan penelitian ini membangun konsep konseling kedamaian untuk mereduksi agresi pengguna zat. Peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus dan studi literatur. Alat instrument pendukung melalui dokumentasi jurnal, artikel, buku referensi, penelitian sebelumnya yang relevan. Analisis data secara mendalam dan komprehensif melalui pengumpulan data, reduksi data, dan penyajian data. Hasil penelitian menemukan bahwa layanan konseling kedamaian sebagai strategi untuk mengatasi perilaku agresi pada pengguna zat. Perilaku agresi pada pengguna zat muncul karena tidak ada kedamaian dari dalam dirinya ketika ketidakpemilikan narkoba. Layanan konseling kedamaian dengan tahapan konseling perdamaian rasional, menggali akar permasalahan kekerasan, refleksi dari fenomena kekerasan, mengajar mencari alternatif untuk perilaku kekerasan, mencari berbagai bentuk kekerasan, serta evaluasi dan tindak lanjut. Konselor adiksi mampu menggunakan konseling kedamaian untuk mereduksi agresi pengguna zat.

Kata kunci: Perilaku Agresi, Konseling Kedamaian, Pengguna Zat

1. Pendahuluan

Pengguna zat atau pengguna narkoba merupakan suatu permasalahan kronis yang harus segera diatasi. Pengguna zat dalam permasalahan narkoba masih bersifat urgen dan kompleks, walaupun sebagai kelompok minoritas. Individu dapat terjerumus pada penyalahgunaan narkoba mengalami masalah psikologis, termasuk harga diri yang

rendah (Maryatun dkk., 2014). Problematika narkoba berpengaruh terhadap kehidupan bangsa dan negara pada masa yang akan mendatang (Amanda dkk., 2017). Penggunaan narkoba tersebut juga banyak disebabkan karena kurangnya ilmu pengetahuan serta informasi terkait narkoba, dan juga kepedulian dari warga masyarakat terhadap hukum yang belum mengikat secara maksimal. Individu pengguna zat adalah individu yang cenderung berkeinginan untuk mencobanya.

Pengguna zat adalah orang yang menggunakan atau menyalahgunakan narkotika, psikotropika, atau bahan zat adiktif lainnya yang menimbulkan ketergantungan fisik maupun psikis. Munculnya pengguna zat karena keinginan untuk mencari kesenangan (*fun seeking*) dan untuk pereda *stress* yang berkepanjangan (Rahmawati, 2018). Faktor Individu yang memiliki perbedaan tingkat resiko untuk menyalahgunakan narkoba. Faktor yang mempengaruhi individu ini terdiri dari faktor kepribadian dan faktor konstitusi. Faktor lainnya yang memunculkan pengguna zat yaitu adanya faktor lingkungan yang meliputi lingkungan keluarga hubungan ayah dan ibu yang retak, komunikasi yang kurang efektif antara orang tua dan anak, serta kurangnya rasa hormat antar anggota keluarga merupakan faktor yang ikut mendorong individu pada gangguan penggunaan zat (Karo-Karo & Wibowo, 2018).

Ketergantungan narkoba pada pengguna zat ini dapat menyebabkan rentan terkena gangguan masalah gizi yang disebabkan oleh efek samping obat-obatan sehingga mengakibatkan penurunan nafsu makan, menurunnya tingkat ekonomi, terganggunya kesehatan fisik maupun psikis. Dampak sosial yang ditimbulkan dari penyalahgunaan narkoba seperti berubahnya perilaku pada individu yang cenderung ke negatif, individu cenderung menutup diri, dan merasa curiga dengan orang lain (Sitorus, 2016); (Siahaan dkk., 2018). Selain itu penyalahgunaan narkoba juga dapat mempengaruhi kestabilan tubuh dan mental emosional pengguna yang hal ini dapat menghambat perkembangan kepribadiannya (Nebi, 2019). Kasus-kasus penyalahgunaan narkoba dikhawatirkan akan terjadi *lost generation* (hilangnya satu generasi) di masa yang akan datang. Hal ini berdasarkan asumsi bahwa sebagian besar penyalahgunaan narkoba adalah kelompok pada usia muda.

