

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja adalah kelompok dari usia anak – anak sampai dewasa awal yang mengalami kematangan fisik, psikologi, sosial dan sedang mengalami perkembangan pada dirinya. Putri (2019) mengatakan bahwa pada masa perkembangannya seorang remaja mengalami beberapa tantangan bisa dari dalam dirinya maupun dari luar terutama pada lingkungan sosialnya. Remaja yang sedang berkembang mempunyai ciri yaitu munculnya perilaku yang negatif, misalnya suka marah, suka melawan, emosi, tidak stabil dan lain sebagainya. Perilaku negatif yang ditunjukkan remaja yaitu perilaku agresif.

Saat ini fenomena perilaku agresif pada remaja masih banyak ditemukan contohnya pada kekerasan. Menurut Monavia (2022) kasus tawuran antar pelajar masih sering terjadi di Indonesia menurut Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) sepanjang tahun 2021 sebanyak 188 kelurahan menjadi tempat terjadinya perkelahian antar remaja. Jawa Barat menjadi Provinsi yang banyak terjadinya perkelahian antar remaja, perkelahian disebabkan beberapa faktor salah satunya karena emosi yang masih labil.

Subqi (2019) menyampaikan perilaku agresif adalah tingkah laku yang ditujukan untuk melukai, mencelakakan, mengancam, mengejek dan mengintimidasi orang lain, yang dilakukan oleh orang yang lebih kuat terhadap orang yang lebih lemah baik secara fisik maupun psikis. Agresif tidak hanya berbentuk penyerangan yang ditujukan kepada orang lain, namun juga bisa ditunjukkan pada diri sendiri.

Putri (2019) menyatakan masa remaja kematangan emosi sering kali belum stabil, suka meledak – ledak, dan tidak terkontrol hal itu disebabkan karena tidak terpenuhinya keinginan mereka. Dilansir dari <https://www.msn.com/id-id/berita/other/polisi-tangkap-siswa-smp-pelaku-penyerangan-dengan-panah/vi-AA1dO97D> dua remaja pelaku penyerangan di Kota Palu, Sulawesi Tengah ditangkap tim Jatanras Polresta Palu. Kedua pelaku yang masih duduk di bangku SMP ini diketahui merupakan pelaku penyerangan terhadap seorang warga.

Penangkapan kedua pelaku ini berkat informasi dari korban yang kini menjalani perawatan di rumah sakit. Dari hasil penyelidikan, kedua pelaku melakukan penyerangan dengan menggunakan busur panah

Dilansir dari <https://regional.kompas.com/read/2022/04/11/153647278/marak-kasus-kekerasan-remaja-di-jalanan-ahli-emosi-labil-dan-pengaruh-media> aksi kekerasan di jalanan atau tawuran yang dilakukan para remaja akhir – akhir ini marak terjadi di sejumlah daerah. Salah satu kasus yang sempat menjadi sorotan terjadi di kawasan Gedongkuning, Kota Yogyakarta. Seorang remaja bernama Dafa Adzin Albasith (18) tewas setelah diserang menggunakan gir oleh sekelompok remaja. Tindakan tersebut bisa berupa kekerasan verbal maupun kekerasan fisik. Agresif dalam kekerasan fisik meliputi, memukul, menendang, mendorong berkelahi dan lainnya. Agresif non verbal seperti berkata kasar, mengejek, memfitnah, berkata kotor.

Perilaku agresif ini dihubungkan dengan masalah perilaku seperti kecemasan, depresi, percobaan bunuh diri, isolasi sosial dan perilaku kekerasan (Hsiao et al., 2019) artinya jika perilaku agresif pada remaja tidak dideteksi sedini mungkin dan tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat menyebabkan terjadinya kondisi gangguan mental. Data UNICEF menunjukkan bahwa di Indonesia 21,3% remaja dari usia 13 – 15 tahun pernah mengalami kekerasan yang dilakukan oleh teman sebaya. (UNICEF,2018).

Hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 4 Bojonegoro diperoleh informasi dari guru BK Ibu Linda Septiana,S.Pd. Bahwa siswa sering mengejek dan berkata kasar kepada temannya sehingga terkadang terjadi perkelahian. Adapun beberapa siswa juga melakukan perilaku agresif pada dirinya sendiri yaitu dengan melukai tangan dengan menggunakan benda tajam seperti silet. Selanjutnya Guru BK menambahkan untuk tingkat perilaku agresif siswa di sekolah tersebut pada tingkat kategori rendah hingga sedang.

