

Efektivitas psikodrama nilai karakter cinta damai untuk mengurangi kecenderungan agresi siswa SMP Muhammadiyah “X” Yogyakarta

Tita Maya Sari

Magister Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Ahmad Dahlan
titamaysaa@gmail.com

Purwadi

Magister Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Ahmad Dahlan
purwadi@psy.uad.ac.id

Mujidin

Magister Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Ahmad Dahlan
mujidin_zia@yahoo.com

ABSTRAK

Agresi siswa SMP di Kota Yogyakarta menjadi perhatian khusus bagi Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta, sehingga pihak dinas membuat sebuah pelatihan bernama jembatan persahabatan. Pelatihan diikuti oleh 170 siswa dari 43 SMP swasta dan negeri di Kota Yogyakarta. Tujuan pelatihan tersebut adalah membangun hubungan baik antar siswa SMP di Kota Yogyakarta, namun pelatihan tersebut tidak efektif. Selain pelatihan tersebut, diketahui upaya penanganan kecenderungan agresi seperti konseling individu maupun kelompok, *home visit*, dan kelas *parenting* khusus orangtua/ wali murid dinilai kurang efektif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas psikodrama nilai karakter cinta damai untuk mengurangi kecenderungan agresi siswa SMP Muhammadiyah X Yogyakarta. Metode penelitian ini adalah eksperimen dengan *one group pretest posttest design*. Hasil analisis data melalui *paired sample t test* menunjukkan bahwa $p = 0.029 < 0.05$ sehingga bermakna psikodrama nilai karakter cinta damai secara signifikan efektif mengurangi kecenderungan agresi siswa SMP Muhammadiyah X Yogyakarta.

Kata Kunci: Kecenderungan Agresi, Psikodrama Nilai Karakter Cinta Damai, Siswa SMP

ABSTRACT

The department of education in Yogyakarta give a particular concern to junior high school students's aggression in Yogyakarta city. Therefore, the department has created a training called the bridge of friendship. The training was attended by 170 students from 43 private and public junior high schools in the city of Yogyakarta. The purpose of the training is to build good relations between junior high school students in the city of Yogyakarta, but the training is not effective. In addition to the training, it is known that techniques to reduce the intention of aggression such as individual or group counseling, home visits, and parenting classes specifically for parents/guardians of students are considered less effective. The purpose of this study was to determine the effectiveness of psychodrama peace character values to reduce the tendency of aggression of students in SMP Muhammadiyah X Yogyakarta. This research method is an experiment with one group pretest posttest design. The results of data analysis through paired sample t test show that $p = 0.029 < 0.05$ so that the psychodrama peace and loving character is significantly effective to reducu the intention of aggression in SMP Muhammadiyah X Yogyakarta's students.

Keywords: Junior High School Students, Psychodrama Peace And Love Character, The Intention Of Aggression

PENDAHULUAN

Angka kekerasan dalam dunia pendidikan di Indonesia pada tahun 2018 diketahui meningkat dibandingkan tahun 2017. Terjadi 228 kasus kekerasan fisik dan seksual yang dilakukan oleh kepala sekolah, guru, dan peserta didik, serta terjadi 144 kasus tawuran pelajar (KPAI, 2019). Kasus kekerasan fisik berupa pembacokan di bagian kepala oleh seorang siswa SMA berusia 17 tahun kepada seorang siswa SMP berusia 15 tahun, terjadi di Jalan Bausasran, Danurejan, Kota Yogyakarta pada tanggal 22 Juni 2018 sekitar pukul 01.00 dini hari. Pembacokan terjadi karena pelaku tidak dapat menerima kenyataan bahwa kekasihnya direbut oleh korban. Akibat pembacokan tersebut, kondisi korban kritis dan dilarikan ke rumah sakit Bethesda (Ariefana, 2018).

Fenomena selanjutnya dipaparkan ketika wawancara dengan Kepala Bagian Pembinaan Sekolah Menengah Pertama/SMP Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta pada tanggal 6 Desember 2018, bahwa terdapat 170 siswa dari 43 sekolah negeri maupun swasta di Kota Yogyakarta yang diketahui memiliki kelebihan energi. Pihak Dinas memberikan perhatian lebih pada kasus kelebihan energi tersebut. Kelebihan energi adalah istilah untuk siswa yang agresif dan memiliki kecenderungan kepada agresi. Wujud nyata dari perhatian tersebut adalah diadakannya pelatihan bernama Jembatan Persahabatan. Pelatihan ini bertujuan untuk membangun hubungan baik siswa antar SMP negeri maupun swasta di Yogyakarta.

