

ARTIKEL

HUBUNGAN PENGELOLAAN EMOSI DENGAN PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK KELAS XII SMK KARTANEGARA KEDIRI TAHUN AJARAN 2019/2020



Oleh:

DINA AYU LESTARI
NPM : 14.1.01.01.0065

Dibimbing oleh :

1. Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd
2. Yuanita Dwi Krisphianti M.Pd

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2020**



SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2020

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Dina Ayu Lestari
NPM : 14.1.01.01.0065
Telepon/HP : 0858-6099-9300
Alamat Surel (Email) : diinaayu27@gmail.com
Judul Artikel : Hubungan Pengelolaan Emosi dengan Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas XII SMK Kartanegara Kediri Tahun Ajaran 2019/2020
Fakultas – Program Studi : FIP- Bimbingan Konseling
Nama Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi : Kampus I Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

| Mengetahui | | Kediri, 28 Januari 2020 |
|--|---|---|
| Pembimbing I | Pembimbing II | Penulis, |
|  <u>Drs. Setya Adi Sancava, M.Pd</u> NIDN. 0712076102 |  <u>Yuanita Dwi Krisphianti M.Pd</u> NIDN. 07080688904 |  <u>Dina Ayu Lestari</u> NPM.14.1.01.01.0065 |

**HUBUNGAN PENGELOLAAN EMOSI DENGAN
PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK KELAS
XII SMK KARTANEGARA KEDIRI
TAHUN AJARAN 2019/2020**

Dina Ayu Lestari

14.1.01.01.0065

FIP – Bimbingan Konseling

aduy1995@gmail.com

Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd dan Yuanita Dwi Krisphianti M.Pd

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini berlatarbelakangi dengan beberapa peristiwa yang terjadi pada peserta didik Kelas XII SMK Kartanegara Kediri diantaranya yaitu berkata-kata kasar, pertengkaran adu mulut, peserta didik yang melawan terhadap personil sekolah, peserta didik yang senang mengganggu, dan peserta didik yang mudah tersinggung. Perilaku agresif yang terjadi di lingkungan sekolah jika tidak segera ditangani dapat mengganggu proses pembelajaran dan perkembangan. Permasalahan pada penelitian ini adakah hubungan pengelolaan emosi dengan perilaku agresif pada peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu (1) untuk mengetahui pengelolaan emosi pada peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri. (2) untuk mengetahui tingkat perilaku agresif pada peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri. (3) untuk mengetahui hubungan pengelolaan emosi dengan perilaku agresif pada peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan teknik yang digunakan penelitian adalah korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMK Kartanegara Kediri. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, sampel yang digunakan sebanyak 20% dari populasi yaitu 40 responden, pengambilan data pada penelitian ini menggunakan angket pengelolaan emosi dan angket perilaku agresif kemudian dianalisis menggunakan korelasi *product moment* dengan bantuan program *software SPSS for windows versi 23*. Hasil analisis korelasi *Product Moment Pearson* diperoleh nilai r hitung sebesar $-0,435 \leq r$ tabel sebesar 0,312 dengan nilai signifikansi sebesar $0,005 < 0,05$ yang artinya ada hubungan positif antara pengelolaan emosi dengan perilaku agresif peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pengelolaan Emosi di kelas XII mayoritas dalam kategori baik dengan jumlah 55%. (2) Perilaku agresif di kelas XII mayoritas dalam kategori rendah dengan jumlah 55%. (3) Ada hubungan negatif antara pengelolaan emosi dengan perilaku agresif peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri. Sehingga bagi peneliti selanjutnya disarankan, dalam penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam tentang pengelolaan emosi dengan perilaku agresif yang pada penelitian ini pengelolaan emosi berhubungan dengan perilaku agresif, dan lebih luas lagi objek penelitiannya, agar diperoleh gambaran yang lebih lengkap lagi, sehingga diharapkan hasil penelitian yang akan datang lebih sempurna dari penelitian ini.

KATA KUNCI : pengelolaan emosi, perilaku agresif

I. LATAR BELAKANG

Sekolah merupakan lembaga formal yang dibuat sebagai sarana dalam mencapai tujuan pendidikan, salah satu tujuan yang diberikan di sekolah adalah untuk mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Begitu pula harus didukung dengan kondisi fisik sekolah dan sarana prasarana. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Nurhayati (2011), bahwa kompleksnya permasalahan yang terjadi dalam kehidupan berbangsa, bernegara, dan bermasyarakat yang mengglobal, menuntut sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, yaitu religius, cerdas, terampil dan mandiri.

