**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN AGRESIVITAS PADA REMAJA**

**NASKAH PUBLIKASI**



*Oleh :*

*Handung Dwipayana*

*15082464*

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

**YOGYAKARTA**

**2019**

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN AGRESIVITAS PADA REMAJA**

# ABSTRAK

Varibel independen pada penelitian ini adalah resiliensi. Resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan tidak berputus asa dari peristiwa buruk atau musibah dan bisa mengambil hikmah dari apa yang terjadi untuk bangkit kembali. Variabel dependen pada penelitian ini adalah agresivitas. Agresivitas merupakan tindakan sengaja yang dilakukan kepada individu lain baik secara langsung maupun tidak, verbal maupun fisik dan aktif maupun pasif sehingga akan menyebabkan sakit baik fisik maupun psikologis bagi individu yang tidak menginginkan datangnya perilaku tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan agresivitas. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara resiliensi dengan agresivitas. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI dan XII di SMA X berjenis kelamin laki-laki sejumlah 148 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Agresivitas dan Skala Resiliensi. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan metode korelasi *product moment* dari *Karl Pearson*. Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan rxy = -0,419 ; p < 0,01, yang berarti terdapat hubungan negatif dan signifikan antara agresivitas dengan resiliensi sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Sumbangan efektif resiliensi terhadap agresivitas sebesar 17,6%.

**Kata Kunci** : agresivitas, resiliensi, remaja

 ***THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND AGGRESSIVENESS IN ADOLESCENT***

# *ABSTRACT*

*The predictor variable in this study is resilience. Resilience is the ability to survive from bad events or calamities and can take lessons from what happens to rise again. The dependet variable in this study is adolescent aggressiveness. Aggressiveness is a deliberate action to others individuals both directly and indirectly, verbally and physically, actively and passively so that it will cause both physical and psychological pain to individuals who do not want that behavior to come. This study aims to determine the relationship between resilience and aggressiveness. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between aggressiveness and resilience. The subjects in this study were male students of class XI and XII at X High School. There were 148 participans in this study. Hypothesis testing is done by using Product Moment Correlation by Karl Pearson. The result of the hypothesis test in this study indicate that rxy = -0,419; p <0,01, which means there is a negative and significant relationship between aggressiveness and resilience, thus the hypothesis was proved. The effective contribution of resilience to aggressiveness is 17,6%.*

*Keywords : aggressiveness, resilience, adolescent*

**PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan masa transisi dalam rentang kehidupan manusia dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja atau *adolescene* berasal dari bahasa Latin *adolescene* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa” baik secara mental, emosional, sosial maupun fisik (Hurlock, 2004). Terdapat beberapa fase perkembangan remaja menurut Hurlock (2004), yaitu fase remaja awal (usia 12 - 15 tahun), remaja pertengahan (usia 15 - 18 tahun) dan masa remaja akhir (usia 18 - 21 tahun). Havighurst (Monks, dkk. 2006) mengemukakan bahwa gejolak emosional dan kebingungan terhadap identitas diri yang dialami remaja menyebabkan remaja belum dapat membangun kontrol emosi dan pengendalian diri yang baik. Monks (2006) menjelaskan bahwa ketidakmampuan remaja dalam menguasai fungsi fisik maupun psikologisnya membuat remaja mengalami gejolak emosional dan tekanan psikologis sehingga lebih mudah untuk berperilaku menyimpang dari aturan-aturan dan norma sosial yang berlaku. Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi hal tersebut akan menyebabkan perasaan gagal yang mengarah pada frustasi dan termanifestasi dalam perilaku agresif serta kekerasan untuk menyakiti diri sendiri maupun orang lain. Pada dasarnya agresivitas selalu menimbulkan kerugian bagi korban, baik secara psikis, fisik dan materi. Agresi dalam tahap ekstrim dapat menimbulkan luka, bahkan kematian (Berkowitz, 2006). Bagi remaja, agresivitas memiliki berbagai macam dampak negatif, antara lain munculnya anggapan buruk dari masyarakat, pengucilan, permusuhan, dikeluarkan dari sekolah, atau bahkan resiko hukuman penjara.

