

EFEKTIVITAS INTERVENSI KECERDASAN EMOSI UNTUK MENCEGAH PERILAKU AGRESI PADA SISWA KELAS VIII DI SMP NURUL ISLAM KUBU RAYA

Nur Kur'ani

Email: nurkurani@unmuhpnk.ac.id

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Pontianak

Abstrak

Perilaku agresi yang terjadi di sekolah merupakan salah satu masalah yang sangat mendesak untuk diselesaikan. Oleh karena itu untuk mencegah terjadinya perilaku agresi pada siswa di sekolah diperlukan kecerdasan emosi yang baik agar tercipta lingkungan pendidikan yang aman dan kondusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas intervensi kecerdasan emosi untuk mencegah perilaku agresi pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Kubu Raya. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode Mixed-Method. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam. Jumlah responden yang diteliti sebanyak 34 siswa yang terdiri dari dua kelas yaitu kelas eksperimen yang merupakan kelompok siswa yang diberi perlakuan dan kelas kontrol yang merupakan kelompok siswa yang tidak diberi perlakuan. Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan intervensi kecerdasan emosi tergolong efektif untuk mencegah perilaku agresi pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Kubu Raya. Secara umum dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan kecerdasan emosi siswa sesudah mengikuti intervensi kecerdasan emosi.

Kata Kunci: *Kecerdasan Emosi, Agresi*

Abstract

Aggressive behavior in schools is necessary to be solved. To prevent the occurrence of aggressive behavior in students at school, good emotional intelligence is needed to create a safe and conducive educational environment. This study aimed to determine the effectiveness of emotional intelligence intervention to prevent aggressive behavior in 8th grade students at SMP Nurul Islam Kubu Raya. The research method used was the Mixed-Method method. The subjects in this study were 8th grade students at SMP Nurul Islam. The number of respondents were 34 students consisting of two classes, namely the experimental class that was a group of students who were given treatment and a control class that was a group of students who were not treated. Determination of the sample in this study was done by purposive sampling technique. The results showed that the emotional intelligence intervention was effective in preventing aggressive behavior in 8th grade students at SMP Nurul Islam Kubu Raya. Generally, it can be concluded that there is an increase in student emotional intelligence after participating the emotional intelligence intervention.

Key words : *Emotional Intelligence, Aggression*

PENDAHULUAN

Perilaku agresi merupakan salah satu masalah yang sangat mendesak untuk diselesaikan. Permasalahan agresi ini banyak terjadi di sekolah, misalnya saja sepanjang tahun 2019 ada sebanyak 153 pengaduan kekerasan fisik dan psikis yang terdata di Komisi Perlindungan

Anak Indonesia (KPAI) (Tim Pikiran Rakyat, 2019).

Perilaku agresi merupakan tindakan melukai yang disengaja oleh seorang individu terhadap individu lain (Sarlito, 2018). Berdasarkan data dari KPAI, perilaku agresi yang terjadi disekolah 29,9% dilakukan oleh guru, 42,1% dilakukan oleh teman sekelas dan

28% dilakukan oleh teman berbeda kelas (Sundari, 2012). Sejalan dengan penjelasan di atas kurangnya pengetahuan siswa mengenai perilaku agresi yang mereka alami dari teman sebayanya maupun perilaku agresi yang mereka lakukan terhadap teman sebayanya dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan siswa di sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang peneliti lakukan pada 5 orang siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam peneliti menemukan beberapa masalah agresi yang pernah dilakukan dan dialami juga oleh kelima siswa ini yaitu salah satu teman siswa di kelas VIII saat bertanya tugas, siswa tersebut menarik kerudung temannya sehingga temannya merasa sakit, kemudian ada siswa yang pernah didorong oleh kawan sekelasnya dan ada juga siswa yang pernah menjadi pelaku agresi pada kawannya, dengan mengolok-olok kekurangan yang ada pada diri kawannya tapi siswa tidak tahu kalau itu merupakan perilaku agresi, selain itu ada siswa yang pernah menyembunyikan sepatu kawannya sampai kawannya menangis.