Upaya untuk menyiapkan SDM yang berkualitas dan unggul tersebut diperlukan pendidikan yang berkelanjutan, sepanjang hayat yang dimulai sejak usia dini. Melalui pendidikan ini diharapkan individu dapat mengembangkan segenap potensi yang dimilikinya, yang mencakup aspek agama, intelektual, sosial, emosi, dan fisik. Hal ini menunjukkan bahwa tujuan pendidikan adalah mengembangkan sumber daya manusia dalam hal ini peserta didik agar dapat mencapai perilaku positif yang diinginkan, seperti pada aspek agama, intelektual, sosial, emosi, dan fisik.

Belakangan ini tujuan pendidikan atau sekolah yang ideal tersebut tidak selamanya dapat tercapai. Hal ini terbukti dengan adanya berita negatif, baik di media cetak maupun televisi terkait perilaku agresi siswa seperti munculnya kasus tawuran. Apabila semua aspek di dalam sekolah mendukung, siswa akan merasa nyaman dan akan menimbulkan perasaan positif dalam diri mereka, karena siswa termasuk masih dalam usia remaja.

Remaja adalah usia yang produktif dan juga menjadi sebuah usia yang rentan. Karena remaja dipandang sebagai periode perubahan, baik dalam hal fisik, minat, sikap, perilaku, maupun dalam hal emosi. Menurut Mappiareat (dalam Ali dan Asrori, 2004), Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi oleh anak laki-laki maupun anak perempuan, cenderung dihadapi secara emosional sehingga kurang mampu menerima pendapat orang lain yang bertentangan dengan pendapatnya (Djaali, 2014).

Peserta didik mengalami perubahan dalam sistem kerja hormon dalam tubuhnya dan hal ini memberi dampak baik dari segi fisik (terutama organ-organ seksual) dan psikis terutama emosi.

Pergolakan emosi yang terjadi tidak terlepas dari berbagai macam pengaruh, seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktifitas-aktifitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pengelolaan emosi sangat penting untuk membangun hubungan sosial dengan orang lain.

Pengelolaan emosi memerlukan adanya kemampuan pengendalian diri dan mampu mengatur suasana hati. Menurut Fatimah (2006) mengelola emosi berarti “menangani perasaan agar terungkap dengan tepat. Emosi dikatakan berhasil dikelola apabila mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat”. Tidak adanya kemampuan individu untuk mengendalikan diri dimungkinkan akan berdampak terhadap emosi yang tidak terbendung, berperilaku seenaknya dan berperilaku agresif lainnya yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain.

Menurut Willis (2012) jika dipandang dari definisi emosional, pengertian agresif adalah hasil dari proses kemarahan yang memuncak, sedangkan dari definisi motivasional perbuatan agresif adalah perbuatan yang bertujuan untuk menyakiti orang lain. Pergolakan emosi identik

dengan lingkungan interaksi, membuat mereka dituntut untuk menyesuaikan diri secara efektif. Bila aktivitas-aktivitas yang dijalani di sekolah tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energinya, maka sering kali meluapkan kelebihan energinya ke arah yang negatif seperti pergaulan bebas, perkelahian, dan mengkonsumsi obat berbahaya.

Masa remaja sering menunjukkan gejolak emosi baik dalam bentuk luapan emosi positif maupun luapan emosi dalam bentuk negatif yang dimilikinya bila berinteraksi dalam lingkungannya (Djaali, 2014). Seharusnya peserta didik memaksimalkan emosi positif untuk belajar atau kegiatan lain yang bermanfaat. Peserta didik seharusnya mengedepankan intelektualitas sebagai kacamata pandang untuk berperilaku. Tetapi, faktanya mereka justru menggunakan bahasa kekerasan dalam menunjukkan eksistensi diri mereka.

Sekolah seharusnya menjadi tempat yang menyenangkan, tempat yang aman dan sehat, tempat dimana para siswa dapat mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki. Ketika sekolah sudah dicemari dengan perilaku agresif, maka perilaku agresif di sekolah dianggap dapat semakin meluas. Perilaku agresif yang terjadi di lingkungan sekolah jika tidak segera ditangani dapat mengganggu proses

pembelajaran dan perkembangan. Salah satu penyebab munculnya perilaku agresif di lingkungan sekolah adalah rendahnya kematangan emosi pada siswa.

Perkembangan emosi siswa perlu disiapkan dalam program pendidikan atau bimbingan yang memfasilitasi kemampuan pengelolaan emosi siswa dan yang memegang ranah ini adalah bimbingan dan konseling.

Bimbingan dan konseling di sekolah memiliki tujuan untuk membantu individu dalam mengembangkan potensi individu agar mampu mengelola emosinya. Perilaku agresif dapat mengganggu dan merugikan individu lain apabila tidak diberikan pelayanan yang sesuai. Bimbingan dan konseling, khususnya konselor diharapkan mampu untuk menangani dan memberikan bantuan pada siswa yang mempunyai perilaku agresif.