Pelatihan jembatan persahabatan diadakan selama 3 hari pada tanggal 24-26 Oktober 2018 di Hotel Kana Jalan Girikondang Selatan Lapangan Tennis Kaliurang, Sleman, D.I. Yogyakarta. Metode dalam kegiatan tersebut beragam, mulai dari diskusi dalam kelompok kecil, ceramah, hingga outbond. *Search and Rescue* Daerah DIY (SARDA DIY), Polresta (Polisi Resort Kota), Komandan distrik militer (Dandim), Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP), dan salah satu psikolog dari universitas negeri ternama di Provinsi D.I Yogyakarta berkesempatan mengisi kegiatan tersebut. Peristiwa mengejutkan terjadi di hari kedua. Beberapa siswa dari dua sekolah swasta yang berbeda terlibat perkelahian sehingga panitia penyelenggara mengembalikan mereka ke pihak sekolah masing-masing.

Salah satu SMP swasta yang siswanya terlibat perkelahian dalam pelatihan jembatan persahabatan adalah SMP Muhammadiyah X Yogyakarta. Guru BK di SMP tersebut mengatakan bahwa pelatihan jembatan persahabatan dinilai kurang efektif. Kesimpulan tersebut dibuktikan dengan dikembalikannya siswa kepada pihak sekolah di hari kedua pelaksanaan kegiatan, perilaku siswa masih terlihat seperti sebelumnya, yaitu: mudah merespon suatu hal dengan nada tinggi, mudah tersinggung, dan sering merencanakan suatu hal dengan tujuan menyakiti fisik maupun psikis orang lain. Guru BK telah berupaya mengatasi perilaku-perilaku siswa menggunakan teknik

konseling individu, konseling kelompok, home visit, dan mengadakan kelas parenting rutin bersama wali murid. Namun, upaya-upaya tersebut juga dinilai kurang efektif.

Perilaku-perilaku seperti diungkapkan dalam wawancara di atas termasuk dalam kecenderungan agresi. Safitri dan Andrianto (2015) mengatakan bahwa intensi merupakan niat/keinginan seseorang untuk mencapai tujuan tertentu. Selanjutnya Ajzen (1991) menambahkan bahwa intensi merupakan faktor pendorong yang dapat memunculkan niat seseorang untuk melakukan suatu tindakan. Berdasarkan pendapat tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa intensi atau kecenderungan adalah niat seseorang untuk melakukan suatu hal.

Baumister dan Bushman (2013) mendefinisikan agresi sebagai semua perilaku dengan tujuan menyakiti orang lain yang tidak ingin mendapatkan perlakuan tersebut. Baron dan Byrne (2005) sependapat dalam mendefinisikan agresi, yaitu tingkah laku untuk menyakiti makhluk hidup lain yang tidak menginginkan perlakuan tersebut. Agresi dibedakan menjadi empat bentuk, yaitu agresi fisik langsung, agresi fisik tidak langsung, agresi verbal langsung, dan agresi verbal tidak langsung. Agresi dapat dikatakan berbentuk langsung apabila korban secara fisik berada di tempat kejadian ketika agresi berlangsung. Begitupun sebaliknya, agresi dikatakan berbentuk tidak langsung apabila korban tidak berada di lokasi kejadian ketika agresi berlangsung. Kedua pendapat tersebut disimpulkan bahwa agresi merupakan semua tingkah laku dalam bentuk fisik langsung maupun tak langsung dan verbal langsung maupun tak langsung untuk menyakiti orang lain yang tidak menginginkan perlakuan tersebut.