Kemudian Guru BK Bapak Binarso Agung Nusantoro, S.Pd menambahkan bahwa untuk siswa yang memiliki perilaku agresif ada di kelas 8 dan 9. Sedangkan untuk kelas 7 siswa baru cenderung masih penyesuaian diri dengan sekolah baru mereka. Jadi peneliti menentukan responden dan menyebar angket tersebut kepada kelas 8 dan 9 saja agar bisa memberikan layanan kepada siswa yang memiliki

tingkat kategori sedang hingga tinggi perilaku agresif. Kebanyakan anak cenderung menunjukkan perilaku agresinya saat sudah masuk sekolah karena merasa keluar dari lingkungan keluarga dan dapat bebas melakukan hal yang ingin dilakukan.

Untuk mengurangi perilaku agresif pada remaja maka diperlukan layanan yang tepat, salah satunya menggunakan bimbingan kelompok. Menurut Romlah (2019) bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan yang diberikan kepada konseli dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok bersifat pencegahan dan pengembangan dan berorientasi pada pencapaian tujuan. Pelaksanaan bimbingan kelompok dapat berjalan sesuai dengan tujuannya, yaitu untuk pengembangan dan pertumbuhan anak maka dibutuhkan adanya inovasi-inovasi baru dalam hal mereduksi perilaku agresif (Gunawan et al., 2020).

Salah satu inovasi untuk menurunkan perilaku agresi tersebut adalah dengan memberikan *Anger management*. *Anger Management* suatu teknik yang dirancang khusus untuk membantu individu dalam mengelola kemarahan mereka secara konstruktif. Tahapan yang dapat dilakukan untuk melakukan anger management dengan melakukan relaksasi. Relaksasi dilakukan untuk mengurangi kemarahan Ketika tanda – tanda peringatan awal kemarahan muncul.

Seperti telah dijelaskan sebelumnya, rasa marah merupakan determinan utama dari perilaku agresi. Marah sering disebut juga sebagai perasaan agresi, dan menjadi sumber dari munculnya perilaku agresi. Menurut Sari (2019) pada hasil meta analisi bahwa intervensi yang terbukti mereduksi pengalaman rasa marah dan perilaku agresif pada remaja yaitu *Anger management training*. Ditemukan bahwa *anger management* dengan pendekatan *cognitive behavior*, lebih efektif untuk diterapkan pada anak berusia 5 – 6 tahun hingga remaja usia 18 tahun (AH, 2018)

Dari hasil penelitian yang dilakukan Lestari (2018) di SMAN 6 Kediri perilaku agresif pada remaja, banyak yang belum bisa mengendalikannya, individu mudah marah hanya karena hal yang relative kecil, seperti melihat wajah antara siswa satu dengan siswa lain sehingga menimbulkan konflik. Ada pula perilaku yang kurang menyenangkan seperti suka meledek, membentak, memukul, bersuara keras, dan masih banyak lagi. Kemudian setelah diberikan *anger management training* disimpulkan bahwa mengalami penurunan dan teknik tersebut efektif.

Berdasarkan data yang diperoleh, siswa yang memiliki perilaku agresif akan membahayakan fisik dan emosional orang lain, rusaknya hubungan antar personal, dijauhi dan dibenci orang lain, dan buruknya perkembangan kemampuan pengendalian diri, sosial, dan kepekaan. Maka perlu diatasi menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *anger management*. Upaya ini dilakukan untuk mereduksi perilaku agresif pada siswa supaya lebih tenang dan dapat menguasai diri agar tidak melakukan penyerangan. Dengan dasar latar belakang diatas peneliti tertarik mengangkat judul “ Efektivitas Teknik Anger Management dengan Bimbingan Konseling untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa SMP Negeri 4 Bojonegoro”

### **1.2 Rumusan Masalah**

1. Bagaimana gambaran perilaku agresif siswa SMPN 4 Bojonegoro?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok di SMPN 4 Bojonegoro?
3. Bagaimana efektivitas *anger management* dengan bimbingan kelompok untuk mereduksi perilaku agresif SMPN 4 Bojonegoro?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui gambaran perilaku agresif siswa SMPN 4 Bojonegoro
2. Untuk mendiskripsikan gambaran pelaksanaan bimbingan kelompok di SMPN 4 Bojonegoro.
3. Untuk mengetahui efektivitas *anger management* dengan bimbingan kelompok untuk mereduksi perilaku agresif siswa SMPN 4 Bojonegoro.