Sekolah seharusnya menjadi tempat yang menyenangkan, tempat yang aman dan sehat, tempat dimana para siswa dapat mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki. Ketika sekolah sudah dicemari dengan perilaku agresif, maka perilaku agresif di sekolah dianggap dapat semakin meluas. Perilaku agresif yang terjadi di lingkungan sekolah jika tidak segera ditangani dapat mengganggu proses pembelajaran dan perkembangan.

Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan saat penulis PPL di SMK Kartanegara Kediri akhir 2017, terlihat beberapa peserta didik Kelas XII diantaranya adanya yang berkata-kata kasar, pertengkaran adu mulut, peserta didik yang melawan terhadap personil sekolah, peserta didik yang senang mengganggu, dan peserta didik yang mudah tersinggung. Hal inilah yang menjadi alasan penulis untuk melakukan penelitian ilmiah dan melakukan pengamatan kembali awal September 2019 ke lokasi yang sama.

Ternyata, kejadian yang sama dengan pengamatan awal masih terlihat. Ketika peserta didik belajar dalam kondisi demikian, maka kemampuan motivasi belajar menjadi kurang maksimal karena adanya hambatan emosi. Orang tua, pendidik dan lingkungan, memiliki peran yang sangat penting dalam mengarahkan potensi yang ada pada diri peserta didik tersebut. Seorang peserta didik tidak boleh dibebaskan mengikuti kemauannya tanpa ada bimbingan dan arahan dari orang tua ataupun pendidik yang dapat meningkatkan dan mengembangkan potensi dasar yang telah dimilikinya.

Pengelolaan emosi ini merupakan dasar bagi penyesuaian dalam kehidupan anak selanjutnya. Kurangnya kemampuan remaja dalam memahami serta mengelola

emosi dalam porsi yang tepat akan mengakibatkan tidak terkendalinya emosi sehingga remaja mudah terlibat dalam tindak kekerasan dan kejahatan serta tindakan lain yang mengarah pada perilaku agresif. Orang yang memiliki pengelolaan emosi berarti telah mampu mengendalikan emosinya secara baik, mengetahui cara dan waktu yang tepat untuk mengungkapkan emosi. Seseorang harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional untuk mencapai pengelolaan emosi.

Sesuai dengan latar belakang penelitian tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Pengelolaan Emosi dengan Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas XII SMK Kartanegara Kediri”.

II. METODE

Variabel penelitian ini terdiri dari satu variabel bebas (X) yaitu pengelolaan emosi dan satu variabel terikat (Y) yaitu perilaku agresif. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif mengutamakan objektivitas penelitian dengan menggunakan angka-angka dan pengolahan statistik (Arikunto, 2013). Penelitian ini menggunakan metode penelitian hubungan simetris

(korelasional). yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengelolaan emosi dengan perilaku agresif peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri.

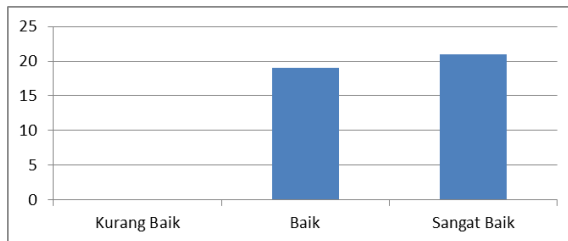
Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri yang memiliki 6 kelas berjumlah 234 peserta didik. Teknik sampel yang digunakan oleh peneliti adalah teknik sampel *Simple random sampling*. Beberapa sampel kemudian dipilih secara acak sebagai wakil dari populasi dengan ketentuan 20% populasi, proses pengambilan sampel dilakukan dengan kertas yang ditulis nama dan kemudian di acak dan dari hasil pengacakan mendapatkan hasil yaitu sebanyak 40 orang.

Instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar peneliti lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2010). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket, yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi data jawaban dari peserta didik mengenai pengelolaan emosi dan perilaku agresif. Analisis data menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dibantu

dengan menggunakan *SPSS 23.00 for windows*.

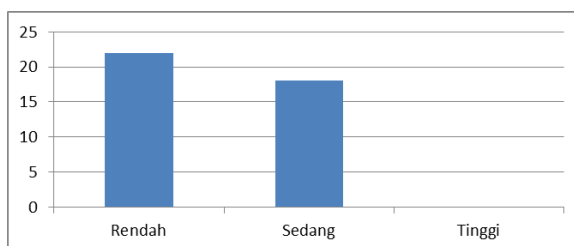
III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah analisis deskriptif, adapun hasilnya adalah sebagai berikut:



Gambar 1.
Grafik Pengelolaan Emosi Peserta Didik
Kelas XII SMK Kartanegara Kediri

Berdasarkan gambar 1 dapat disimpulkan bahwa pengelolaan Emosi di kelas XII mayoritas dalam kategori sangat baik dengan jumlah 21 peserta didik atau 55% dari keseluruhan 40 siswa.



