

## GAMBARAN TINGKAT MARAH DAN PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA

Rini Hayati<sup>1</sup>, Syaiful Indra<sup>2</sup>  
konselorrinihayati@gmail.com  
[syaiful@konselor.org](mailto:syaiful@konselor.org)

### **Abstrak**

*Penelitian ini dilatarbelakangi oleh gejala emosi remaja dan masalah remaja pada umumnya disebabkan oleh adanya konflik peran sosial, perilaku agresif merupakan manifestasi dari Marah. Remaja yang memiliki tingkat Marah yang tinggi dan beresiko berperilaku agresif perlu mendapat perhatian dan penanganan yang tepat dalam pengelolaan Marah sehingga dapat mengendalikan dorongan perilaku agresifnya. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan marah dan (2) mendeskripsikan perilaku agresif pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis deskriptif korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa MTs.S Lab.IKIP Al Washliyah Medan yang berjumlah 409 orang, sampel berjumlah 203 orang, yang dipilih dengan teknik proportional stratified random sampling. Untuk mengukur tingkat marah dengan perilaku agresif pada remaja menggunakan skala likert. Data dianalisis dengan statistik deskriptif, korelasi. menggunakan Pearson Correlation. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa: (1) gambaran marah berada pada kategori sedang, (2) gambaran perilaku agresif berada pada kategori sedang, Implikasi hasil penelitian tersebut dapat dijadikan masukan untuk membuat program layanan bimbingan konseling yang dapat mengontrol marah serta mengendalikan diri dalam berperilaku agresif pada siswa yang berusia remaja di MTs.S Lab IKIP Al Washliyah Medan.*

**Kata kunci:** marah, perilaku agresif, remaja

### **Abstrack**

*This research is motivated by teenage emotional turmoil and adolescent problem is generally caused by social role conflict, aggressive behavior is a manifestation of anger. Adolescents with high levels of anger and at risk of aggressive behavior should receive appropriate attention and management in anger management so as to control the drive of aggressive behavior. This study aims to: (1) describe anger and (2) to describe aggressive behavior in adolescents. This research uses quantitative method of correlational descriptive type. The population of the study were all students of MTsS Lab.IKIP Al Washliyah Medan which amounted to 409 people, a sample of 203 people, selected by proportional stratified random sampling technique. To measure anger levels with aggressive behavior in adolescents using Likert scale. Data were analyzed with descriptive statistics, correlation. using Pearson Correlation. The research findings show that: (1) the angry picture is in the medium category, (2) the description of aggressive behavior is in the medium category, the implications of the research results can be used as input to counseling guidance program that can control anger and control them selves in aggressive behavior on students in MTs.S Lab IKIP Al Washliyah Medan.*

**Keyword:** anger. aggressive behavior, adolescent

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap perkembangan, peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja tergolong singkat, tetapi merupakan masa yang sangat sulit, baik bagi remaja itu sendiri maupun bagi orang-orang di sekitar yang ikut serta mendampingi remaja, seperti orangtua, guru dan lain-lain. Pada tahap perkembangan ini, individu mulai mencari jati diri, menunjukkan eksistensi dalam pergaulan dan berinteraksi dengan orang lain, serta berusaha untuk menunjukkan kedirian, yang sering ditampilkan dengan perilaku tidak wajar dan bertentangan dengan norma yang berlaku di lingkungan sosial remaja. Masa remaja merupakan masa yang rentan dengan perubahan, karena terjadi ketidakseimbangan dan ketidakstabilan pada emosional, hubungan sosial remaja, serta mulai mencari identitas dirinya dengan pola hubungan sosial yang mulai berubah.

Gohm dan Clore (dalam Triantoro Safaria, 2009: 13) mengemukakan ada dua jenis emosi yaitu emosi positif dan negatif. Emosi positif (emosi yang menyenangkan) yaitu emosi yang menimbulkan perasaan positif pada orang yang mengalaminya, diantaranya adalah cinta, sayang, senang, gembira, kagum dan sebagainya. Emosi negatif (emosi yang tidak menyenangkan) yaitu emosi yang menimbulkan perasaan negatif pada orang yang mengalaminya diantaranya adalah sedih, benci, takut, marah dan lain sebagainya. Tindak kekerasan merupakan suatu tindakan yang berhubungan dengan perilaku agresif, dimana adanya atribusi internal seseorang yaitu niat jahat, marah, frustrasi, intensitas, motif, atau kesengajaan untuk menyakiti atau

merugikan orang lain sehingga dapat menghasilkan korban (Sarwono, 2011).

Berkowitz (1995) mengatakan bahwa perilaku agresif merupakan manifestasi dari marah yang dimiliki oleh individu. Remaja yang pemarah dan agresif sering mengalami bias dalam mempersepsi situasi sosial, hal ini mendorong mereka untuk berperilaku agresif ketika menghadapi konflik atau kondisi yang tidak menyenangkan.

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk (1) mendeskripsikan tingkat marah pada remaja (2) mendeskripsikan tingkat perilaku agresif pada remaja yaitu siswa MTs.S Lab.IKIP Al Washliyah Medan.