Ketidakpemilikan narkoba pada pengguna zat menimbulkan gangguan perilaku yang dimana pengguna zat sukar untuk mengendalikan emosinya seperti perilaku agresif

yang cenderung untuk menyakiti dirinya sendiri. Perilaku agresi sebagai perilaku negatif atau menyimpang yang diarahkan secara niat dan sengaja dari berbagai bentuk kekerasan fisik atau ucapan yang bertujuan untuk membuat orang lain maupun diri sendiri terluka (Amaliasari & Zulfiana, 2019). Munculnya perilaku agresi ini dikarenakan adanya pengaruh dari lingkungan teman sebaya, adanya niat sengaja untuk mencapai tujuan seperti ingin meminum narkoba kembali, ingin terlihat mencolok dan memiliki kuasa, serta mencari kesenangan (Febriana & Situmorang, 2019).

Karakteristik perilaku agresi seperti kemarahan yang dimana individu menunjukkan tanggapan yang emosi seperti marah, kecewa, frustrasi, dan putus asa. Karakteristik permusuhan yaitu perilaku yang diungkapkan berdasarkan verbal berupa perasaan curiga terhadap orang lain (Gallagher & Ashford, 2016). Perilaku agresi ini tidak dipungkiri bahwa perilaku tersebut suatu tanggapan atau respon terhadap marah, kekecewaan, sakit fisik, penghinaan atau ancaman yang cenderung memancing amarah (Nadhirah, 2017). Hinaan dan ancaman juga merupakan pancingan yang jitu terhadap amarah yang akan mengarah pada agresi.

Kasus-kasus perilaku agresi yang berakibat pada pengguna zat yang semakin marak membuktikan bahwa kedamaian perlu diciptakan melalui konseling kedamaian. Konseling kedamaian sama halnya dengan pengguna zat yang memerlukan menciptakan perdamaian diri (Nurcholish, 2018). Kedamaian menjadi solusi dari kekerasan diri yang terjadi pada pengguna zat. Perdamaian bertujuan untuk mengembangkan pola pikir yang damai di dalam diri pengguna zat yang hal tersebut diharapkan mampu meminimalisir perilaku agresinya (Anand, 2014). Konseling kedamaian juga dapat menyelesaikan konflik-konflik yang telah terjadi, dan membangun suasana ketenangan dari dalam hati individu baik yang bersifat intrapersonal dan interpersonal (Saputra dkk., 2020). Enam tahapan konseling kedamaian meliputi model konseling perdamaian rasional, menggali akar permasalahan kekerasan, refleksi dari fenomena kekerasan, mengajar mencari alternatif untuk perilaku kekerasan, mencari berbagai bentuk kekerasan, evaluasi dan tindak lanjut (Saputra dkk., 2019). Tujuan penelitian ini menemukan konsep dasar dari konseling kedamaian untuk mereduksi agresi pada pengguna zat yang sedang di rehabilitasi.

2. Metode Penelitian

Peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan metode penelitian studi literatur dengan instrument dokumentasi (Norharyani & Iryanti, 2018). Penelitian kualitatif ini mengkaji strategi yang bersifat interaktif dan fleksibel untuk agresivitas pengguna zat. Penelitian kualitatif secara khusus bertujuan untuk mendeskripsikan, menguraikan, mempertahankan, dan mengembangkan ide, konsepsi, dan teori konseling kedamaian dalam mereduksi agresivitas pengguna zat (Habsy, 2017). Peneliti menggunakan teknik pengumpulan informasi dan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengolah bahan penelitian dengan kontribusi bermacam-macam alat penunjang yang terdapat di perpustakaan seperti buku referensi, hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan relevan dengan penelitian ini, artikel, dokumen-dokumen, catatan, dan jurnal yang bersangkutan dengan permasalahan agresivitas (Melinda & Zainil, 2020). Peneliti menggunakan dengan berbagai sumber tertulis yang telah disebutkan seperti artikel, jurnal, buku referensi, dan dokumen-dokumen yang relevan dengan kajian mendalam (Surani, 2019). Teori konseling kedamaian sebagai dasar mereduksi agresivitas pengguna zat.

