

Perilaku Agresivitas Pada Remaja

Zubaidah¹, Randi Saputra², Dino Danuarta³, Yusuf Adika Kusuma⁴

^{1,3}Program Studi Bimbingan Konseling, FKIP, Universitas Jambi

²Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, FUAD, IAIN Pontianak

⁴Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, FDK, UIN Sunan Ampel Surabaya

e-mail : zubaidah89@unja.ac.id

Abstract: Aggression is a form of behavior that can cause harm to both the individual himself and other parties. This form of behavior is called aggressiveness. Intentional behavior must be controlled, therefore an effort is needed to handle it. In general, this behavior often appears at the adolescent stage of development. Through this research, we will discuss the forms of aggressive behavior in adolescents through studies or research results, as well as other scientific references that have been studied previously. The method used in this research is a literature search via Google Scholar and Research Gate. The keywords used in English are "Aggressiveness and Adolescents", while in Indonesian they use "Aggressiveness and Adolescence". The research results show that there are three types of aggression experienced by adolescents, namely physical, verbal and relational aggression. Apart from that, factors that cause aggressive behavior were found. There are differences in aggression based on residence and gender. In relation to treatment, the results of the study show that peace counseling and coping psychoeducation strategies can be used as an approach to dealing with aggressive behavior. Therefore, it can be recommended for future researchers to examine in more depth aggressive behavior in adolescents from various other aspects.

Keywords: Aggressiveness, teenagers, aggressive behavior.

Abstrak: Agresi adalah suatu bentuk tingkahlaku yang dapat menyebabkan kerugian baik bagi individu itu sendiri maupun pihak lain. Bentuk perilaku ini disebut agresivitas. Perilaku inhendaknya harus dapat dikendalikan, oleh karena itu diperlukan suatu upaya dalam penanganannya. Pada umumnya perilaku ini sering muncul pada tahap perkembangan remaja. Melalui penelitian ini akan dibahas bagaimana bentuk perilaku agresif pada remaja melalui kajian-kajian atau hasil penelitian, serta referensi ilmiah lainnya yang telah mengkaji terlebih dahulu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pencarian literatur melalui *Google Scholar* dan *Research Gate*. Kata kunci yang digunakan dalam Bahasa Inggris adalah "Aggressiveness and Adolescents", sementara dalam Bahasa Indonesia digunakan "Agresivitas dan Remaja". Hasil penelitian menunjukkan adanya tiga jenis agresi yang dialami oleh remaja, yaitu agresi fisik, verbal, dan relasional. Selain itu, ditemukan faktor-faktor penyebab dari perilaku agresi. Terdapat perbedaan dalam agresi berdasarkan tempat tinggal dan jenis kelamin. Berkaitan dengan penanganannya diperoleh hasil kajian bahwa konseling kedamaian dan strategi psikoedukasi *coping* dapat digunakan sebagai pendekatan untuk mengatasi perilaku agresi. Oleh karena itu, dapat disarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat meneliti secara lebih mendalam tentang perilaku agresivitas pada remaja dari berbagai aspek lainnya.

Kata kunci: Agresivitas, remaja, perilaku agresif.

PENDAHULUAN

Perilaku agresivitas pada remaja merupakan fenomena yang cukup kompleks dan signifikan dalam konteks perkembangan remaja. Agresivitas remaja meliputi berbagai bentuk perilaku seperti kekerasan fisik, verbal, dan relasional. Fenomena ini menjadi perhatian serius karena dapat berdampak negatif pada individu yang bersangkutan dan lingkungan sekitarnya. (Yanizon, 2019)

Remaja adalah tahap perkembangan yang ditandai dengan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada periode ini, remaja mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Mereka mulai mencari identitas pribadi, mengembangkan hubungan dengan teman sebaya, dan menghadapi tekanan dan tantangan baru. (Alfasma, 2022)

Perubahan-perubahan ini dapat menimbulkan konflik, frustrasi, dan kebingungan pada remaja. Agresivitas sering kali menjadi salah satu cara mereka mengungkapkan ketidakpuasan, ketidakpastian, atau kebutuhan untuk mendapatkan kontrol atas lingkungan mereka. Namun, tingkat agresivitas yang tinggi pada remaja dapat menjadi masalah serius yang memerlukan perhatian dan intervensi.

