

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya perilaku merupakan segala sesuatu yang dilakukan individu dan yang dapat diobservasi baik secara langsung maupun tidak langsung. Perilaku dapat diukur dengan melihat apa yang dilakukan seorang individu dan mendengarkan apa yang dikatakannya, sehingga dapat dibuat suatu kesimpulan mengenai perasaan, sikap, pemikiran dan proses mental yang melatarbelakangi dan yang sedang terjadi. Seperti dikemukakan oleh Mubarak (2000) bahwa perilaku manusia dapat berwujud perbuatan, perkataan baik yang disengaja maupun yang tidak disengaja, dan juga dapat bersifat fisik serta kegiatan mental.

Azwar (1997) mengatakan bahwa perilaku merupakan reaksi yang dapat bersifat sederhana atau kompleks, artinya stimulus yang sama belum tentu menimbulkan reaksi yang sama. Perilaku yang dilakukan oleh beberapa orang belum tentu bermakna satu, tetapi mungkin memiliki dua makna atau lebih. Menurut Baron dan Byrne (1994) perilaku yang mempunyai tujuan menyakiti badan atau perasaan disebut agresi. Perilaku agresi mempunyai konsekuensi hampir sama dengan kenakalan pada umumnya, akan tetapi cakupan korban lebih luas yaitu diri sendiri atau orang lain. Jadi perilaku agresi dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Kecenderungan perilaku agresi adalah keinginan subyek untuk melukai badan atau perasaan baik pada diri sendiri atau orang lain dengan kata-kata atau alat.

Agresivitas remaja khususnya pelajar dalam tindak kekerasan menunjukkan tingkat yang mengkhawatirkan. Melalui situs [www. jogyes.blogspot.com](http://www.jogyes.blogspot.com) (2007) Kapolda dan Kaditserse Polda diketahui Di DIY selama tahun 2006 di Yogyakarta dari 350 pelaku kejahatan yang diamankan, 95 diantaranya berstatus mahasiswa, 41 pelajar, 22 karyawan, dan sisanya pengganggu, preman, dan mereka yang “berprofesi” sebagai pembuat rusuh. Data tersebut menunjukkan bahwa hampir 40 persen dari pelaku kejahatan kekerasan adalah mahasiswa dan pelajar yang berusia muda. Kompascybermedia.com (2008) juga memberitakan tawuran antar mahasiswa, di beberapa tempat yaitu Jakarta, Makassar, Medan, Bandung. Dikabarkan pula adanya beberapa korban jiwa dari akibat tawuran tersebut. Berita-berita di televisi yang menayangkan agresivitas pada sebagian masyarakat Indonesia setiap hari juga dapat dilihat ataupun juga berita dari koran maupun internet.

Pada sistem pendidikan nasional diadakan pengatur pendidikan khusus yang diselenggarakan untuk peserta didik yang menyandang kelainan fisik, mental, atau perilaku diantaranya yaitu tunalaras. Menurut Depdikbud (2003) tunalaras adalah anak yang mengalami gangguan atau hambatan emosi dan berkelainan tingkah laku serta kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya. Anak tunalaras mempunyai tabiat atau kebiasaan menyimpang dari anak normal lainnya, baik dari segi emosi ataupun tingkah laku. Anak tunalaras umumnya kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya, baik keluarga, sekolah maupun masyarakat sekitarnya.

Dalam sistem pendidikan nasional diadakan pengaturan pendidikan khusus yang diselenggarakan untuk peserta didik yang menyandang kelainan fisik dan atau mental. Peserta didik yang menyandang kelainan demikian juga memperoleh pendidikan yang layak, sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang Dasar 1945 yang dalam hal ini menyatakan dengan singkat dan jelas bahwa *“Tiap-tiap warga negara berhak mendapatkan pengajaran”* yang ditegaskan dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menyatakan bahwa *“Warga Negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus”* Hak masing-masing warga negara untuk memperoleh pendidikan dapat diartikan sebagai hak untuk memperoleh pengetahuan, kemampuan, dan keterampilan yang sekurang-kurangnya setara dengan pengetahuan, kemampuan, dan keterampilan tamatan pendidikan dasar. Tentu saja kelainan yang disandang oleh peserta didik yang bersangkutan menuntut penyelenggaraan pendidikan sekolah yang lain dari pada penyelenggaraan pendidikan sekolah biasa. Oleh sebab itu, jenis pendidikan yang diadakan bagi peserta didik yang berkelainan disebut Pendidikan Luar Biasa.

