

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pada zaman abad ke-21 ini, sudah banyak sekali kejadian-kejadian yang menyimpang dan dapat merugikan orang lain maupun diri sendiri. Kejadian ini dipastikan bahwa dimulai dari perilaku-perilaku dan kebiasaan negatif yang menyimpang dari dalam diri sendiri sehingga perilaku tersebut berdampak pada penyimpangan sosial yang terjadi. Perilaku yang mengandung unsur agresi ini memiliki berbagai macam, yaitu umpatan, caci maki, permusuhan, hingga pemukulan sampai pembunuhan. Perilaku ini bisa terjadi oleh siapa aja, mau itu dari anak, remaja, hingga dewasa. Seringkali terlihat yang terjadi pada remaja ini melakukan perilaku yang mengandung unsur agresi. Pada usia remaja, perilaku ini sangat rentan karena masa ini remaja ini masih memiliki pemikiran yang abstrak dan memiliki emosi yang naik turun. Hal ini perlu kita pelajari dan ubah Perilaku Agresi pada remaja melalui modifikasi perilaku. Remaja berperilaku agresi ini dapat dilihat dari beberapa macam, yaitu perkataan yang kasar, memiliki perasaan emosi atau rasa marah yang berlebihan, serta terjadinya pertengkaran hingga permusuhan, serta perlakuan fisik.

Fenomena Perilaku Agresi ini dapat ditemukan kasus data atau sebagai informan dalam penelitian ini di Jabodetabek. Perilaku Agresi ini terjadi pada seorang remaja perempuan berinisial AR berumur 13 tahun di SMPN 11 Tangerang Selatan. AR saat ini sementara tinggal bersama ibu dan ayah tirinya di Jl. Tiga Berlian daerah Ciater, Tangerang Selatan. Ia selama sekolah tinggal di kediaman keluarga baru ibunya untuk kebutuhan sehari-harinya ketika sekolah. Ia biasanya lebih nyaman dan tinggal di waktu yang lama di kediaman rumah neneknya di komplek Pamulang Permai daerah Tangerang Selatan. AR merupakan seorang remaja yang memiliki perilaku yang dapat disebut Perilaku Agresi yang kerap kali memiliki perasaan marah yang meluap dan berlebihan. Hal ini menarik untuk diteliti karena perilaku AR ini kerap kali tanpa sadar dapat

melampiaskan kepada orang atau lingkungan sekitarnya. Maka dari itu terkadang karena perilakunya juga, kerap AR dijauhan oleh teman-temannya.

Selanjutnya fenomena Perilaku Agresi ini juga dapat dilihat oleh seorang remaja perempuan berinisial ZA berumur 12 tahun. Saat ini ZA bersekolah di SMPN 4 Tangerang Selatan dan menjabat menjadi ketua kelas di kelasnya. ZA saat ini tinggal bersama kedua orang tuanya di perumahan Griya Cindikia, daerah Gunung Sindur. Hal ini sangat menarik diteliti karena ia memiliki perilaku yang dapat dibilang emosi yang berlebihan serta selalu mementingkan dirinya sendiri. Kerap juga ia selalu berkata kasar ketika sesuatu hal tidak sejalan apa yang ia mau dan ia tidak dekat dengan keluarganya sendiri walaupun kedua orang tuanya terlihat utuh.

Terakhir untuk informan yang saya pilih dari fenomena Perilaku Agresi ini dapat dilihat oleh seorang remaja perempuan yang berusia 12 tahun dan berinisial KK. KK saat ini bersekolah di SMP Muhammadiyah 31 Jakarta. KK saat ini tinggal bersama bibinya di perumahan Jl. Pengarengan, daerah Jakarta Timur. Hal ini sangat menarik untuk diteliti bagaimana dapat mengalisis perilakunya yang terbilang masih usia dini sudah memiliki kebiasaan perilaku yang menyimpang. Seperti suka melontarkan kata-kata kasar, suka suka memukul dan mengecam orang lain, dan suka mengganggu teman ketika sedang belajar di kelas. Maka dari itu, informan penelitian yang saya ambil cukup dikatakan memiliki Perilaku Agresi dan akan diteliti sehingga informan penelitian saya dapat mengubah serta menghilangkan Perilaku Agresinya.