Uraian mengenai intensi dan agresi di atas dapat disimpulkan bahwa intensi agresi merupakan suatu niat seseorang untuk berperilaku fisik langsung maupun tak langsung dan verbal langsung maupun tak langsung untuk menyakiti orang lain yang tidak menginginkan perlakuan tersebut. Intensi agresi apabila tidak segera ditangani akan berubah menjadi agresi. Kopecký dan Szotkowski (2016) menyebutkan bahwa agresi akan berdampak tidak hanya pada korban namun juga pada pelaku. Dampak yang dialami korban adalah: depresi, kecemasan sosial, isolasi sosial, dan kehilangan makna hidup. Dampak yang terjadi pada pelaku antara lain: cenderung mengalami penolakan dari teman sebaya, ketidakstabilan emosi, mengalami kepuasan hidup yang cenderung rendah, dan kualitas hubungan yang cenderung negatif. Secara emosional dampak agresi adalah: marah, sedih, cemas, malu, takut, menyalahkan diri sendiri, enggan berangkat kerja, tidak percaya kepada orang lain, merasa kesepian, dan frustrasi. Selain dampak emosional, juga terdapat dampak psychological and behavioural area, seperti: ketegangan otot, menurunnya daya tahan tubuh, sakit kepala, sakit perut, gangguan tidur, menurunnya konsentrasi, menangis, konflik dengan keluarga dan lingkungan kerja, menyakiti diri sendiri, dan bunuh diri.

Uraian di atas mendesak peneliti untuk menerapkan metode baru yang dapat mengurangi kecenderungan agresi. Metode tersebut adalah psikodrama, yaitu *action method* yang dimainkan dalam kelompok untuk mengeksplorasi masalah klien melalui permainan peran dengan memanfaatkan berbagai perangkat dramatis sehingga klien mendapatkan wawasan baru terkait masalah yang dialami, dan mengembangkan keterampilan perilaku yang lebih positif (Moreno, 1987). Sari (2017) menambahkan bahwa psikodrama dapat membantu individu untuk lebih memahami dirinya sendiri, mampu mengungkapkan kebutuhannya, dan berani menyatakan reaksi atas hal-hal yang terjadi pada dirinya. Diperlukan sebuah tema untuk memainkan psikodrama, sehingga peneliti memilih tema nilai karakter cinta damai.

Nilai karakter cinta damai adalah sikap, perkataan, dan perbuatan individu yang menjadikan orang lain merasa senang dan aman karena keberadaannya (Kementerian Pendidikan Nasional, 2010). Individu maupun kelompok yang cinta damai akan menghargai perbedaan sehingga lebih menjaga perkataan, sikap, dan perbuatan dari hal-hal yang merugikan orang lain. Selain itu, individu maupun kelompok yang memiliki nilai cinta damai cenderung menghargai keberhasilan orang lain dan termotivasi melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi masyarakat umum (Zubaedi, 2015). Berdasarkan uraian terkait psikodrama dan nilai karakter cinta damai, maka dapat dipahami bahwa psikodrama nilai karakter cinta damai adalah *action method* yang dimainkan dalam kelompok untuk mengeksplorasi masalah nilai karakter cinta damai melalui permainan peran dengan memanfaatkan berbagai perangkat dramatis sehingga klien mendapatkan wawasan baru terkait nilai karakter cinta damai, dan mengembangkan keterampilan perilaku yang mengarah kepada nilai karakter cinta damai.

Sehubungan dengan uraian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas psikodrama nilai karakter cinta damai untuk mengurangi kecenderungan agresi.

METODE PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 10 orang dengan kriteria: siswa-siswi SMP Muhammadiyah X Yogyakarta, memiliki skor kecenderungan agresi sedang hingga tinggi berdasarkan skala kecenderungan agresi yang diisi ketika *pretest*, dan bersedia mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Desain penelitian ini adalah *one group pretest posttest*.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kecenderungan agresi yang disusun berdasarkan bentuk-bentuk agresi dari Baumister dan Bushman (2013). Terdapat

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan
08 Agustus, 2019, Hal. 71-81

empat bentuk agresi yang dijadikan sebagai aspek dalam skala yaitu agresi fisik langsung, agresi fisik tidak langsung, agresi verbal langsung, dan agresi verbal tidak langsung.

Try out skala kecenderungan agresi melibatkan 27 siswa SMP Muhammadiyah X Yogyakarta. Hasil *try out* menunjukkan bahwa terdapat 16 aitem yang gugur karena memiliki nilai di bawah batas kritis 0.300. Reliabilitas skala kecenderungan agresi dihitung menggunakan *alpha Cronbach* sebanyak 4 kali putaran. Putaran pertama menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0.773, putaran kedua sebesar 0.825, dan putaran ketiga sebesar 0.827, dan putaran keempat sebesar 0.828.