Saat ini satu unit di bawah Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, yaitu Direktorat Pendidikan Luar Biasa memikul tanggung jawab atas pelayanan pendidikan bagi peserta didik penyandang kelainan untuk tingkat nasional. Untuk tingkat daerah, unit yang bertanggung jawab atas Pendidikan Luar Biasa adalah Subdin PLB/Subdin yang menangani PLB pada Dinas Pendidikan Propinsi. Lembaga Pendidikan Luar Biasa yang ada sekarang ini adalah Sekolah Luar Biasa

(SLB), Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB), dan Pendidikan Terpadu. Ada beberapa jenis Sekolah Luar Biasa (SLB) yaitu Sekolah Luar Biasa bagian Tunanetra (SLB bagian A), Sekolah Luar Biasa bagian Tunarungu (SLB bagian B), Sekolah Luar Biasa bagian Tunagrahita (SLB bagian C), Sekolah Luar Biasa bagian Tunadaksa (SLB bagian D), Sekolah Luar Biasa bagian Tunalaras (SLB bagian E), dan Sekolah Luar Biasa bagian Tunaganda (SLB bagian G).

Permasalahan yang dihadapi tunalaras seringkali merupakan permasalahan yang khas, terutama jika dilihat dari interaksi sosial yang hendak dibangunnya di dalam masyarakat. Pandangan negatif masyarakat mengakibatkan mereka sering kurang mendapat tempat di masyarakat karena anak seperti ini dianggap memiliki perilaku sosial yang buruk. Hal ini berarti dibutuhkan suatu pendidikan kekhususan yang dikenakan kepada para penyandang cacat tunalaras. Sebagai implikasinya maka pemerintah menyelenggarakan pendidikan anak tunalaras SLB-E.

Menurut buku Bimbingan khusus bagi Anak Tunalaras (1992) di dalam kurikulum SLB-E dijelaskan bahwa : Anak tunalaras adalah anak yang mengalami gangguan atau hambatan emosi dan berkelainan tingkah laku serta kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya. Undang-undang Pendidikan Luar Biasa (1992) ayat 4 tertulis: Tunalaras adalah gangguan atau hambatan atau kelainan tingkah laku sehingga kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Berdasarkan pengertian tersebut maka anak tuna sosial dicermati sebagai anak yang mengalami hambatan emosional dan kelainan tingkah laku, sehingga kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik

terhadap lingkungannya yang sewajarnya. Kelainan tingkah laku pada anak tunalaras salah satunya adalah kenakalan dalam bentuk perilaku agresi..

Banyak faktor yang dapat menyebabkan timbulnya agresi pada tunalaras. Davidoff (1995) menjelaskan perilaku agresi dapat disebabkan oleh faktor dari dalam diri individu yaitu faktor biologis, misalnya penyakit tumor atau luka pada otak. Faktor ini berasal dari dalam diri individu itu sendiri yaitu adanya suatu penyakit atau luka pada otak. Luka atau peradangan pada otak menyebabkan seseorang dapat kehilangan penguasaan atas diri sendiri. Sebuah contoh kasus dipaparkan oleh Davidoff (1995) sebagai berikut: “Charles Whitman, seorang mahasiswa Universitas Texas menghimbau dan mengemukakan keluhan pada dokternya bahwa ia sering merasa terdorong tanpa terkendalikan untuk berbuat kejam. Sewaktu ketika ia naik ke menara sekolah dengan membawa senapan dan menembaki siapa saja yang lewat di bawahnya, sehingga banyak yang terbunuh. Ketika bedah mayat dilakukan pada Whitman ditemukan tumor ganas yang cukup besar di otaknya di daerah *amygdala*. Kerusakan di amygdala dikaitkan dengan timbulnya amarah yang hebat.