Agresivitas merupakan perilaku atau kecenderungan perilaku yang berniat untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis untuk mengekspresikan perasaan negatifnya sehingga dapat mencapai tujuan yang diinginkan (Buss dalam Nashori, 2009). Menurut Buss (Nashori, 2009) agresivitas dapat dibedakan menjadi beberapa bentuk, yaitu agresivitas fisik aktif langsung, agresivitas fisik pasif langsung, agresivitas fisik aktif tidak langsung, agresivitas fisik pasif tidak langsung, agresivitas verbal aktif langsung, agresivitas verbal pasif langsung, agresivitas verbal aktif tidak langsung, dan agresivitas pasif tidak langsung.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat kasus tawuran di Indonesia meningkat 1,1 persen sepanjang tahun 2018. Angka kasus tawuran yang pada tahun 2017 hanya 12,9 persen, pada tahun 2018 meningkat menjadi 14 persen.

Willis (2010) juga mengungkapkan bahwa penyebab agresivitas secara umum berasal dari dua faktor, yaitu faktor internal individu itu sendiri dengan potensi yang dimilikinya dan faktor dari luar individu, yaitu faktor keluarga, mayarakat, dan sekolah yang merupakan rangsangan untuk memengaruhi dan membentuk perilaku seseorang. Faktor internal meliputi faktor bawaan yang bersumber dari dalam individu. Ketidakmampuan individu untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi dalam hidup, diri sendiri, dan lingkungan sosial, kurangnya dasar keimanan serta kemampuan untuk memilih teman bergaul dapat memicu pembentukan perilaku negatif.

Remaja seringkali dihadapkan pada pengalaman yang tidak menyenangkan berupa kemalangan atau ketidakberuntungan dalam hidupnya. Kemalangan juga dapat terjadi dalam kehidupan sehari-hari, misalnya dalam bentuk ketidakharmonisan keluarga, perceraian, kekerasan, alkoholisme, kematian, kehilangan sesuatu atau orang yang dicintai, kecelakaan, perampokan maupun tindak kriminal yang dilakukan orang lain (Grotberg dalam Alwisol, 2007). Pada situasi tertentu saat kemalangan tidak dapat dihindari, seseorang perlu memiliki daya lentur (resiliensi) untuk dapat bertahan dan mengatasi berbagai permasalahan kehidupan mereka. Resiliensi merupakan faktor protektif (personal, sosial, keluarga dan institusional) yang membantu individu atau kelompok untuk tetap bertahan terhadap tekanan hidup (Frutoz & Vicen, 2014). Resiliensi memiliki peran sebagai faktor protektif yang memiliki hubungan negatif dengan perilaku beresiko pada remaja (Hunter dalam Nourian dkk, 2016).

Reivich & Shatter (2002) mengemukakan bahwa resiliensi adalah kapasitas untuk merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari. Reivich & Shatter (2002) menjelaskan bahwa keberadaan resiliensi akan mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, ketidakberdayaan menjadi kekuatan, korban menjadi penyintas, dan membuat penyintas terus bertumbuh. Resiliensi memungkinkan remaja untuk mampu mengatasi kesulitan secara lebih efektif. Resiliensi akan memunculkan fleksibilitas individu ketika menghadapi kesengsaraan atau kesulitan, kemampuan menganalisis masalah secara objektif dan meningkatkan kemampuan dalam memperbaiki situasi. Seorang remaja yang memiliki resiliensi tinggi akan memiliki pengaturan tinggi terhadap emosi dan dorongan, sehingga tidak mudah begitu saja terpancing untuk menyerang atau melukai orang lain.

Berdasarkan paparan permasalahan di atas, rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah, “Apakah terdapat hubungan antara resiliensi dengan agresivitas remaja?