Remaja ini terbentuk ketika seseorang mengalami pertumbuhan baik itu fisik, perubahan tindakan, sikap, hingga emosi dan perasaannya. Dalam perkembangan seseorang, keluarga merupakan faktor utama dalam pengaruh tumbuh kembang seseorang sehingga dapat terlihat bagaimana remaja berperilaku di dalam kehidupannya. Orang tua merupakan keluarga terdekat pada remaja, dimana keluarga merupakan tempat pertama bagi remaja bersosialisasi, berkomunikasi dan belajar sebelum akhirnya bisa bersosialisasi di luar rumah. Perkembangan remaja ini mengacu dan saling berhubungan mulai dari perubahan fisik, bahasa, emosi, pemikiran, serta perilaku yang terjadi pada remaja sejak lahir hingga awal

masa dewasa. Maka dalam proses perkembangan sejak awal ini, remaja pada dasarnya berkembang dari yang awalnya bergantung pada orang tua, serta lingkungannya yang pada akhirnya bagaimana ia akan menjadi pribadi yang baik dalam mengambil tindakan dan bagaimana seharusnya bersikap.

Pada masa proses perkembangan seseorang, remaja ini pastinya akan mengalami salah satu krisis yang biasanya disebut krisis pembentukan dasar dari perilaku atau kepribadiannya. Setiap seseorang manusia atau remaja pastinya hidup di lingkungan yang berbeda-beda dan pastinya akan terbentuk perilaku yang berbeda-beda. Perilaku ini merupakan reaksi terhadap tindakan seseorang melakukan sesuatu atau sesuatu yang menjadi suatu kebiasaan karena nilai-nilai yang dianutnya. Ketika remaja mendapatkan pendidikan yang layak dari orang tuanya, maka terbentuklah landasan perilaku yang kuat. Sebaliknya, jika seseorang manusia atau remaja menerima pendidikan yang kurang atau tidak layak, maka seseorang manusia atau remaja ini akan mengembangkan karakter yang buruk atau menyimpang. Dapat dilihat dari kenyataan yang banyak terjadi di masyarakat akhir-akhir ini, seperti halnya banyak sekali remaja yang kurangnya pendidikan, pengawasan, serta bagaimana ia hidup di lingkungannya sehingga banyak sekali seseorang memiliki perilaku negatif dan menyimpang yaitu berperilaku agresif.

Dapat dikatakan bahwa keluarga ini merupakan tempat pembelajaran pertama bagi seseorang manusia atau remaja. Di sini lah keluarga memiliki peran penting dalam keterlibatannya terhadap remaja. Mulai dari pendidikan, pengawasan, hingga pengasuhan sebagaimana mestinya. Pada zaman dahulu, banyak sekali orang tua yang dahulunya diasuh oleh orang tuanya secara kasar, seenaknya, harus selalu menaati semua aturannya. Selain itu, masih minimnya pendidikan dalam mendidik remaja sebagaimana mestinya sehingga pengawasan pun masih terbilang kurang dalam melakukan keterlibatan terhadap remaja. Pada dasarnya, keluarga merupakan tempat pertama untuk siapa pun berpulang. Hal yang dimaksud, ialah ketika sedang menghadapi suatu permasalahan, keluarga lah yang menjadi tempat pertama ketika berpulang. Dilihat dari kenyataannya, banyak

remaja yang tidak memiliki tempat berpulang karena faktor utama dari kurangnya kasih sayang dan pengertian dari kedua orang tuanya.

Fenomena yang akan dibahas pada penelitian ialah Perilaku Agresi. Perilaku Agresi ini dapat terbentuk atau terjadi karena faktor lingkungan baik itu lingkungan terdekat dan lingkungan sosial sehari-seharinya. Seperti yang kita ketahui, seseorang manusia ketika menjalankan kehidupan bermasyarakat ini dalam kesehariannya juga pastinya terdapat nilai dan norma yang berlaku secara umum. Serta hal tersebut harus kita hormati dan jalankan sebagai warga masyarakat yang baik. Maka dari itu, dengan adanya nilai dan norma ini menjadi suatu kebiasaan dalam lingkungan berkehidupan bermasyarakat sehari-hari. Perilaku Agresi ini dapat muncul ketika seorang remaja diperlakukan tidak baik oleh keluarganya, serta juga terbiasa dari perlakuan dari lingkungan sekitarnya seperti keluarga, teman, dan sebagainya.