Prosedur Penelitian

Try out skala kecenderungan agresi

Try out dilakukan pada tanggal 29 Juli 2019 di SMP Muhammadiyah X Yogyakarta. Sebanyak 27 siswa terlibat dalam tahap ini. Skala yang telah melewati proses *try out* akan dianalisis dan hasilnya digunakan sebagai alat *pretest* dan *posttest*.

Screening : Tahap *screening* atau seleksi bertujuan untuk mendapatkan subjek sesuai dengan kriteria. Tahap ini dilakukan pada tanggal 30 Juli 2019 di SMP Muhammadiyah X Yogyakarta dengan subjek sebanyak 20 siswa. Alat yang digunakan untuk *screening* adalah skala kecenderungan agresi.

Pretest : Skor *pretest* dalam penelitian ini adalah skor hasil *screening*.

Intervensi: Psikodrama nilai karakter cinta damai adalah intervensi yang digunakan dalam penelitian ini. Berikut disajikan *blue print* modul psikodrama nilai karakter cinta damai:

Tabel. 1

Blue Print Modul Psikodrama Nilai Karakter Cinta Damai

Tahap 1: Warm up	
1. Perkenalan	1. Semua orang yang berada dalam kelas (<i>director</i> , <i>observer</i> , peneliti, dan partisipan) memperkenalkan diri secara bergantian. Tujuan perkenalan adalah membangun suasana keakraban pada semua partisipan. Perkenalan dilakukan melalui permainan “tebak hobi” yaitu memperkenalkan dan memperlihatkan hobi masing-masing dengan gerakan tubuh (tanpa suara) yang selanjutnya akan ditebak oleh rekan yang lain.
2. Pembuatan Kontrak Belajar	2. <i>Director</i> menyampaikan bahwa terdapat <i>ground rules</i> yang harus dipatuhi bersama. Apabila diperlukan, <i>director</i> bersama dengan partisipan membuat kontrak belajar tambahan yang harus dipatuhi selama kegiatan berlangsung.
3. Pengisian <i>Informed concent</i>	3. <i>Director</i> memandu partisipan memahami isi <i>informed concent</i> kemudian memintanya memberikan kesediaan mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dengan cara memberikan tanda tangan pada lembar <i>informed</i>
4. Permainan	
5. Diskusi terkait naskah	
6. Penentuan Peran	

concent.

4. *Director* mengajak semua partisipan bermain “tung-patung” yaitu permainan memperagakan suatu objek/peristiwa dengan tubuh mematung/tidak bergerak yang dilakukan oleh individu maupun kelompok. Objek yang akan diperagakan pertama kali secara individual adalah pohon. Setelah memperagakan objek secara individual, maka *director* meminta partisipan membuat kelompok beranggotakan dua-tiga orang. Objek pertama yang diperagakan secara berkelompok adalah pohon.

Director meminta partisipan untuk menambah anggota kelompok menjadi lima orang. Tugas pertama untuk partisipan adalah memperagakan suasana kantin sekolah ketika jam istirahat. Tugas terakhir dalam permainan tung-patung ini adalah meminta seluruh partisipan menjadi satu kelompok dan memperagakan upacara bendera dalam rangka memperingati hari kemerdekaan Indonesia.

Director mengajak partisipan memaknai permainan tung-patung. Pemaknaan akan diarahkan kepada kemampuan memahami informasi non-verbal, membiasakan diri berpikir terlebih dahulu sebelum bertindak, mengesampingkan egoisme masing-masing, membiasakan diri untuk memberikan sesuatu daripada menerima/menuntut mendapatkan sesuatu, dan kerjasama kelompok.

Tahapan pemanasan mengajak partisipan membangun suasana yang hangat, berpikir kreatif dan spontan dengan menjadi objek tertentu tanpa penilaian baik atau buruk. Proses atau tahapan ini dilakukan agar bersiap memasuki tahapan berikutnya. Di akhir permainan, *director* melakukan *spectogram* sebagai asesmen kesiapan partisipan mengikuti kegiatan ini. *Director* membuat sebuah garis lurus imajiner di lantai yang memiliki rentang angka 1-10. Angka tersebut memiliki makna bahwa semakin mendekati 1 maka menandakan semakin tidak siap dan sebaliknya apabila semakin mendekati 10 menandakan semakin siap. Sesegera mungkin, partisipan diminta berdiri di atas angka tersebut.