Oleh karena itu untuk mencegah terjadinya perilaku agresi pada siswa di sekolah diperlukan kecerdasan emosi yang baik agar tercipta lingkungan pendidikan yang aman dan kondusif dan

tujuan belajar mengajar di sekolah dapat berjalan secara efektif. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas intervensi kecerdasan emosi untuk mencegah perilaku agresi pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Kubu Raya.

KAJIAN PUSTAKA

1. Agresi

Agresi merupakan perilaku yang dilakukan oleh individu atau sekelompok orang dengan tujuan untuk menyakiti individu lain (Subhan, 2018). Perilaku agresi disebut juga perilaku fisik maupun perilaku verbal yang diniatkan oleh pelaku untuk menghasilkan penderitaan pada korban sasaran agresi pada setting lingkungan sekolah (Hanurawan, 2018). Perilaku agresi ini dibedakan menjadi dua yaitu *hostile aggression* (agresi yang didorong oleh kemarahan dan dilakukan dengan tujuan melampiaskan kemarahan) dan *instrument aggression* (agresi yang digunakan sebagai alat oleh pelakunya untuk mencapai tujuan).

Berdasarkan penjelasan di atas perilaku agresi adalah perilaku melukai yang dilakukan secara sengaja oleh pelaku kepada korban sasaran agresi di sekolah dengan niat untuk menyakiti korban baik secara fisik maupun secara verbal.

Adapun faktor penyebab terjadinya agresi adalah faktor situasional

seperti (a) frustrasi, yaitu kondisi yang dirasakan sebagai akibat dari tidak berhasilnya seseorang meraih sesuatu sebagaimana yang diinginkan dan diharapkannya. Selain itu, perasaan disakiti atau diganggu kepentingannya dapat menimbulkan frustrasi pada diri seseorang, yang kemudian menjadi alasannya untuk bertindak agresif; (b) provokasi, yaitu aksi yang dilakukan orang lain yang menjadi penyebab langsung perilaku agresi. Bentuk-bentuk provokasi antara lain menyindir, menggoda (*teasing*) dan sebagainya; (c) *exposure* terhadap perilaku agresi orang lain, baik secara langsung maupun tidak langsung; dan (d) berbagai situasi atau kondisi yang menimbulkan perasaan tidak menyenangkan pada individu, seperti suhu panas, melihat peralatan dokter gigi yang menyeramkan dan sebagainya (Subhan, 2018).

Selain faktor situasi penyebab agresi yaitu faktor personal, yaitu faktor-faktor yang berkaitan dengan pengaruh manusia, mencakup: (a) trait atau ciri sifat yang cenderung agresif; (b) sikap dan keyakinan terhadap kekerasan; (c) kecenderungan untuk menerima atau menangkap sikap dan perilaku orang lain sebagai musuh; dan (d) keterampilan khusus yang berkaitan erat dengan perilaku agresi (Subhan, 2018).

Adapun bentuk perilaku kekerasan (agresi) terdiri atas: (1) fisik; (2) seksual; (3) psikologis (menghina, menyindir); (4) pengabaian (perasaan diabaikan dan tidak dianggap) (Subhan, 2018).

2. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, yang membuat seseorang dapat bertahan dalam menghadapi kegagalan, dapat mengendalikan dorongan hati, empati, tidak hedonism, dapat mengelola stress, dapat mengelola konflik (Goleman, 1995). Kecerdasan emosi menurut Aunurrahman (2012) adalah hasil dari aktivitas individu dalam melatih fungsi-fungsi emosional diri sendiri atau oleh orang lain sehingga lebih merupakan hasil belajar. Sedangkan kecerdasan emosi menurut Wowo (2014) adalah kemampuan untuk mengidentifikasi, menilai dan mengendalikan emosi diri sendiri, orang lain dan kelompok.

Berdasarkan penjelasan di atas kecerdasan emosi adalah kemampuan pada diri individu untuk memahami emosi yang ada pada dirinya dan mengendalikan emosi tersebut sehingga individu dapat memotivasi dirinya untuk bertahan dalam menghadapi masalah yang dihadapinya.