Fenomena Perilaku Agresi ini ditemukan sekian banyak kasus pada seluruh masyarakat Indonesia. Setiap manusia dalam menjalankan kehidupan bermasyarakat, manusia memiliki masalah dalam hidupnya. Pengalaman hidup ini berbeda-beda yang dialami setiap manusia pada dasarnya mau itu baik dan buruk. Selain itu, berbeda-beda pula setiap manusia dalam menghadapi dan menanggapi sebuah masalah yang terjadi. Salah satu dampak dari permasalahan yang terjadi ini yang akan kita kaji ialah remaja yang berperilaku Agresi. Di Indonesia, Fenomena Perilaku Agresi memiliki banyak kasus data untuk remaja yang memiliki Perilaku Agresi. Menurut beberapa penelitian terdahulu, remaja yang memiliki Perilaku Agresi ini sangat banyak data-data kasusnya. Mulai dari beberapa murid SMPN 17 Kota Bandar Lampung, beberapa murid dari empat SMK di Kota Yogyakarta, beberapa murid di dua SMA Negeri Kota Sumatera Utara, serta adapun yang di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Muhammadiyah Senduro Kabupaten Lumajang.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Modifikasi Perilaku ini dapat digunakan ketika mengubah suatu perilaku manusia atau dapat disebut sebuah teknik untuk memperbaiki atau menghilangkan perilaku yang negatif atau menyimpang. Serta di samping itu juga modifikasi perilaku ini digunakan untuk meningkatkan dan menguatkan perilaku-perilaku positif. Modifikasi perilaku ini didasarkan pada metode yang didasarkan pada paradigma teori belajar *behaviorism* yang menekankan pada observasi perilaku dunia nyata. Modifikasi perilaku didasarkan pada teori belajar operan yang menekankan bahwa perilaku cenderung terulang ketika diperkuat oleh imbalan positif berupa hadiah atau benda yang menyenangkan. Di sisi lain, ketika ada hukuman, perilaku tersebut cenderung kecil kemungkinannya untuk diulangi atau dihentikan. Menurut Dyah Sari (2012) Dalam Tri Purwanti (2014).

Modifikasi perilaku ini memiliki beberapa strategi yang dapat digunakan. Terdapat strategi yang dapat diberlakukan di dalam manajemen perilaku. Jody L. Maanum mengungkapkan ada beberapa Strategi manajemen perilaku yang dilakukan dalam modifikasi perilaku, yaitu *Proximity Control*, yaitu mengontrol perilaku. *Preventative Control*, yaitu mencegah dan mengontrol perilaku informan yang muncul. *Self Monitoring*, yaitu pengendalian diri. *Planned Ignoring*, yaitu pengabaian yang direncanakan. *Behavior Contracts*, yaitu kontrak perilaku yang digunakan untuk meningkatkan perilaku informan. Menurut Maanum (2009) Dalam Nugrahani (2014).

Pada masa perkembangan seseorang manusia, pasti memiliki banyak sekali permasalahan di dalam kehidupannya. Di antara berbagai permasalahan yang terjadi pada siswa sekolah menengah dan remaja, hal tersebut merupakan hal yang umum dan terjadi pada beberapa kasus. Pasalnya, masa ini merupakan masa transisi dan kemungkinan besar akan muncul masalah pribadi baru yang sangat menyulitkan mereka. Permasalahan tersebut bisa berupa kekecewaan terhadap berbagai hal yang tidak berjalan sesuai harapan, seperti halnya yaitu sulit beradaptasi dengan lingkungan baru, mudah terpengaruh, merasa menanggung sendiri, egois, lemah, dan pesimis terhadap kehidupan.

Berbagai permasalahan yang timbul pada sebagian besar kehidupan remaja dapat disebabkan oleh penyelesaian tugas-tugas perkembangan yang perlu diselesaikan. Contohnya seperti eksplorasi dalam mencari jati diri, perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja, perkembangan keterampilan kognitif yang memerlukan perubahan emosi, serta sifat mudah marah yang menunjukkan perilaku agresi pada remaja.

Penelitian fenomena perilaku agresi ini meliputi perilaku menyimpang yang akan merugikan orang lain dan diri sendiri ini terjadi pada remaja usia 12 sampai 13 tahun. Maka dari itu, perlunya perubahan menuju arah yang lebih sejak dini sehingga ketika dewasa nanti perilaku tersebut dapat berubah dan selalu menanamkan perilaku positif yang dapat berguna bagi diri sendiri maupun orang lain di sekitarnya. Perilaku agresi ini dapat diartikan seperti perilaku yang melukai orang lain, baik itu secara fisik maupun psikis, serta harta benda. Sehingga dapat dikatakan perilaku agresi ini sebuah perilaku yang menyakiti atau melukai seseorang baik secara fisik maupun mental, hal tersebut dapat juga dilihat berupa emosi yang berlebihan sehingga dapat mengarah pada perilaku agresi.

