

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penelitian ini didasari adanya fenomena yang terjadi pada pelaksanaan PLP I dan PLP II di SMA Sejahtera Surabaya yaitu tindakan siswa yang terlibat perkelahian antar individu yang sering terjadi hingga menimbulkan kerusakan individu lain maupun luka. Adanya perilaku tersebut dapat disimpulkan adanya perilaku agresif yang terjadi di SMA Sejahtera Surabaya. Agresif merupakan suatu perilaku atau bentuk luapan emosi individu yang dapat melukai individu itu sendiri maupun orang lain yang berada disekitar individu. Perilaku agresif berupa tindakan yang bisa fisik maupun psikis seseorang. Agresivitas merupakan sebuah serangan atau tindakan yang merugikan, permusuhan atau sikap mental yang dapat merusak. Perilaku agresif dilakukan bukan hanya secara insidental atau musiman melainkan perilaku agresif sudah menjadi kebiasaan. Bentuk perilaku agresif memiliki berbagai macam, seperti perkelahian, pembunuhan, pemerkosaan, dan tindak kriminal lainnya yang dapat menyakiti orang lain. Agresi adalah segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang melalui fisik maupun psikis menurut Berkowitz (dalam Putra, A., & Mardison, 2018). Pada hal ini, agresivitas seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yang merujuk pada perilaku agresif tersebut.

Agresivitas merupakan tingkah laku yang diarahkan dengan tujuan untuk menyakiti makhluk hidup lain. Agresivitas bisa disebabkan karena berada pada situasi atau keadaan yang tidak menyenangkan, sehingga agresivitas sendiri bisa disebabkan oleh amarah yang merupakan jembatan psikologis. Agresivitas terdiri dari agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan menurut Buss and Perry (dalam Saputra et al., 2017). Adanya agresi fisik maupun verbal dan lainnya, dapat memiliki bentuk yang jelas seperti adanya pukulan, tendangan, cacian, amarah, dan hal lain yang mengintimidasi.

Secara umum, faktor yang dapat mempengaruhi agresivitas terbagi menjadi 2 (dua), yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang ada dalam diri individu yang meliputi fisik maupun psikis. Pada faktor internal ini yang seperti pengendalian emosi yang rendah, kecemasan, mudah frustrasi, dan perilaku agresif diluar kendali individu.

Sedangkan faktor eksternal pada agresivitas ini merupakan kondisi lingkungan individu yang mempengaruhi perilakunya. Lingkungan sosial seperti pertemanan sebaya, dimana seorang individu memiliki tekanan untuk mengikuti temannya. Agresif merupakan kondisi dimana amarah yang memuncak. Perilaku agresif menekankan pada perilaku yang tujuannya menyakiti atau merusak orang lain secara sosial tidak dapat diterima menurut Anantasari (dalam Anwar & Anidar, 2018).

Perilaku agresif dapat timbul karena adanya kecemasan. Dapat diartikan bahwa perilaku agresif dipengaruhi oleh variabel bebas. Seperti yang telah dipaparkan diatas pada faktor yang mempengaruhi agresivitas salah satunya adalah faktor internal. Pada faktor internal dijelaskan, bahwa perilaku agresif dapat muncul ketika seseorang berada pada kondisi cemas, emosi yang rendah, dan mudah frustrasi. Dari faktor internal yang telah dijelaskan memang ada nya pengaruh kecemasan terhadap perilaku agresif seseorang.

Kecemasan dan agresivitas merupakan dua masalah yang seringkali berkaitan dalam konteks suatu kesehatan mental. Meskipun keduanya bisa berbeda dalam gejala, namun kecemasan dan agresivitas dapat saling mempengaruhi kondisi satu sama lain. Ketika seseorang menggali kecemasan berlebihan dan terus-menerus mengganggu kehidupan sehari-hari, maka hal tersebut itu bisa menjadi masalah. Beberapa gejala kecemasan yang meliputi perasaan gelisah, ketegangan otot, kekhawatiran, insomnia, konsentrasi terganggu, dan gejala fisik lain seperti sakit kepala hingga gangguan pencernaan. Apabila kecemasan tidak dapat diatasi dengan baik, maka akan dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang.

Kecemasan pada dasarnya adalah bentuk kekhawatiran yang berlebihan sehingga menimbulkan kondisi fisik yang kurang baik seperti jantung berdebar kencang sampai mengeluarkan keringat,

dan lain sebagainya. Kecemasan adalah suatu perasaan tidak tenang, khawatir, takut terhadap sesuatu yang tidak jelas ataupun belum diketahui. Kecemasan bisa muncul jika ego menghadapi impuls yang tidak dapat dikendalikan. Kecemasan merupakan gangguan perasaan yang ditandai dengan khawatir yang mendalam dan berkelanjutan.

Kecemasan dapat diartikan sebagai manifestasi dari berbagai emosi yang bercampur. Kecemasan dapat terjadi apabila individu berada dalam tekanan perasaan. Hampir semua individu pasti mengalami kecemasan di dalam hidupnya. Individu yang dapat menyelesaikan masalahnya, hingga masalah kecemasan, maka individu tersebut dapat mengatasi masalah kecemasan agar tidak berkepanjangan. Namun, tidak jarang adanya kecemasan dapat mendatangkan gangguan bagi yang mengalami hal tersebut. Gangguan kecemasan dapat muncul akibat adanya frustrasi, konflik, maupun stress. Ayub berpendapat bahwa orang yang berada pada kondisi sedang mengalami kecemasan akan susah berkonsentrasi dan bersosialisasi, sehingga hal tersebut menjadi kendala untuk fungsi sosial yang sebenarnya.