5. *Director* mengajak partisipan berdiskusi terkait nilai karakter cinta damai. Materi diskusi antara lain: definisi, contoh, dan fungsi nilai karakter cinta damai. Tujuan dari diskusi ini adalah membantu partisipan memahami nilai karakter cinta damai agar lebih mudah memahami naskah psikodrama.
 6. *Director* membagikan naskah kepada partisipan dan mendiskusikan naskah tersebut. Diskusi diawali dengan membahas tokoh dalam naskah (jumlah dan karakter tokoh). *Director* mengajak partisipan untuk memaknai
-

setiap karakter dalam naskah. Pemaknaan mengarah kepada evaluasi kognitif partisipan atas karakter-karakter tersebut. Kemudian diskusi berlanjut dengan membahas cerita pada setiap babak dalam naskah (gambaran situasi dan emosi yang muncul).

Setelah diskusi selesai, *director* menawarkan kepada partisipan untuk memilih tokoh yang akan dimainkan dalam psikodrama. Alternatif cara pemilihan peran adalah menggunakan *sociometry* melalui teknik *touch on shoulder* (masing-masing peserta harus menyentuh pundak salah satu temannya yang dipilih untuk memerankan tokoh tertentu). Ketika pemilihan peran selesai, *director* mengajak partisipan untuk sedikit berlatih memerankan tokoh yang sudah dipilih.

Tahap 2: Action

- | | |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Mementaskan drama sesuai naskah yang tersedia 2. Diskusi terkait pengalaman memainkan drama | <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Director</i> dibantu oleh peneliti memegang selendang sebagai pintu yang membatasi kehidupan nyata dengan kehidupan drama. Satu per satu partisipan melewati pintu tersebut sambil mengatakan dengan jelas “saya adalah ... (tokoh yang dipilih dalam naskah), dan bukan ... (namanya sendiri)”. Setelah seluruh partisipan memasuki panggung, <i>director</i> segera berkata “<i>action</i>” yang menandakan partisipan dipersilakan memulai drama. Selama psikodrama berlangsung, <i>director</i> dapat menggunakan teknik-teknik sesuai dengan kebutuhan. Setelah drama selesai dimainkan, maka <i>director</i> mempersilahkan satu per satu partisipan keluar melewati pintu selendang dan mengatakan dengan jelas “saya bukan ... (nama tokoh yang dimainkan) tetapi saya adalah (nama masing-masing)”. Perangkat dramatis berupa pintu selendang dan pengucapan kalimat seperti di atas penting digunakan untuk tetap memposisikan diri bahwa partisipan hidup di dunia nyata bukan dunia drama. 2. <i>Director</i> bertanya kepada partisipan terkait perasaannya ketika memainkan peran dalam drama. Diskusi diarahkan kepada evaluasi afektif yang berhubungan dengan emosi, seperti “bagaimana perasaanmu ketika berperan sebagai tokoh A dengan karakter yang demikian?” kemudian dilanjutkan dengan pertanyaan yang lebih mendalam, seperti “pernahkah anda memiliki sifat seperti tokoh A? bisakah anda membayangkan bagaimana perasaan orang lain ketika anda bersifat demikian?” dan diakhiri dengan pertanyaan “setelah ini, karakter seperti apa yang akan anda bangun sebagai ciri khas diri anda?” |
|---|--|

Tahap 3: Sharing

- | | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Diskusi terkait pengalaman yang dimiliki sejak | <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Director</i> mengajak partisipan duduk melingkar dan secara bergantian menyampaikan pengalamannya setelah mengikuti psikodrama. Penyampaian |
|---|---|

tahap 1-tahap 2	pengalaman ini diarahkan ke aspek kognitif dan afektif seperti yang telah diungkapkan di tahap 1 dan 2, namun ditambah dengan aspek psikomotor. <i>Director</i> mengarahkan penyampaian pengalaman terkait aspek psikomotor kepada perubahan perilaku yang bersifat positif.
2. Partisipan memperkenalkan dirinya yang baru sesuai dengan <i>insight</i> yang diperoleh	2. <i>Director</i> meminta partisipan secara bergantian untuk berdiri dan memperkenalkan: dirinya dengan karakternya yang baru, cita-citanya yang semakin jelas, dan rencana lain di masa depannya.
3. Relaksasi	3. Tahap 3 akan diakhiri dengan relaksasi.