3. Hasil dan Pembahasan Penelitian

a. Perilaku Agresi Pengguna Zat

Perilaku agresi sebagai perilaku yang berasal dari dorongan dalam diri individu untuk menyerang secara fisik maupun verbal. Secara fisik individu cenderung menyakiti, merusak, melukai, dan memperkosa maupun tindakan sadis lainnya, sedangkan secara verbal berupa mencemooh dan memberikan hukuman yang berat (Chaplin & Kartono, 2019; Zebua dkk., 2014). Perilaku agresi merupakan suatu perilaku dalam bentuk negatif yang disadari atau disengaja oleh individu karena adanya rangsangan dari lingkungan yang dilakukan dalam bentuk verbal maupun fisik serta bertujuan untuk menyakiti atau merugikan orang lain sehingga mengakibatkan dampak yang lebih besar seperti menyebabkan rasa sakit dan trauma baik secara fisik maupun psikis (Ishar, 2021; Ritung & Soetikno, 2017)

Perilaku agresi yang ditunjukkan pada pengguna zat di rehabilitasi berupa fisik diantaranya adalah sering menyakiti atau merusak diri sendiri maupun orang lain, sering

mendorong, memukul, berkelahi, menyerang dengan menggunakan kaki, tangan, dan tubuhnya untuk mengganggu permainan yang dilakukan temannya, menendang temannya atau inventaris seperti meja, kursi dan pintu karena masalah ketidakpemilikan narkoba. Agresi secara verbal pada pengguna zat seperti sukar mengendalikan emosi, mencaci, mengejek, mengolok-olok, dan berbicara kotor dengan individu lain. Munculnya perilaku agresi pada pengguna zat karena individu ingin menunjukkan kekuatan kelompok dan biasanya melanggar aturan atau norma sosial yang berlaku (Nadhirah, 2017).

Perilaku agresi pada pengguna zat sangatlah memperhatikan dan dapat membahayakan dirinya sendiri seperti perilaku agresi secara fisik yang menyakiti ataupun melukai anggota tubuhnya, sehingga dapat menimbulkan kematian. Perilaku agresi secara verbal juga mampu mengubah konsep diri individu menjadi negatif yang sehingga menyebabkan depresi akut dan membuat korban agresi verbal melakukan tindakan bunuh diri (Rao & Sudarshan, 2015). Perilaku agresif pengguna dipengaruhi kontrol diri (Nismayanti dkk., 2018). Perilaku agresi dipicu oleh sulitnya beradaptasi pada lingkungan baru yang sebelumnya individu tidak pernah alami. Klien memiliki tekanan psikologis pada pengguna zat yang berkepanjangan dan sulit untuk terkontrol. Perilaku agresi merugikan diri sendiri maupun orang lain (Alhadi dkk., 2018; Teguh dkk., 2020).

Perilaku agresi tersebut, dapat terjadi karena disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor internal dan eksternal. Pada faktor internal signifikan disebabkan dari gen, hormon, kimia darah, instink, stres, kesepian, emosi, frustrasi, dan konsep diri, sedangkan faktor eksternal bisa terjadi karena adanya rekan sebaya, tetangga, lingkungan sekolah, dan kondisi keluarga yang tidak baik dan tidak harmonis (López dkk., 2018; Potirniche & Enache, 2014; Susantyo, 2011). Hasil penelitian Muiz dkk (2018) mengungkapkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif itu sendiri yakni seperti kurangnya perhatian baik dari orang tua maupun lingkungan sekolah, tertekan, pergaulan buruk, dan efek dari tayangan di media sosial. Perilaku agresi merugikan orang lain atau diri sendiri karena penyaluran ini bersifat mengganggu dan merusak. Perlunya upaya untuk mereduksi dan mengatasi perilaku agresi pengguna zat. Konseling kedamaian sebagai salah satu strategi intervensi pengguna zat yang berperilaku agresi.

b. Konseling Kedamaian Strategi Mengatasi Agresi Pengguna Zat

Layanan konseling kedamaian berakar dari filosofis konsep pendidikan kedamaian. Konseling kedamaian adalah suatu proses yang dimana individu dapat mengubah sikap atau perilaku dan mampu mengikis konflik-konflik tentang kekerasan, sehingga individu dapat memperoleh nilai-nilai pengetahuan, mengembangkan keterampilan dalam menciptakan perdamaian, mampu untuk hidup dalam harmoni dengan orang lain, dan mampu menimbulkan suatu ketenangan hati baik yang bersifat intrapersonal maupun interpersonal (Adeyemi & Salawudeen, 2014; Anand, 2014; Saputra dkk., 2020). Tujuan dari kedamaian yaitu untuk menciptakan dunia yang penuh dengan keadilan dan tanpa konflik, mencegah adanya perilaku kekerasan ataupun perkataan kasar, menjunjung hak asasi manusia, membantu dalam mengembangkan pola pikir dan kehidupan yang penuh damai pada diri individu, maka klien terhindar dari perilaku agresi yang muncul dalam diri mereka (Anand, 2014; Navarro-Castro & Nario-Galace, 2010; Wulandari, 2010).