Perilaku agresif pada remaja dapat memiliki akar penyebab yang kompleks. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya meliputi faktor individu seperti gangguan perilaku, riwayat kekerasan dalam keluarga, konflik internal, serta faktor sosial seperti pengaruh teman sebaya, lingkungan sekolah yang tidak kondusif, serta eksposur terhadap media kekerasan. (Savira, 2022)

Dampak dari perilaku agresivitas pada remaja juga dapat signifikan. Remaja yang terlibat dalam perilaku agresif sering kali menghadapi konsekuensi sosial dan emosional, termasuk penurunan kualitas hubungan interpersonal, masalah akademik, dan risiko terlibat dalam perilaku kriminal. Selain itu, agresivitas remaja juga dapat berdampak negatif pada perkembangan psikologis mereka, dengan potensi berlanjut hingga ke masa dewasa. (Pratiwi, 2018)

Menghadapi fenomena ini, penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif pada remaja dan mengembangkan strategi intervensi yang efektif. Dengan memahami latar belakang perilaku agresif pada remaja, kita dapat lebih memahami kompleksitas masalah ini dan berusaha untuk mencegah serta mengatasi dampak negatifnya. Berdasarkan pada hasil penelitian dan kajian-kajian yang telah ada, maka melalui penelitian ini peneliti akan melakukan literatur review dengan judul " Perilaku Agresivitas pada Remaja". Adapun dengan tujuan untuk mengkaji bagaimana perilaku agresivitas pada remaja.

METODE

Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan pengambilan dari data sekunder yang bukan diperoleh dari pengalaman langsung, tetapi merupakan hasil penelitian yang telah

dilakukan oleh para peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang diperoleh berupa artikel atau jurnal yang relevan. Pencarian artikel atau jurnal didapat melalui *Google Scholar* dan *Research Gate* dengan menggunakan *keyword*: dalam bahasa Indonesia adalah “Agresivitas dan Remaja.” Sedangkan dalam bahasa Inggris adalah “*Agressiveness and Adolescents*”.

Pencarian dibatasi hanya dengan menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, teks yang lengkap, tahun penerbitan mulai dari tahun 2013 sampai dengan tahun 2023. Pencarian artikel atau jurnal dilakukan dengan beberapa tahap. Tahap pertama merupakan tahap pencarian, dimana artikel atau jurnal diperoleh melalui *Google Scholar* dan *Research Gate*. Tahap kedua menyortir jika ada judul yang mirip ataupun sama. Tahap ketiga menyortir melalui abstrak, jika abstrak tidak sesuai dengan apa yang akan di literatur maka tidak digunakan. Tahap keempat menyortir dengan membaca artikel atau jurnal secara keseluruhan, jika terdapat ketidaksamaan maka tidak dapat digunakan. Kemudian pada tahap terakhir ditemukan beberapa jurnal yang sesuai dengan apa yang akan di literature review. Selanjutnya setelah selesai di literature review, pembuatan daftar pustaka dikumpulkan dan ditulis dengan format APA.

HASIL

Berdasarkan dari hasil penelitian yang menggunakan Literature Review dan menggunakan metode jurnal yang telah diteliti sebelumnya oleh peneliti lain yang terdiri dari 5 jurnal nasional dan 10 jurnal internasional yang didapatkan dari berbagai database seperti *Google Scholar* dan *Research Gate* dengan judul penelitian “Perilaku Agresivitas pada Remaja : Literature Review”, maka didapatkan hasil penelitian sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil kajian tentang perilaku agresivitas pada remaja.

No	Penulis	Tema	Hasil
1.	(Yanizon, 2019)	Penyebab munculnya perilaku agresif pada remaja.	Dari data yang peneliti peroleh, didapatkan bahwa penyebab remaja berperilaku agresif adalah karena adanya faktor internal dan eksternal.
2.	(Sharma & Sangwan, 2016)	Agresi fisik,verbal,dan relasional di kalangan remaja.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa di daerah pedesaan Haryana,remaja lebih banyak melakukan agresi fisik dan verbal, sedangkan di daerah perkotaan remaja lebih banyak melakukan agresi relasional.
3.	(Saputra & Handaka, 2018)	Perilaku Agresi Pada Siswa SMK di Yogyakarta	Temuan penelitian untuk mengidentifikasi tingkat perilaku agresi pada siswa pada dua SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa (a) kategori sangat tinggi sebesar 5%; (b) kategori tinggi sebesar 26%; (c) kategori sedang sebesar 40%; (d) kategori rendah sebesar 21%; dan (e) kategori sangat rendah sebesar 8%.
4.	(Bucur, Caraion,	Perilaku Agresif di	Perpaduan antara jenis kelamin