Posttest : *Posttest* dilakukan setelah intervensi dengan menggunakan skala kecenderungan agresi.

Terdapat dua uji asumsi yang harus terpenuhi sebelum melakukan uji hipotesis, yaitu uji normalitas dan homogenitas. Setelah diketahui hasil kedua uji asumsi tersebut, maka selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis menggunakan teknik *paired sample t test*. Seluruh uji asumsi dan uji hipotesis tersebut dilakukan dengan bantuan SPSS *for windows 20.0*.

HASIL

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa $\rho = 0.985 > 0.05$ sehingga dapat dikatakan data berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa $\rho = 0.339 > 0.05$, angka signifikansi tersebut menandakan bahwa varians data homogen. Berdasarkan hasil dua asumsi tersebut, maka uji hipotesis menggunakan *paired sample t test* dan didapatkan hasil $\rho = 0.029 < 0.05$. Hasil tersebut memiliki arti bahwa psikodrama nilai karakter cinta damai secara signifikan dapat menurunkan kecenderungan agresi siswa SMP Muhammadiyah X Yogyakarta.

PEMBAHASAN

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa $\rho = 0.029 < 0.05$, sehingga bermakna psikodrama nilai karakter cinta damai secara signifikan efektif menurunkan kecenderungan agresi. Hasil ini sesuai menurut Hidayati (2018) yang mengatakan bahwa psikodrama mampu memberikan *insight*/wawasan tentang masalah yang ada dalam dirinya sehingga dapat menemukan solusi atas masalahnya, dan mendapatkan pengalaman-pengalaman lain yang bersifat positif, sehingga digunakan untuk mengembangkan keterampilan perilaku baru yang lebih adaptif. Harist (2016) menambahkan bahwa, melalui psikodrama individu dapat mengungkapkan perasaan bersalah, kemarahan, kesedihan, dan agresi.

Psikodrama nilai karakter cinta damai yang dilakukan dalam tiga tahap, yaitu: *warm up*, *action*, dan *sharing* mampu merubah kecenderungan agresi siswa. Pada tahap *warm up*, *director* membantu siswa secara tidak langsung untuk membiasakan diri berpikir sebelum bertindak, membangun kepekaan terhadap lingkungan, membiasakan diri untuk memberi sesuatu daripada menuntut sesuatu, dan berusaha mengesampingkan egoisme masing-masing. Seluruh kegiatan dalam tahap ini dilakukan dengan bermain. Di awal permainan, siswa belum dapat mencapai tujuan-tujuan tersebut, namun setelah *director* mengajak siswa berdiskusi untuk memaknai permainan secara kognitif, seluruh siswa mampu menyadari manfaat permainan tersebut. Diskusi berbentuk *student center* sehingga *director* memberikan kesempatan kepada seluruh peserta untuk berpendapat dan di akhir pendapat-pendapat tersebut akan disimpulkan oleh *director*.

Tahap kedua adalah *action* yaitu memerankan drama sesuai dengan naskah yang telah disiapkan. Siswa dapat bermain peran secara spontan dan mampu mengimprovisasi naskah tersebut sesuai dengan kehidupan nyata mereka. Poin ini adalah sebuah keberhasilan penelitian karena menurut Prawitasari (2011) spontanitas dan kreativitas peserta dalam psikodrama sangat penting dan membantu masing-masing individu lebih mudah mendapatkan insight. Di akhir tahap ini, *director* mengajak partisipan penelitian untuk memaknai situasi emosi yang dirasakan ketika bermain peran, baik emosi sebagai tokoh dalam drama maupun emosi sebagai dirinya sendiri. Seluruh partisipan mengatakan bahwa tokoh yang agresif membuat mereka tidak nyaman, marah, dan sedih. Di sisi lain, seluruh partisipan juga menyampaikan bahwa memiliki sifat cinta damai itu menyenangkan dan hidup menjadi tenang.