Layanan konseling kedamaian mengatasi perilaku agresi pada pengguna zat dapat mengekspos individu atau pengguna zat dengan cara-cara non kekerasan dalam menangani konflik ketika ketidakpemilikan narkoba (Biswas, 2015). Konseling kedamaian sebagai media untuk mengatasi perilaku agresi dengan tahapan model konseling kedamaian dan juga memberikan *treatment* terhadap pengguna zat yang memiliki perilaku agresi. Konseling kedamaian yang digunakan untuk mengatasi perilaku agresi pada pengguna zat. Tahap pertama adalah rasional menjelaskan mengapa perilaku agresi perlu dikurangi. Tahap kedua yaitu menggali akar permasalahan kekerasan yang dimana pada tahap ini menggali lokasi dan akar masalah perilaku agresi yang dilakukan pengguna zat. Tahap ketiga yaitu refleksi dari fenomena kekerasan yang pada tahap ini dengan mendalami bentuk-bentuk perilaku agresi dari sudut pandang pengguna zat. Tahap keempat yaitu mengajar mencari alternatif untuk perilaku kekerasan yang pada tahap ini dengan cara mendidik dan memberikan contoh pengguna zat untuk mencari alternatif dari perilaku agresi. Tahap kelima yaitu mencari berbagai bentuk kekerasan yang pada tahap ini dengan memfasilitasi pengguna zat untuk menemukan bentuk perilaku yang berbeda dengan yang biasa dilakukan. Tahap keenam yaitu evaluasi serta

tindak lanjut dengan mengidentifikasi nilai-nilai yang diinternalisasikan dalam diri pengguna zat dan merencanakan pertemuan selanjutnya (Saputra dkk., 2019).

4. Kesimpulan

Perilaku agresi sebagai perilaku yang berasal dari dorongan dalam diri individu yang bertujuan untuk menyakiti diri sendiri dan orang lain dengan sengaja. Pengguna zat memiliki agresi untuk menyakiti diri sendiri maupun orang lain. Layanan konseling kedamaian sebagai intervensi dalam rehabilitasi sosial untuk mengatasi atau mereduksi perilaku agresi pada pengguna zat. Konseling kedamaian yang berakar dari konsep pendidikan kedamaian bertujuan untuk mengubah perilaku agresi pada pengguna zat menjadi lebih damai, mampu menyelesaikan konflik diri dan orang tanpa adanya kekerasan, dan membangun pola pikir damai, sehingga hal ini dapat menciptakan kehidupan dan ketenangan hati di dalam diri pengguna zat. Konseling kedamaian secara individual maupun kelompok dari tahapan rasional, menggali akar masalah kekerasan, refleksi fenomena kekerasan dari berbagai perspektif, mengajar menemukan alternatif perilaku kekerasan, mencari berbagai bentuk kekerasan dan menghapusnya, serta melakukan evaluasi dan tindak lanjut. Konseling kedamaian sebagai strategi intervensi untuk mampu membantu pengguna zat mereduksi perilaku agresi oleh konselor adiksi.

Daftar Referensi

- Adeyemi, B. A., & Salawudeen, M. O. (2014). The place of Indigenous proverbs in peace education in Nigeria: Implications for social studies curriculum. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4(2), 186–192.
- Alhadi, S., Purwadi, P., Mulyana, S., Saputra, W. N. E., & Supriyanto, A. (2018). Agresivitas siswa SMP di Yogyakarta. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 93–99.
- Amaliasari, R. D., & Zulfiana, U. (2019). Hubungan antara Self-Management dengan Perilaku Agresi pada Siswa SMA. *Cognicia*, 7(3), 308–320.
- Amanda, M. P., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja (Adolescent Substance Abuse). *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2).
- Anand, S. (2014). The contemporary issues and significance of peace education in India. *International Journal of Research in Humanities, Arts and Literature*, 2(10), 47–54.