	Florescu, & Vladescu, 2020)	antara Usia 15–16 Tahun Siswa Sekolah Menengah Rumania	laki-laki, pesta minuman keras, hubungan bermasalah dengan teman dan anggota keluarga, nilai sekolah rendah, ketidakhadiran ditemukan terkait dengan perilaku kekerasan remaja.
5.	(Afriany, Alfarisi, Sofa, Elvita, & Rudy, 2020)	Agresif verbal di media sosial instagram	Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, bahwa gambar yang muncul di media sosial Instagram memicu untuk seseorang melakukan agresif verbal berdasarkan apa yang dilihatnya.
6.	(Vega, Cabello, Leal, & Berroca, 2022)	Kecerdasan Emosional dan Agresif Perilaku pada Remaja.	Hasil penelitian ditemukan hubungan antara tingkat IE dan perilaku agresif di kalangan remaja, menunjukkan korelasi egative yang signifikan antara variabel-variabel.
7.	(Aridhona & Setia, 2022)	Perilaku agresi verbal pada remaja	Peneliti menyimpulkan bahwa kategorisasi perilaku agresi verbal menunjukkan bahwa ada sebanyak 14 subjek (19,4%) kategori rendah, sebanyak 44 subjek (61,1%) kategori sedang yang, dan sebanyak 14 subjek (19,4%) termasuk dalam kategori tinggi
8.	(Sentana & Kumala, 2019)	Agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara agresivitas dan kontrol diri. Hubungan yang negatif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri pada remaja maka akan semakin rendah pula agresivitas remaja
9	(Rahmawati & Asyanti, 2017)	Fenomena perilaku agresif pada remaja dan penanganan secara psikologis	Hasil analisis data menunjukkan bahwa perilaku agresif remaja dipengaruhi faktor antara lain cara berpikir remaja yang cenderung impulsif, pengawasan orang tua yang kurang, dll. Psikoedukasi strategi koping dapat menjadi penanganan psikologis yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif pada remaja.
10.	(Arif, Zulida, & Tentama, 2019)	Bentuk-bentuk perilaku agresif pada Remaja.	Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih banyak menerima perlakuan agresi, selain itu anak laki-laki lebih sering terlibat dalam tindakan kekerasan dibandingkan dengan anak perempuan.
11.	(Patil, 2016)	Frustasi, siswa pedesaan, siswa perkotaan dengan perilaku agresif	Hasil dari penelitian ini didapatkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa sekolah menengah pedesaan dan perkotaan, tetapi hasil lain menunjukkan bahwa siswa sekolah memiliki tingkat agresi yang tinggi dikarenakan frustrasi.
12.	(Tripathy & Sahu, 2019)	Masalah remaja, frustrasi, siswa pedesaan, siswa perkotaan dengan perilaku agresif remaja	Hasil penelitian ini didapatkan bahwa rerata nilai frustrasi siswa sekolah adalah 111,32, hal ini menunjukkan bahwa siswa sekolah memiliki tingkat frustrasi yang tinggi dan juga menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara masalah remaja seperti marah, mengungkapkan agresifitasnya

			terutama terhadap lingkungan luar atau terhadap dirinya sendiri dengan rasa frustrasi sekolah
13.	(Fives, 2019)	Frustrasi, kemarahan, permusuhan dan perilaku agresif remaja	Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya kemarahan dan agresi yang dibagi menjadi agresi fisik, verbal, permusuhan dan agresi tidak langsung.
14.	(Haslinda & Silondae, 2020)	Faktor internal (frustrasi, gangguan pengamatan, gangguan berfikir dan gangguan perasaan/emosional) dan faktor eksternal (lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan sosial) terhadap perilaku agresif remaja	Hasil wawancara didapatkan beberapa faktor yang menyebabkan agresi verbal pada siswa. Di antara berbagai faktor yang ada, faktor utama yang menyebabkan terjadinya serangan verbal siswa MTsN4 adalah faktor frustrasi. Faktor frustrasi disebabkan oleh perasaan kecewa, perasaan tersebut secara otomatis mendorong seseorang untuk berkata kasar, menghina, bertengkar, mencemooh, dan marah kepada orang lain. Dengan perasaan ini, saya berharap kepala sekolah dan tutor dapat memberikan perhatian dan himbauan untuk menghindari serangan verbal terhadap siswa tersebut.
15.	(Putra & Mardison, 2018)	Faktor psikologis, faktor sosial, faktor lingkungan, faktor situasional, faktor biologis dengan perilaku agresif remaja	Hasil penelitian ini didapatkan bahwa perilaku agresif yang dilakukan oleh peserta didik adalah menghina, memaki marah, mengumpat dan sindiran. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi didapatkan bahwa penyebab perilaku agresif adalah faktor frustrasi yang dialami oleh peserta didik.