Kondisi emosional yang tidak baik atau tidak menyenangkan menurut individu berarti individu tersebut sedang berada pada gangguan kecemasan yang dapat berakibat gelisah atau yang lainnya. Kecemasan merupakan suatu bentuk gangguan mental yang sering terjadi pada usia remaja.

Gangguan mental yang terjadi pada anak usia remaja sangat bervariasi. Menurut hasil riset yang dilakukan oleh *Indonesia-National Adolescent Mental Survey (I-NAMHS)* pada tahun 2022 gangguan mental yang paling banyak dialami remaja adalah gangguan cemas fobia sosial dan gangguan cemas menyeluruh sebesar 3,7% atau setara dengan 15,5 juta dan 2,45 juta remaja. Gangguan mental umumnya dapat terjadi kepada siapapun.

Gangguan mental sering disepelkan karena banyak individu yang belum memahami apa itu gangguan mental, sehingga permasalahan gangguan mental kerap terjadi pada individu, yang mana riset menunjukkan bahwa remaja adalah individu yang paling banyak mengalami gangguan mental kecemasan. Menurut WHO satu dari lima anak remaja di dunia pasti memiliki gangguan

mental. Gangguan mental dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Adanya gangguan mental tidak hanya mengenai kecemasan, gangguan mental terdiri dari berbagai macam, diantaranya yaitu depresi, stress, gangguan mood, dan lain sebagainya. Permasalahan yang berhubungan dengan sekolah antara lain seperti beban pelajaran, dan penyesuaian diri dengan lingkungan. Adanya permasalahan yang sering dihadapi siswa sehingga mengakibatkan cemas maupun depresi dapat mengarahkan siswa pada perilaku agresif atau kenakalan remaja lainnya.

Remaja adalah individu yang berada pada masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Menurut WHO usia remaja dalam rentang 10-19 tahun, menurut Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 tahun 2004, remaja dalam rentang usia 10-18 tahun. Sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) usia remaja dalam 10-24 tahun dan belum menikah.

Masa remaja merupakan tahap kehidupan yang bersifat peralihan (Willis, 2012). Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai tekanan yang sering ditandai dengan ketegangan emosi tinggi akibat perubahan fisik (Sunarto, 2012). Pada proses pencarian jati diri, masa remaja merupakan masa yang rentan akan timbulnya masalah.

Mulainya masa remaja dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik individu, oleh karena itu masa remaja sering terlihat perubahan yang terjadi seperti gelisah, pertentangan, rasa ingin mencoba hal baru (Sunarto, 2012). Perkembangan yang belum selesai pada masa anak-anak atau sebelum ada pada masa remaja dapat menjadi penyebab remaja timbul tingkah laku yang berbeda (Hamali, 2016). Seperti yang dapat dilihat, pada usia remaja kekerasan meningkat baik individu maupun kelompok, dan bahkan menjadi tawuran (Wilopo, 2023). Masalah yang sering kali dialami pada masa ini seperti perkelahian, penyalahgunaan obat terlarang, dan kenakalan yang berhubungan disekolah sehingga mengakibatkan kecemasan belajar.

Berdasarkan pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Alif Muarifah tahun 2005, ada hubungan positif antara agresivitas dengan kecemasan. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Intan ada hubungan negatif antara agresivitas dan kontrol diri.

Adanya uraian yang sudah dipaparkan, dari perbedaan hasil penelitian dan kurangnya penelitian mengenai hubungan antara agresivitas dengan kecemasan di Indonesia, maka penulis perlu melakukan penelitian mengenai hubungan antara kecemasan dengan agresivitas siswa di SMA Sejahtera Surabaya.

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penulis memberikan batasan masalah meliputi

1. Perilaku agresif siswa SMA di Sekolah
2. Kecemasan siswa SMA di Sekolah

C. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan hubungan antara kecemasan dengan agresivitas siswa di SMA Sejahtera Surabaya?

D. Tujuan Penelitian

Ingin mengetahui hubungan antara kecemasan dengan agresivitas siswa di SMA Sejahtera Surabaya.

E. Variabel Penelitian

Variabel merupakan konsep yang memiliki variasi nilai (Deepublish Store, 2022). Pada penelitian ini adapun variabel yang terkandung yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat dari penelitian ini adalah agresivitas, variabel ini merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecemasan, karena kecemasan mempengaruhi agresivitas.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh penulis, diharapkan bisa memberikan manfaat baik manfaat secara teoritis, praktisi, maupun metodologis. Berikut manfaat dari penulisan ini, yaitu:

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, adanya penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian ilmu oleh pembaca khususnya pada bidang

psikologi agar menambah referensi baru mengenai agresivitas dan kecemasan.

2. Manfaat praktisi

Secara praktis dapat digunakan untuk menambah informasi maupun wawasan mengenai agresivitas dan kecemasan untuk mengembangkan keterampilan guru.