Tahap ketiga adalah *sharing* di mana *director* mengajak seluruh partisipan saling berbagi pengalaman baik pengalaman kognitif maupun afektif. Di tahap ini, seluruh partisipan mengungkapkan kebutuhan terkait kedamaian, seperti lingkungan yang aman, tenang, hubungan penuh kasih sayang dan saling menghormati satu sama lain. Sehingga di akhir sesi, *director* meminta partisipan menyatakan sikap dan perilaku yang baru sesuai dengan *insight* yang didapatkan dari tahap *warm up*, *action*, hingga *sharing*. Seluruh partisipan mengatakan akan berusaha mengembangkan perilaku cinta damai.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sari (2017) yaitu bimbingan kelompok menggunakan teknik psikodrama dapat mengatasi agresi siswa SMP Negeri 2 Guruh. Hal ini dapat terjadi karena siswa akan lebih nyaman berdiskusi dalam kelompok teman sebayanya, karena dengan berdiskusi siswa merasakan bahwa dirinya memiliki hak berbicara/menyampaikan suatu hal tentang dirinya. Siswa SMP yang juga merupakan remaja memiliki ciri khas yaitu ketidaksukaan terhadap nasehat dan hukuman, sehingga metode psikodrama yang mengutamakan spontanitas dan kreativitas lebih sesuai untuk remaja. Melalui spontanitas dan kreativitas tersebut, remaja/siswa

SMP dapat mengungkapkan banyak informasi tentang dirinya, dan menggali informasi lebih dalam tentang dirinya sehingga lebih mengenal diri sendiri dan mengetahui kebutuhan serta respon yang harus ditunjukkan dalam kesempatan-kesempatan tertentu.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa psikodrama nilai karakter cinta damai secara signifikan efektif untuk mengurangi kecenderungan agresi siswa SMP Muhammadiyah X Yogyakarta

DAFTAR PUSTAKA

- Ariefana, P. (2018). *Berebutan cewek, anak SMP dibacok di kepala*. Diunduh dari <https://m.suara.com/news/2018/06/25/140051/berebutan-cewek-anak-smp-dibacok-di-kepala> pada tanggal 8 Maret 2019.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211
- Baron, R.A., dan Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial (jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Baumister, R.F., Bushman, B.J. (2013). *Social psychology and human nature*. United State of America: Thomson Learning, Inc.
- Harist, F.A. (2016). Pengaruh psikodrama terhadap peningkatan optimisme masa depan pada mahasiswa. *Naskah Publikasi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1-14.
- Hidayati, F. (2018). Penguatan karakter kasih sayang (self compassion) melalui pelatihan psikodrama. *Artikel dipresentasikan di Seminar Nasional Psikologi Unissula: Penguatan Psikologi di Zaman Now*. Semarang: 12 Mei 2018.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). (2019). KPAI: 4.885 Kasus Pelanggaran Hak Anak, Terbanyak ABH. Diunduh dari <http://www.kpai.go.id/berita/kpai-4-885-kasus-pelanggaran-hak-anak-terbanyak-abh> pada tanggal 8 Maret 2019.
- Kementerian Pendidikan Nasional. (2010). Pengembangan pendidikan budaya dan karakter bangsa: Bahan pelatihan penguatan metodologi pembelajaran berdasarkan nilai budaya untuk membentuk daya saing dan karakter bangsa. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Kopecký, K. dan Sztokowski, R. (2016). Cyberbullying, cyber aggression and their impact on the victim-the teacher. *Telematics And Informatics Journal*, 4(2), 1-21.
- Moreno, J.L. (1987). *Writings on psychodrama, group method, and spontaneity by J. L. Moreno, M.D.* New York: Springer Publishing Company
- Prawitasari, J.E. (2011). *Psikologi klinis: Pengantar terapan mikro & makro*. Jakarta: Erlangga.
- Safitri, A dan Andrianto, S. (2015). Hubungan antara kohesivitas dengan intensi perilaku agresi pada supporter sepak bola. *PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami*, 1(2), 11-23.
- Sari, Y.A. (2017). Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Terhadap Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII UPTD MP Negeri 2 Gurah Tahun Ajaran 2016/2017. *Simki-pedagogia*, 1(7), 1-9.

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan
08 Agustus, 2019, Hal. 71-81

Zubaedi. (2015). *Desain pendidikan karakter: Konsepsi dan aplikasi dalam lembaga Pendidikan (edisi pertama)*. Jakarta: Prenadamedia.