Gambar 2
Grafik Prilaku Agresif Peserta Didik
Kelas XII SMK Kartanegara Kediri

Berdasarkan gambar 2 dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif di kelas XII mayoritas dalam kategori rendah dengan jumlah 22 peserta atau 55% dari keseluruhan 40 siswa.

Setelah mengetahui bahwa data berdistribusi normal dan homogen, selanjutnya adalah melakukan analisis data. Analisis data dengan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* yang nantinya digunakan untuk menguji hipotesis.

Berikut hasil pengujian hipotesis:

Tabel 1. Hasil Analisis Data

| | | Pengelolaan Emosi | Perilaku Agresif |
|-------------------|---------------------|-------------------|------------------|
| Pengelolaan Emosi | Pearson Correlation | 1 | -,435 |
| | Sig. (2-tailed) | | ,005 |
| | N | 40 | 40 |
| Perilaku Agresif | Pearson Correlation | -,435 | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | ,005 | |
| | N | 40 | 40 |

Berdasarkan hasil analisis korelasi *Product Moment Pearson* pada tabel 1 diperoleh nilai r hitung sebesar $-0,435 \leq r$ tabel sebesar 0,312 dengan nilai signifikansi sebesar $0,005 < 0,05$. Dalam penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif antara pengelolaan emosi dengan perilaku agresif peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri. Semakin baik pengelolaan emosi siswa maka semakin rendah perilaku agresifnya, sebaliknya semakin baik pengelolaan emosi siswa maka semakin rendah perilaku agresifnya.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini, remaja cenderung memiliki energi yang besar, emosi yang meluap-luap namun belum

memiliki pengendalian yang sempurna. Ketegangan emosi yang tinggi merupakan akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Keadaan yang demikian tidak jarang menyebabkan remaja mengalami gangguan emosional (Hurlock, 2004).

Hariyadi (2002) mengatakan bahwa gangguan emosi pada masa remaja akan menimbulkan beberapa tingkah laku emosional seperti: agresif atau perusak, rasa takut yang berlebihan, apatis, tingkah laku yang tidak masuk akal seperti melukai diri sendiri. Perilaku agresif merupakan perilaku yang ditujukan untuk menyakiti makhluk hidup lain secara fisik maupun verbal.

Koeswara (2007) menyatakan bahwa faktor penyebab remaja berperilaku agresif bermacam-macam, baik dari dalam individu maupun dari luar individu. Dari dalam diri individu salah satunya pengelolaan emosi. Remaja yang belum stabil dan kurang matang emosinya dapat lebih mudah muncul perilaku agresifnya daripada yang telah matang emosinya.

Koeswara (2007) menyatakan setiap individu akan berbeda dalam cara menentukan dirinya untuk mendekati atau menjauhi perilaku agresif. Ketika telah mencapai kematangan emosi beberapa individu yang memiliki sifat

karakteristik tertentu akan berorientasi untuk menjauhi diri dari perilaku agresif. Hasil penelitian ini memperkuat penelitian yang dilakukan oleh Mukarromah (2008) yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengelolaan emosi dengan perilaku agresif.

IV. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengelolaan emosi dengan perilaku agresif peserta didik kelas XII SMK Kartanegara Kediri. Dengan demikian dapat disarankan bagi guru untuk lebih memperhatikan dan membimbing dalam mengelola emosi siswa-siswinya di sekolah, agar para siswa dapat terjauh dengan teman-teman yang dapat merusak akhlak siswa. dengan keaktifan pendidiknya, maka bimbingan dan pengawasan dapat mencegah kenakalan remaja di sekolah. Sedangkan bagi siswa hendaknya mengelola emosinya secara positif, supaya dapat menurunkan perilaku agresif

V. DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad & Mohammad Asrori. 2014. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, S 2013. *Prosedur Penelitian*



- Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djaali. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Bumi Aksara: Jakarta.
- Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Hariyadi, Sugeng., 2002, *Perkembangan Peserta Didik*, Semarang: IKIP Semarang Press.
- Hurlock, 2004. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Koeswara, E. 2007. *Agresi Manusia*, Bandung: PT Eresco.
- Mukarromah, Emma. 2008. *Hubungan antara Kecerdasan Emosional (Emotional Intelligence) dengan Perilaku Agresif pada Polisi SAMAPTA di Polda Metro Jaya*. Skripsi 2015, UNY Yogyakarta.
- Nurhayati, Eti. 2011. *Psikologi Pendidikan Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Willis, Sofyan S., 2012. *Remaja & Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.