**METODE PENELITIAN**

Subjek penelitian ini adalah siswa laki-laki SMA X Klaten kelas XI dan XII yang berjumlah 148 orang dengan usia 16-18 tahun. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Skala Agresivitas dan Skala Resiliensi. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson* dengan bantuan program IBM Statistics SPSS for Windows versi 16.0.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis *Product Moment* diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara agresivitas dengan resiliensi pada subjek penelitian. Koefisien korelasi yang diperoleh sebesar rxy = -,419 dengan p <0,01. Koefisien korelasi yang bernilai negatif tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi resiliensi maka agresivitas akan semakin rendah dan sebaliknya apabila resiliensi semakin rendah maka agresivitas akan semakin tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan adanya hubungan negatif antara resiliensi dengan agresivitas remaja dapat diterima.

Berdasarkan mean hipotetik, agresivitas pada subjek penelitian berada pada kategori sangat rendah, yatu sebanyak 100 subjek (67,57%). Sementara untuk resiliensi subjek penelitian berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 103 subjek (69,59%).

Hubungan negatif antara resiliensi dengan agresivitas remaja dalam penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Werner (Kim dkk, 2015) bahwa sepertiga dari kelompok individu yang pernah mengalami *early life stress* tetap tumbuh sebagai individu yang sehat, kompeten tanpa adanya psikopatologi yang serius seperti depresi, kecemasan, dan agresivitas. Werner (Akbari, 2017) menjelaskan bahwa individu yang *resilient* memiliki agresivitas yang lebih rendah dan skor kesehatan mental yang tinggi. Selan itu, penelitian yang dilakukan oleh Kim, dkk (2015) membuktikan bahwa resiliensi memiliki hubungan yang negatif dengan agresivitas terutama pada faktor regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme dan analisis penyebab masalah. Penelitian yang dilakukan oleh Akbari (2017) juga membuktikan bahwa pelatihan resiliensi efektif untuk menurunkan agresivitas dan meningkatkan kebahagiaan individu.

Reivich & Shatte (2002) juga mengemukakan bahwa resiliensi akan memunculkan fleksibilitas individu ketika menghadapi kesengsaraan atau kesulitan, kemampuan menganalisis masalah secara objektif dan meningkatkan kemampuan dalam memperbaiki situasi. Seorang remaja yang memiliki resiliensi tinggi akan memiliki pengaturan tinggi terhadap emosi dan dorongan, sehingga tidak mudah begitu saja terpancing untuk menyerang atau melukai orang lain.

Resiliensi memilki nilai koefisien derterminasi ($R^{2}$) sebesar 0,176 sehingga resiliensi memiliki kontribusi sebesar 17,6% dari total faktor yang dapat mempengaruhi agresivitas remaja. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat 82,4% dari faktor-faktor lain yang dapat menurunkan agresivitas remaja. Faktor lain yang dapat menjadi kontributor dalam menurunkan agresivitas remaja seperti faktor internal lain dari individu itu sendiri ataupun faktor dari luar individu seperti faktor keluarga, mayarakat, dan sekolah yang merupakan rangsangan untuk memengaruhi dan membentuk perilaku seseorang. Wilis (2010) mengemukakan bahwa keluarga merupakan sumber utama atau lingkungan yang utama penyebab agresivitas remaja. Hal ini disebabkan karena anak hidup dan berkembang bermula dari keluarga. Hubungan antara anak dan orangtua, hubungan dengan anggota keluarga lain, serta pola asuh orangtua juga memengaruhi agresivitas. Seringnya terjadi pertengkaran antara suami-istri akibat masalah ekonomi keluarga, menyebabkan kehidupan keluarga menjadi tidak harmonis lagi dan pada gilirannya memengaruhi tingkah laku anak ke arah negatif.