PEMBAHASAN

Pada 15 jurnal yang telah direview tersebut diatas, terdapat beberapa bentuk agresi yang dapat dialami oleh remaja, seperti agresi fisik, verbal, dan korelasional. Diantara terdapat 2 jurnal (Afriany, dkk.,2020) dan (Aridhona & Setia 2022) yang membahas bahwa gambar yang muncul di media sosial memicu untuk seseorang melakukan agresif verbal berdasarkan apa yang dilihatnya. Agresi verbal adalah mengumpat, mengejek, dan meremehkan didominasi dalam kategori yang rendah. Dalam 3 jurnal milik (Bucur dkk.,2020),(Arif dkk., 2019) dan (Saputra & Handaka 2018) menyatakan bahwa agresi fisik banyak terjadi pada remaja laki laki dengan didominasi pada kategori sedang. Psikoedukasi strategi koping dapat menjadi penanganan psikologis yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif pada remaja. 1 jurnal (Sharma & Sangwan 2016) menunjukkan bahwa di daerah pedesaan remaja lebih banyak melakukan agresi fisik dan verbal, sedangkan di daerah perkotaan remaja lebih banyak melakukan agresi relasional. Dalam 2 jurnal penelitian (Yonizon & Sesriani 2019) dan (Rahmawati & Asyanti 2017) menjelaskan bahwa perilaku agresi remaja disebabkan oleh beberapa faktor internal dan eksternal seperti kurangnya pengawasan dari orangtua. Serta pada 2 jurnal (Sentana & Kumala 2017) dan (Vega dkk., 2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara agresivitas dan kontrol diri serta kecerdasan emosional dan agresivitas.

Terdapat juga 2 jurnal yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat frustrasi dan agresi pada remaja perkotaan dan pedesaan. Terdapat perbedaan yang antara siswa sekolah pedesaan dan perkotaan, siswa sekolah pedesaan memiliki tingkat agresi yang lebih tinggi dibandingkan siswa sekolah perkotaan (Patil, 2016) dan (Tripathy & Sahu, 2019).

Terakhir, terdapat 3 jurnal yang mengemukakan ada beberapa faktor lainnya yang mempengaruhi perilaku kekerasan selain frustrasi seperti gangguan pengamatan, gangguan berfikir, gangguan perasaan atau emosional, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan sosial, kemarahan dan permusuhan. Dari berbagai macam faktor tersebut tetap dikatakan bahwa penyebab perilaku kekerasan dikarenakan oleh faktor frustrasi yang dialami oleh para remaja (Fives et al., 2011), (Haslinda et al., 2020) dan (Putra & Mardison, 2018).

Pada penelitian ini, 15 jurnal yang didapat dari *google scholar* dan *Research Gate* yang kemudian akan di literature review terkait dengan Perilaku Agresivitas pada Remaja. Hasil penelitian ini menganalisis bahwa terdapat agresi fisik, verbal, dan korelasional yang dialami oleh remaja. Selain itu, peneliti menemukan faktor-faktor terjadinya perilaku agresif pada remaja, seperti kurangnya kontrol diri, kecerdasan emotional yang rendah, dan pengaruh lingkungan keluarga. Terdapat perbandingan perilaku agresi berdasarkan tempat tinggal, dimana remaja yang berada di daerah pedesaan lebih banyak mengalami agresif verbal dan fisik, dibandingkan daerah perkotaan yang lebih banyak mengalami agresi korelasional. Perilaku agresi juga bisa disebabkan karena keadaan ekonomi keluarga, apabila keadaan ekonomi rendah maka akan semakin meningkatkan perilaku agresi. Perbedaan perilaku agresi juga dapat terlihat berdasarkan jenis kelamin, dimana remaja laki-laki lebih banyak menerima perlakuan agresi dan lebih sering terlibat dalam tindakan kekerasan dibandingkan dengan anak perempuan. Peneliti juga menemukan upaya untuk menangani perilaku agresif, seperti dilakukan konseling kedamaian dalam sesi konseling di sekolah serta dapat juga dilakukan psikoedukasi strategi koping.