### **1.4 Manfaat penelitian**

#### **1. Manfaat teoritis**

Secara teoritis *anger management* dapat memberikan referensi atas bimbingan kelompok, *anger management*, dan perilaku agresif.

#### **2. Manfaat praktis**

##### **1.4.2.1 Bagi Siswa**

Dengan adanya bimbingan kelompok teknik *anger management* siswa dapat menurunkan perilaku agresif pada diri. Sehingga siswa dapat mengendalikan emosi marah pada diri dan berperilaku baik dalam kehidupan sehari – hari.

#### **1.4.2.2 Bagi Guru BK**

Dapat digunakan sebagai solusi alternatif bagi konselor/guru BK dalam melakukan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku agresif.

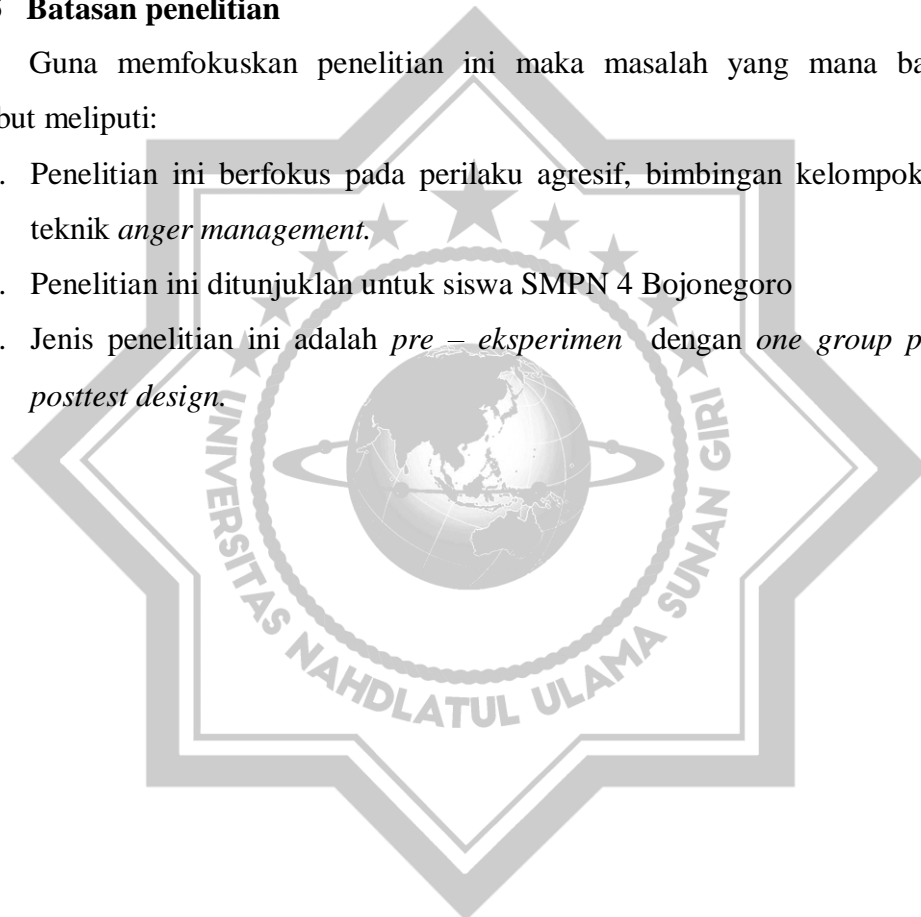
#### **1.4.2.3 Bagi Peneliti**

Hasil dari penelitian dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya, tentang bimbingan kelompok, teknik *anger management*, dan perilaku agresif

### **1.5 Batasan penelitian**

Guna memfokuskan penelitian ini maka masalah yang mana batasan tersebut meliputi:

1. Penelitian ini berfokus pada perilaku agresif, bimbingan kelompok, dan teknik *anger management*.
2. Penelitian ini ditunjukkan untuk siswa SMPN 4 Bojonegoro
3. Jenis penelitian ini adalah *pre – eksperimen* dengan *one group pretest posttest design*.



# UNUGIRI