Adapun Aspek-aspek kecerdasan emosi menurut Goleman (1995) adalah sebagai berikut: a. Mengenali emosi diri

(suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi). Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional; b. Mengelola emosi (kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu); c. Memotivasi diri sendiri (kemampuan seseorang memotivasi diri dapat dilihat melalui hal-hal berikut: 1) cara individu mengendalikan dorongan hati; 2) derajat kecemasan yang berpengaruh terhadap unjuk kerja seseorang; 3) kekuatan berpikir positif; 4) optimism; 5) keadaan flow (mengikuti aliran)(Enung, 2010); d. Mengenali emosi orang lain (empati); e. Membina hubungan dengan orang lain (individu yang tidak memiliki keterampilan ini akan mengalami kesulitan dalam pergaulan sosial (Enung, 2010).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode mixed- method. Adapun pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan observasi. Penyebaran kuesioner berskala dilakukan sebanyak dua kali secara langsung kepada subjek, yaitu diberikan di awal sebelum subjek diberi perlakuan (pre test) dan diakhir setelah subjek diberi perlakuan

(post test) dan observasi dilakukan 3 kali yang difokuskan pada para subjek. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas yaitu intervensi kecerdasan emosi sedangkan variabel tergantungnya yaitu perilaku agresi.

Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Kubu Raya yang berjumlah 34 siswa yang terbagi dalam 17 siswa kelompok eksperimen dan 17 siswa kelompok kontrol. Adapun subjek dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Penelitian ini menggunakan *purposive sampling* karena peneliti menetapkan kriteria sesuai dengan masalah yang diteliti. Adapun kriteria subjek yang ditetapkan oleh peneliti adalah: a) remaja berusia 12-14 tahun; b) berpendidikan SMP; c) kelas VIII; d) mengikuti intervensi kecerdasan emosi dari awal hingga akhir.

Peubah yang diamati dalam penelitian ini adalah pengetahuan siswa, reaksi siswa dan perilaku siswa yang diberi intervensi kecerdasan emosi dari awal sampai akhir. Kemudian dilakukan evaluasi tentang perilaku agresi para siswa apakah semakin meningkat atau menurun setelah diberikan intervensi kecerdasan emosi. desain penelitian ini

menggunakan randomized pretest-posttest control group design. Dalam penelitian ini, peneliti memberi skala kecerdasan emosi dan skala perilaku agresi kepada para subjek sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan intervensi. Adapun tahapan intervensi kecerdasan emosi adalah sebagai berikut:

- *Pre test* kecerdasan emosi
- Hari ke 1 pembukaan, menjelaskan tujuan kegiatan dan manfaat mengikuti intervensi kecerdasan emosi, menjelaskan tentang materi kecerdasan emosi dan agresi, diskusi, observasi, wawancara, penutup
- Hari ke 2 Subjek menceritakan kejadian-kejadian yang pernah dialami yang membuat marah, sedih dan kecewa. Subjek menceritakan cara-cara yang mereka lakukan untuk mengatasi rasa marah, sedih dan kecewa, observasi, penutup
- Hari ke 3 Subjek belajar mengelola emosi, tanya jawab, refleksi, rileksasi, observasi, penutup
- *Posttest* kecerdasan emosi

Adapun tahapan dalam penelitian ini terdiri dari : 1) Persiapan penelitian; 2) Penentuan sampel penelitian; 3) Pengumpulan data dengan menyebarkan kuesioner berupa skala kecerdasan emosi dan skala perilaku agresi sebagai instrument penelitian serta melakukan

intervensi pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam; 4) melakukan analisis data; 5) membuat kesimpulan tentang hasil yang didapatkan dari intervensi yang diberikan.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistic non-parametris. Analisis data menggunakan statistic non parametris akan diuji dengan menggunakan Uji-T berpasangan (paired-t-test) dengan menggunakan SPSS 16.0. Teknik analisis data dilakukan dengan tujuan membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi untuk melihat apakah ada perubahan yang signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun data untuk mengetahui keefektifan intervensi kecerdasan emosi pada penelitian ini dikumpulkan dengan kuesioner berskala dan observasi. Data kecerdasan emosi diambil dua kali (pretest dan posttest). Data kecerdasan emosi terdiri dari mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosi siswa pada penelitian ini diukur dengan menggunakan skala yang berjumlah 30 butir pernyataan dengan skor 1 sampai 4. Data perilaku agresi terdiri atas perilaku fisik, seksual, psikologis (menghina, menyindir), pengabaian (perasaan diabaikan dan tidak

dianggap). Perilaku agresi siswa diukur dengan angka 0 yang berarti tidak pernah, angka 1 artinya kadang-kadang, angka 2 artinya sering, angka 3 artinya sangat sering dan angka 4 berarti selalu.