## 2. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis deskriptif korelasional. Penelitian akan mendeskripsikan marah dan perilaku agresif remaja yang akan diungkap dari pengolahan data berdasarkan instrumen yang akan diadministrasikan oleh peneliti. Untuk melihat hubungan antara marah (X) perilaku agresif remaja (Y) menggunakan teknik analisa data *Pearson Correlation*

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa model skala *Likert*. Data yang telah terkumpul akan dianalisis dengan cara menghitung skor rata-rata marah dan perilaku agresif pada remaja. Kemudian mendeskripsikan data tentang marah dan perilaku agresif siswa, norma kategori diklasifikasikan marah dan perilaku agresif pada remaja dapat dibagi dalam tiga kriteria yaitu, tinggi, sedang dan rendah

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Hasil**

Tabel 1.  
*Distribusi Frekuensi Marah*

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
X > 90	Tinggi	32	15,8
67 X 90	Sedang	144	70,9
67 > X	Rendah	27	13,3

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa dari keseluruhan sampel yang berjumlah 203 siswa, sebagian besar marah mereka berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 144 siswa atau dapat dipersentasekan 70,9%. Selanjutnya disusul pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensinya 32 siswa atau dapat dipersentasekan sebesar 15,8%, kemudian pada kategori rendah dengan frekuensi sebanyak 27 siswa dengan persentase sebanyak 13,3%.

Tabel 2.  
*Distribusi Frekuensi Perilaku Agresif*

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
X > 129	Tinggi	31	15,3
92 X 129	Sedang	134	66
92 > X	Rendah	38	18,7

Berdasarkan Tabel.2 terlihat bahwa dari keseluruhan sampel yang berjumlah 203 siswa, sebagian besar perilaku agresif mereka berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 134 siswa atau dapat dipersentasekan 66%. Selanjutnya disusul pada kategori rendah dengan jumlah frekuensinya 38 siswa atau dapat dipersentasekan sebesar 18,7%, kemudian pada kategori tinggi dengan frekuensi 31 siswa dengan persentase sebesar 15,3%.

**Pembahasan**

Marah merupakan sifat dasar bagi manusia, marah merupakan sesuatu yang normal dan merupakan perasaan yang dimiliki setiap individu. Namun sangatlah penting untuk membedakan antara marah, agresi dan kekerasan yang sering kali disamakan. Marah merupakan potensi perilaku, yakni emosi yang dirasakan dalam diri seseorang. Sedangkan agresif atau kekerasan merupakan perilaku yang muncul akibat emosi tertentu, khususnya marah. Emosi marah tidak harus berujung pada perilaku agresi, marah yang dikelola dengan baik akan memunculkan perilaku yang dapat diterima norma sosial seperti perilaku asertif, namun jika marah tidak mampu dikelola dengan baik, maka marah dapat berdampak pada munculnya perilaku agresi atau kekerasan yang tidak diterima norma sosial.

Semua interaksi sosial yang dilakukan seorang individu memunculkan emosi dalam diri setiap individu. Seperti putus pacar pada remaja memunculkan emosi sedih sehingga berperilaku menarik diri atau murung dan bahkan kaki yang tidak sengaja terinjak juga akan memunculkan emosi marah. Sedangkan marah merupakan reaksi terhadap sesuatu hambatan yang menyebabkan gagalnya suatu usaha atau perbuatan. Marah yang timbul seringkali diiringi oleh berbagai ekspresi perilaku. Kebanyakan perilaku seseorang yang merupakan hasil dari pembelajaran, yakni dengan memperhatikan orang lain, terutama orang-orang yang berpengaruh. Orang-orang tersebut adalah orang tua, anggota keluarga yang lain, guru dan teman. Jika seorang anak memperhatikan orang tuanya mengekspresikan marah dengan perilaku agresif, seperti mencaci-maki

dan tindak kekerasan, sangat mungkin bahwa anak tersebut akan melakukan hal yang sama ketika mengekspresikan marah karena ia telah belajar perilaku yang demikian. Perilaku ini dapat diubah dengan cara mempelajari perilaku baru dalam mengekspresikan marah, sehingga tidak perlu lagi mengekspresikan marah dengan cara berperilaku agresif dan juga keras.

Marah merupakan faktor predisposisi dari perilaku agresif dan marah itu paralel dengan dorongan agresif (Berkowitz, 2003), sehingga intervensi terhadap Marah perlu dilakukan sebagai sarana mengurangi perilaku agresif seseorang. Tingkat Marah yang tinggi di kalangan remaja awal sering terwujud dalam perilaku kejahatan, antisosial, kekerasan, prestasi belajar rendah, dan lemahnya kesehatan fisik dan mental yang berlangsung hingga masa remaja akhir dan dewasa.

#### 4. KESIMPULAN

1. Secara umum gambaran marah siswa berada pada kategori sedang,

dengan frekuensi sebesar 144 siswa dengan persentase 70,9%.

2. Secara umum gambaran perilaku agresif siswa tergolong pada kategori sedang dengan frekuensi sebesar 134 dengan persentase sebesar 66%.
3. Gambaran marah siswa sebesar 70,9% dan perilaku agresif siswa sebesar 66%, sama-sama berada pada kategori sedang

#### DAFTAR RUJUKAN

- Berkowitz, L. 2003. *Aggression Its Causes, Cosequences and Control* Terjemahan oleh Susiatni Hartatni Woro: Agresi 1 sebab dan akibatnya Jakarta: Pustaka Binama Pressindo.
- Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra. (2009). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sarwono, Sarlito W dan Meinarno, Eko A. 2011. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.