Adanya hubungan yang positif dan signifikan antara frustrasi dengan perilaku kekerasan. Apabila frustrasi dapat diminimalisir dan diberikan penanganan yang benar dan baik, maka frustrasi akan teratasi dan dapat mengurangi terjadinya perilaku kekerasan pada remaja. Begitu pula sebaliknya apabila frustrasi yang terjadi pada remaja tidak ditanggulangi atau tidak diatasi, maka akan mengakibatkan tingginya perilaku kekerasan yang dilakukan oleh remaja. Permasalahan remaja tersebut hendaknya harus segera ditangani atau di atasi. Salah satu usaha yang dapat dikaukan adalah dengan melakukan konseling terhadap remaja tersebut agar mendapatkan solusi dari permasalahannya sehingga tidak berlanjut kepada prilaku agresivitas. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Irman, dkk (2023) yang menyatakan bahwa konseling biblio adalah sebuah teknik yang menarik bagi remaja untuk mencari solusi permasalahan yang dihadapinya. Oleh karena itu

dapat disimpulkan bahwa persoalan yang dihadapi remaja perlu mendapatkan penanganan yang tepat agar tidak berlanjut pada persoalan yang lebih kompleks.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil paparan di atas dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini memberikan gambaran atau penjelasan tentang tingkahlaku agresi atau berupa prilaku agresivitas yang ditampilkan oleh remaja yaitu agresi fisik, verbal, dan relasional. Selain itu, ditemukan faktor-faktor penyebab dari perilaku agresi. Terdapat perbedaan dalam agresi berdasarkan tempat tinggal dan jenis kelamin. Berkaitan dengan penanganannya diperoleh hasil kajian bahwa konseling kedamaian dan strategi psikoedukasi *coping* dapat digunakan sebagai pendekatan untuk mengatasi perilaku agresi. Oleh karena itu, sangat dibutuhkan untuk diteliti lebih dalam dan secara ilmiah tentang prilaku agresivitas pada remaja dari berbagai aspek lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Afriany, F., Alfarisi, I., Sofa, A., Elvita, A. H., & Rudy. (2020). Agresif verbal di media sosial instagram. *Jurnal Administrasi Sosial Dan Humaniora*, 3(3), hal 23-30.
- Alfasma, W. (2022). Loneliness dengan Perilaku Agresi Kepada Remaja Fatherless. *Jurnal Psikologi Indonesia*, hal 1-11.
- Aridhona, J., & Setia, R. D. (2022). Perilaku Agresi Verbal Pada Remaja. *Psikovidya*, 26(1), hal.11-15.
- Arif, M., Zulida, N., & Tentama, F. (2019). Bentuk-bentuk perilaku agresif pada remaja. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, hal. 299-304.
- Bucur, A., Caraion, C., Florescu, S., & Vladescu, C. (2020). Aggressive behaviors among 15–16-Year-old Romanian High School Students: results from two consecutive surveys related to alcohol and other drug use at the European Level. *International journal of environmental research and public health*, 17(10), 2020.
- Fives, F. (2019). Anger, Aggression, and Irrational Beliefs in Adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 35(3), hal 199–208.
- Haslinda, J., & Silondae. (2020). Faktor-Faktor Penyebab Agresi Verbal Siswa. *Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), hal. 53–60.
- Irman, dkk. (2023). The Effectiveness of the Biblio Counseling Model to Increase the AdversityQuotient of Adolescents. *Ta'dib Journal Vol.26 No 2 2023 hal. 257-266*
- Patil, M. (2016). Aggression and Frustration among Rural and Urban Secondary School Students. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4).
- Pratiwi, B. (2018). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikoogi*.
- Putra, A., & Mardison, S. (2018). Perilaku Agresif Peserta Didik di MTsN Thawalib Padusunan. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 4(1), hal. 32-41.
- Rahmawati, A., & Asyanti, S. (2017). Fenomena perilaku agresif pada remaja dan penanganan secara psikologis. *Jurnal Psikologis*.
- Saputra, W. N., & Handaka, I. B. (2018). Perilaku agresi pada siswa SMK di Yogyakarta. *JurnalFokus Konseling*, 4(1), hal 1-8.
- Savira, M. (2022). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Agresi pada Mahasiswa. *Idea Nursing Journal Vol. XIII No.1* , hal. 20-25.
- Sentana, M. A., & Kumala, I. D. (2019). Agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), hal. 51-55.

- Sharma, D., & Sangwan, S. (2016). Physical, verbal and relational aggression among adolescents. *Advance Research Journal of Social Science*, 6(2), hal. 160-164.
- Tripathy, M., & Sahu, B. (2019). Study the Relationship between Adolescence Problems & Frustration of School Students in Kalahandi District. *International Journal of Arts Humanities and Social Studies (IAHSS)*, 1(1), hal.1-12.
- Vega, A., Cabello, R., Leal, R. G., & Berroca, P. F. (2022). Emotional intelligence and aggressive behaviors in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 23(4), hal 1173-1183.
- Yanizon. (2019). Penyebab munculnya perilaku agresif pada remaja. *Kopasta: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 6(1).