Berdasarkan hasil analisis data pre test dengan bantuan perangkat lunak komputer diperoleh mean pada kelas eksperimen adalah 80,82, pada kelas kontrol diperoleh mean sebesar 80,76. Selanjutnya pada kelas eksperimen, hasil analisis terhadap data posttest diperoleh mean sebesar 82,94 sedangkan pada kelas kontrol diperoleh hasil 80. Analisis deskriptif terhadap data kecerdasan emosi sebelum perlakuan pada kelas eksperimen dan kelas kontrol berada pada kategori rendah. Setelah diberi perlakuan pada kelas eksperimen mayoritas berada pada kategori sedang sedangkan kelas kontrol tidak mengalami perubahan.

Sejalan dengan penjelasan di atas hasil analisis data pre test perilaku agresi dengan bantuan perangkat lunak komputer pada kelas eksperimen adalah 3,82, pada kelas kontrol diperoleh mean sebesar 3,94 selanjutnya pada kelas eksperimen, hasil analisis terhadap posttest diperoleh mean sebesar 2,88 sedangkan pada kelas kontrol diperoleh hasil 3,71. Analisis deskriptif terhadap data perilaku agresi sebelum perlakuan pada kelas eksperimen (diperoleh mean

sebesar 3,82) dan kelas kontrol (diperoleh mean sebesar 3,94) berada pada kategori rendah. Setelah diberi perlakuan pada kelas eksperimen (diperoleh mean sebesar 2,88) terjadi penurunan perilaku agresi sedangkan kelas kontrol (diperoleh mean sebesar 3,71) tidak mengalami perubahan.

Tabel 1. Nilai mean pretest dan post test

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest EQ	80.82	17	7.519	1.824
	posttest EQ	82.94	17	6.740	1.635

Tabel 2. Paired Sampel Test

Paired Differences									
		95% Confidence Interval of the Difference					Sig. (2-tailed)		
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	df	
Pair 1	pretest EQ-								
	posttest EQ	-2.118	2.826	.685	-3.571	-.665	-3.090	16	.007

1. Pengetahuan siswa

Hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan mengenai pengetahuan siswa tentang kecerdasan emosi dan agresi antara pre test dan post test pada kelas eksperimen yang berarti ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberi perlakuan pada kelas eksperimen sedangkan pada kelas kontrol tidak mengalami perubahan.

2. Reaksi siswa dan Perilaku siswa yang diberi intervensi kecerdasan emosi dari awal sampai akhir

Perubahan sikap dan perilaku siswa yang diberi intervensi kecerdasan emosi dari awal sampai akhir dapat peneliti gambarkan dalam kegiatan di SMP Nurul Islam dengan menggunakan pendekatan metode ceramah dan curah pendapat serta diskusi, perubahan sikap siswa terlihat jelas dalam aktivitas atau semangat siswa saat mendengarkan materi kecerdasan emosi dan agresi. Hal ini dapat dilihat ketika siswa menyampaikan pendapat mereka tentang emosi yang pernah mereka alami dan perilaku agresi dari kawan-kawannya serta perilaku agresi yang pernah mereka lakukan kepada teman-temannya.

Peneliti menanyakan tentang emosi yang pernah mereka alami, awalnya siswa terlihat ragu-ragu untuk menceritakan permasalahan mereka namun setelah mereka mendapatkan informasi yang jelas dan lengkap tentang kecerdasan emosi dan agresi mereka mulai terbuka. Sehingga siswa yang awalnya bingung menceritakan hal-hal yang menyebabkan mereka marah, sedih dan kecewa setelah mendapat informasi yang jelas cenderung lebih aktif dan antusias dalam mengungkapkan masalahnya.