- Biswas, P. (2015). Mahatma Gandhi's views on peace education. *Education Journal*, 4(1), 10–12.
- Chaplin, J. P., & Kartono, K. (2019). *Kamus lengkap psikologi*.
- Febriana, P., & Situmorang, N. Z. (2019). Mengapa remaja agresi. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 1(1), 16–21.
- Gallagher, J. M., & Ashford, J. B. (2016). Buss–Perry aggression questionnaire: Testing alternative measurement models with assaultive misdemeanor offenders. *Criminal Justice and Behavior*, 43(11), 1639–1652.
- Gumilang, G. S. (2016). Metode penelitian kualitatif dalam bidang bimbingan dan konseling. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(2).
- Habsy, B. A. (2017). Seni memahami penelitian kuliitatif dalam bimbingan dan konseling: Studi literatur. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 90–100.
- Ishar, M. (2021). Pengaruh Anger Management Training terhadap Penurunan Perilaku Agresi pada Siswa Bermasalah di SMP X Bandung. *Jurnal Psychomutiara*, 4(1), 1–10.
- Karo-Karo, A. A. P., & Wibowo, R. (2018). *Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani*.
- Maryatun, S., Hamid, A. Y. S., & Mustikasari, M. (2014). Logoterapi meningkatkan harga diri narapidana perempuan pengguna narkoba. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(2), 48–56.
- Melinda, V., & Zainil, M. (2020). Penerapan model project based learning untuk meningkatkan kemampuan komunikasi matematis siswa sekolah dasar (studi literatur). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(2), 1526–1539.
- Muiz, G. A., Milatillah, H., & Irmayanti, R. (2018). PERAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 1(5), 174–182.
- Nadhirah, Y. F. (2017). PERILAKU AGRESI PADA ANAK USIA DINI. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(02), 141–154.
- Navarro-Castro, L., & Nario-Galace, J. (2010). *Peace education: A pathway to the culture of peace*. Center for Peace Education, Miriam College.
- Nebi, O. (2019). Faktor Penyebab Pengguna Narkotika di Kalangan Masyarakat. *Wajah Hukum*, 3(1), 81–88.

- Nismayanti, N., Tahiruddin, T., & Rasmiati, K. (2018). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Perilaku Agresif Narapidana Di Kota Kendari. *Jurnal Keperawatan*, 2(02), 01–07.
- Norharyani, N. E., & Iryanti, V. E. (2018). Bentuk dan Fungsi Tari Jenang Desa Kaliputu Kabupaten Kudus. *Jurnal Seni Tari*, 7(1), 49–57.
- Nurcholish, A. (2018). Islam Dan Pendidikan Perdamaian. *Al-Ibrah*, 3(2), 115–144.
- Rahmawati, A. I. N. (2018). Internet Addiction pada Remaja Pelaku Substance Abuse: Penyebab atau Akibat? *Buletin Psikologi*, 26(1), 64–70.
- 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.
- Ritung, O. P., & Soetikno, N. (2017). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Perilaku Agresi Pada Remaja Di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 24–31.
- Saputra, W. N. E., Ayriza, Y., Handaka, I. B., & Ediyanto, E. (2019). The Development of Peace Counseling Model (PCM): Strategy of School Counselor to Reduce Students' Aggressive Behavior. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 4(4), 134–142.
- Saputra, W. N. E., Supriyanto, A., Astuti, B., & Ayriza, Y. (2020). *KONSELING KEDAMAIAN BERBASIS KEARIFAN LOKAL STRATEGI KONSELOR MEREDUKSI PERILAKU AGRESI*.
- Siahaan, G., Siallagan, R. F., Purba, R., & Oppusunggu, R. (2018). *Mikronutrien penyebab anemia pada pengguna narkoba di Medan Tembung*.
- Sitorus, R. J. (2016). Penggunaan Narkotika Mendukung Perilaku-Perilaku Berisiko. *Jurnal ilmu kesehatan masyarakat*, 7(1).
- Surani, D. (2019). *Studi literatur: Peran teknolog pendidikan dalam pendidikan 4.0*. 2(1), 456–469.
- Teguh, M., Maria, A., Gulo, W., & Hartini, S. (2020). Perilaku Agresi Ditinjau Dari Stres Kerja Pada Karyawan. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(2), 127–133.
- Wulandari, T. (2010). Menciptakan perdamaian melalui pendidikan perdamaian di sekolah. *Mozaik*, 5(1), 68–83.
- Zebua, S. P. I., Suprpto, M. H., & Elisabeth, M. P. (2014). *Menelaah Fenomena Suporter Persebaya: Hubungan Harga Diri dan Kolektivitas, dengan Tindakan Agresi*.