Maka dari itu, perilaku agresi dapat disimpulkan sebagai tindakan merugikan orang lain dengan cara menyerang, dengan atau tanpa tujuan tertentu, menyebabkan kerugian fisik, merampas hak orang lain, atau menyebabkan kerusakan harta benda, atau bahkan niat untuk menunjukkan permusuhan terhadap orang lain yang akan berdampak pada fisik dan psikis pada orang lain. Maka dari itu sangat penting untuk penelitian ini dilakukan dalam memperbaiki Perilaku Agresi atau perilaku kebiasaan negatif yang ada pada remaja yang akan saya teliti. Penelitian ini menggunakan Metode Perilaku Kognitif (CBT).

Metode Perilaku Kognitif (CBT) ini dapat digunakan ketika seseorang membutuhkan terapi dalam merubah tingkah laku yang irasional. Terapi ini mengembangkan keterampilan perubahan kognitif, emosional, dan perilaku untuk membantu Anda menyadari cara Anda berpikir, bertindak, dan bagaimana hal itu memengaruhi orang lain, serta mengembangkan keterampilan perubahan kognitif, emosional, dan perilaku untuk memengaruhi perilaku orang dengan memastikan

agar masalah tersebut tidak terulang kembali. Menurut Meichenbaum (1989) Dalam Ahyani & Astuti (2013).

Metode berdasarkan *Cognitive Formulation* atau Formulasi Kognitif, yaitu keyakinan dan perilaku. Perawatan juga didasarkan pada konseptualisasi dan pemahaman klien terhadap keyakinan dan perilaku yang perlu diubah. Terapis memberikan alternatif cara berpikir dan alasan lain untuk menyelesaikan masalah, serta mendorong dan mengajarkan klien untuk mengubah pemikiran dan keyakinannya, yang berakibat pada perubahan perasaan dan perilaku klien. Proses kognitif berhubungan dengan *Dysfunctional Thinking* atau disfungsi berpikir ini dapat menimbulkan emosi negatif dan perilaku maladaptif sehingga menimbulkan gangguan psikologis. Mempelajari kembali cara Anda berpikir untuk menemukan solusi yang lebih realistis dan adaptif dapat meningkatkan emosi Anda secara signifikan dan menghasilkan perilaku yang lebih adaptif. Menurut Beck's (2011) Dalam Ahyani & Astuti (2013).

### **1.3 Pembatasan Masalah**

1. Peserta: Penelitian hanya akan melibatkan informan yang memiliki Perilaku Agresi
2. Lokasi Geografis: Penelitian akan dilakukan di sekitaran Tangerang Selatan dan Jawa Barat.
3. Metodologi: Penelitian akan menggunakan metode kualitatif seperti wawancara mendalam dan menggunakan *action research* dalam menindak lanjutkan serta memberikan hasil perubahan perilaku ke arah yang menjadi lebih baik.
4. Waktu: Penelitian akan fokus pada persepsi dan pengalaman saat ini tentang informan yang memiliki Perilaku Agresi untuk menghindari informasi yang sudah usang.
5. Tema: Penelitian akan mengeksplorasi tema berikut yang terkait dengan Modifikasi Perilaku Agresi dengan Metode Kognitif Perilaku (CBT).

#### **1.4 Rumusan Masalah**

1. Bagaimana kondisi serta latar belakang remaja yang memiliki perilaku agresi?
2. Bagaimana proses pelaksanaan modifikasi perilaku dalam menangani remaja perilaku agresi melalui teknik perilaku kognitif (CBT)?
3. Bagaimana hasil akhir pelaksanaan modifikasi perilaku dalam menangani remaja perilaku agresi melalui teknik perilaku kognitif (CBT)?

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengurangi perilaku agresi sebesar 80% dari 10-20 kali dalam sehari menjadi 1-5 kali dalam sehari.
2. Untuk mengubah pola pikir negatif menjadi pola pikir yang positif.
3. Dapat belajar dalam mengenali perasaan, pemikiran, serta perilaku yang akan menjadi kebiasaan sehari-hari.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pembaca maupun peneliti sendiri, yaitu pertama manfaat penelitian dari segi teoritis. Hal ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan Terapi Perilaku Kognitif (CBT) dengan memodifikasi perilaku dalam menangani informan berperilaku agresi. Selain itu juga sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca mengenai Terapi Perilaku Kognitif (CBT) dengan memodifikasi perilaku dalam menangani informan berperilaku agresi. Selanjutnya, kedua Manfaat penelitian dari segi praktis. Hal ini dapat membantu memperbaiki menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan informan berperilaku agresi. Selain itu bagi konselor, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik yang efektif dalam menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan informan berperilaku agresi.