Pertemuan terakhir siswa cenderung aktif dan antusias dibuktikan ketika peneliti melakukan refleksi diakhir kegiatan ada beberapa siswa pada pertemuan awal mereka malu-malu untuk mengungkapkan dan menceritakan permasalahannya diakhir kegiatan siswa tersebut menjawab dengan lantang dan tegas tentang sikap yang mereka yakini dimasa depan. Mereka juga merasa senang dan lebih terbuka ketika ditanya apa yang mereka rasakan selama kegiatan berlangsung, mereka merasa senang dengan kegiatan ini dan mereka menjadi paham bahwa emosi itu sangat mempengaruhi perilaku mereka untuk berbuat perilaku agresi sehingga untuk kedepannya mereka akan lebih mengelola emosi yang mereka punya dan lebih waspada menghadapi perilaku agresi di sekolah. Selain itu manfaat lain dari intervensi kecerdasan emosi adalah membuat siswa yang awalnya pasif menjadi lebih aktif dan komunikatif dalam mengungkapkan masalah dan bersama-sama mencari solusinya. Beberapa siswa juga menyampaikan bahwa mereka merasa nyaman dan tidak bosan sehingga kegiatan ini juga dapat direkomendasikan untuk diterapkan dalam pembelajaran di kelas. Disimpulkan bahwa siswa akan lebih aktif bila proses

belajar di kelas dilakukan dengan cara *student center*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi kecerdasan emosi tergolong efektif untuk mencegah perilaku agresi pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Kubu Raya. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian Pregiawatiningsih (2013) yang mengatakan bahwa pelatihan kecerdasan emosi berpengaruh secara significant untuk menurunkan perilaku agresif pada remaja. Setiawati (2015) juga mengatakan bahwa ada hubungan negatif yang sangat significant antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresi. Adapun sumbangan efektif kecerdasan emosi dengan perilaku agresi sebesar 38,1%. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosi merupakan salah satu faktor yang dapat mencegah perilaku agresi pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektifitas intervensi kecerdasan emosi untuk mencegah perilaku agresi pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam yang dilakukan pada 34 siswa dapat disimpulkan intervensi kecerdasan emosi tergolong efektif untuk mencegah

perilaku agresi pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Kubu Raya.

Saran

1. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk guru untuk dapat memberi teladan yang baik dalam berinteraksi dengan siswa terutama dalam mengelola emosi saat terjadi permasalahan dengan siswa sehingga dapat mencegah perilaku agresi.

2. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk siswa mengenai kecerdasan emosi yang dapat membantu siswa mengelola emosi sehingga siswa dapat mencegah perilaku agresi pada diri siswa.

3. Peneliti Selanjutnya

Pada saat penelitian ini berlangsung peneliti melakukan 3 kali observasi, dari observasi tersebut ditemukan bahwa banyak faktor yang menyebabkan siswa melakukan agresi kepada siswa lain salah satu faktornya karena propokasi dari teman sehingga peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian kembali secara lebih mendalam mengenai kecerdasan emosi dan perilaku agresi.

DAFTAR PUSTAKA

Aunurrahman. (2012). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.

- Akses Online. [https://www. Pikiran-Rakyat.com](https://www.Pikiran-Rakyat.com). edisi 31 Desember 2019, di unduh pada tanggal 25 April 2021 Sepanjang 2019 KPAI terima 153 Pengaduan Kekerasan Fisik Terhadap Siswa.
- Enung, F. (2010). *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: CV. Pustaka Setia
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Kecerdasan Emosi Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hanurawan, F. (2018). *Psikologi Sosial Terapan Untuk Pemecahan Masalah Perilaku Sosial*. Depok: PT. Raja Grafindo Persada.
- Pregiwatiningsih, E. (2013). *Pelatihan Kecerdasan Emosi Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Remaja*. (Tesis diterbitkan). Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah, Malang.
- Sarlito, W.S & Eko, A.M. (2018). *Psikologi Sosial Edisi 2*. Jakarta Selatan: Salemba Humanika.
- Setiawati, R. (2015). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Perilaku Agresi Remaja*. (Skripsi Diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Subhan. (2018). *Psikologi Sosial: Pengantar Dalam Teori dan Penelitian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sundari. 30 Juli 2012. Sebagian Besar Anak Alami Kekerasan di Sekolah. Jakarta Tempo. Diunduh dari <http://www.tempo.com>.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Wowo, S. K. (2014). *BIOPSIKOLOGI: Pembelajaran Perilaku*. Bandung: Alfabeta.