Selain itu faktor lain yang dapat mempengaruhi agresivitas remaja adalah faktor sekolah (Wilis, 2010). Sekolah merupakan tempat pendidikan kedua setelah keluarga. Sekolah cukup berperan dalam membina anak untuk menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab. Dalam rangka pembinaan anak didik ke arah kedewasaan itu kadang-kadang sekolah juga menjadi penyebab dari timbulnya agresivitas remaja. Hal ini dapat bersumber dari pola pertemanan di dalam sekolah, seperti dengan munculnya geng-geng siswa, sistem sekolah yang terlalu mengedepankan kedisiplinan, sehingga hukuman fisik dianggap hal wajar, maupun metode pengajaran yang terlalu otoriter sehingga anak tidak diberikan kesempatan mengemukakan pendapat. Hal tersebut menunjukkan bahwa resiliensi saja tidaklah cukup untuk mempengaruhi atau menurunkan agresivitas remaja.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, pemaparan hasil, dan pembahasan, maka dapat peneliti simpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara resiliensi dengan agresivitas remaja dengan tingkat korelasi rxy= -0,419 (p<0,01). Semakin tinggi resiliensi yang dimiliki maka agresivitas akan semakin rendah dan semakin rendah resiliensi yang dimiliki maka agresivitasnya akan semakin tinggi. Hubungan negatif tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima. Resiliensi berkontribusi sebesar 17,6% dari total faktor yang dapat mempengaruhi agresivitas remaja. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat 82,4% faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi agresivitas remaja. Faktor tersebut dapat berupa faktor internal lain dan faktor dari luar diri seperti keluarga, masyarakat, dan sekolah.

**SARAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara resiliensi dengan agresivitas remaja. Oleh karena itu, diharapkan remaja dapat meningkatkan resiliensi diri sehingga dapat membantu remaja untuk bersosialisasi dengan lebih baik, memiliki keahlian dalam memecahkan masalah, berpikir kritis, memiliki, menjalani hidup yang lebih terarah dan jelas serta terhindar dari perilaku maladaptif, agresivitas, frustasi, alkoholisme dan lain sebagainya ketika dihadapkan dengan berbagai macam permasalahan dalam hidup.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa resiliensi berkontribusi sebesar 17,6% dari total faktor yang dapat mempengaruhi agresivitas remaja. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat 82,4% faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi agresivitas remaja. Oleh karena itu peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk mengkaji faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi agresivitas remaja seperti faktor internal lain atau faktor dari luar diri seperti keluarga, masyarakat dan sekolah. Selain itu, reliliensi yang terbukti memiliki hubungan negatif dengan agresivitas dapat menjadi pertimbangan tambahan sebagai faktor yang dapat mempengaruhi agresivitas remaja.

**DAFTAR PUSTAKA**

Akbari, B. (2017). Effectiveness of Training Psychological Resilience on Aggression and Happiness among Students. *Journal of Holistic Nursing and Midwifery*, 27 (1),1-7.

Alwisol*.* (2007)*.* *Psikologi Kepribadian*. Malang: Universitas Muhammadiyah. Malang Press.

Berkowitz, L. (2006). *Emotional Behavior*, Jakarta: CV. Teruna Grafika.

Frutoz, T.H. & Vicen, N.O. (2014). Factors of Risk and Protection/Resilience in Adelescent Scholar Bullying. *Revista Internacional de Sociologia (RIS)*, Vol. 72, No. 3, Hal 583-608.

Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Kim, J., Seok J., Choi, K., Jon, D., Hong,H.J., Hong, N. & Lee, E. (2015). The Protective Role of Resilience in Attenuating Emotional Distress and Aggression Associated with Early-Life Stress in Young Enlisted Military Service Candidates. *Journal Korean Medical Sciences*, 30, 1667-1674.

Monks, F.J., Knoers, A.M.P & Haditono, S.R. (2006). *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada Press.

Nashori, F. (2009). *Psikologi Sosial Islami*. Bandung: PT. Refika Aditama

Nourian, M., Shahboulaghi, F.M., Tabrizi, K.N., et al. (2016). Resilience and its Contributing Factors in Adolescents in Long-Term Residential Care Facilities Affiliated to Tehran Welfare Organization. *IJCBNM*, Vol. 4, No. 4, Hal 386-396.

Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resiliency Factor*. New York : Broadway Books.

Sari, D. S. (2014). Studi Mengenai Resiliensi Remaja di Kabupaten Gunung Kidul. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran.

Willis, S.S. (2010). *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: CV Alfabeta.