Faktor lain di kemukakan oleh Stein (dalam Davidoff, 1995) dalam hasil eksperimennya terhadap 97 anak balita memaparkan bahwa anak-anak yang kadar agresinya normal akan menjadi lebih besar kecenderungan bertindak agresif setelah melihat adegan-adegan kekerasan di televisi. Ketika seseorang menyaksikan kekerasan atau kekejaman yang menyakitkan, maka tampak bahwa sistem saraf otonom akan bekerja dan ekspresi wajah akan memperlihatkan bahwa seolah-olah dia turut merasakan sendiri. Perasaan simpati ini akan mendorong orang tersebut untuk

menolong orang yang menderita, tetapi anak-anak yang suka melihat adegan kekerasan di televisi dalam jumlah cukup banyak memperlihatkan bahwa cara kerja sistem saraf otonom semakin menipis. Menurut Willis (1991), faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya perilaku agresi antara lain. Kondisi pribadi baik fisik maupun psikis yang dimiliki individu, lemahnya kontrol diri terhadap lingkungan, termasuk di dalamnya yaitu pengendalian terhadap emosi. Selain itu lingkungan keluarga yang kurang memberi kasih sayang dan perhatian, keadaan ekonomi keluarga yang lemah dan keluarga yang kurang harmonis.

Ulasan-ulasan di atas menunjukkan bahwa dorongan agresi berkembang dan terwujud oleh beberapa sebab yang mempengaruhinya. Ada kalanya dorongan agresi termanifestasi dalam wujud perilaku agresi akan tetapi dorongan agresi juga dapat terwujud dalam bentuk emosi agresi. Hal ini tampak pada ekspresi wajah dan dorongan agresi seperti ini hanya menjadi keinginan agresi atau kecenderungan agresi saja. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa tunalaras dan staf pengajar SLBE Bina Putera Surakarta berbagai bentuk perilaku agresi yang muncul antara lain:

Tabel 1.1
Bentuk Perilaku Agresi Tunalaras

Bentuk agresi	Deskripsi perilaku	Penyebab
Fisik	perkelahian (30%), mencuri (10%) mengompas (10), minum-minuman keras (20%), hamil pranikah (2%)., merusak fasilitas sekolah (28)	bersenggolan; persaingan mendapat perhatian dari lawan jenis, mendapat penghinaan dari orang lain, tersinggung,
Verbal	menolak mengerjakan tugas (25%), berkata kasar dan jorok (50%) membantah guru (20%).	disakiti orang lain, masalah keluarga.

Sumber : Wawancara dengan staf pengajar dan siswa tunalaras Bina Putera (2010)

Proses sosialisasi terjadi dalam kehidupan sehari-hari melalui interaksi sosial dengan menggunakan media atau lingkungan sosial tertentu. Oleh sebab itu, kondisi kehidupan lingkungan tersebut akan sangat mewarnai dan mempengaruhi input dan pengetahuan yang diserap. Salah satu variasi dari teori yang menjelaskan kriminalitas di daerah perkotaan, bahwa beberapa tempat di kota mempunyai sifat yang kondusif bagi tindakan kriminal oleh karena lokasi tersebut mempunyai karakteristik tertentu Eitzen, (1986) mengatakan tingkat agresivitas yang tinggi umumnya berada pada bagian wilayah kota yang miskin, dampak kondisi perumahan di bawah standar, *overcrowding*, derajat kesehatan rendah dari kondisi serta komposisi penduduk yang tidak stabil. Sutherland dalam (Eitzen,1986) beranggapan bahwa seorang belajar untuk menjadi agresif melalui interaksi. Apabila lingkungan interaksi cenderung devian, maka seseorang akan mempunyai kemungkinan besar untuk belajar tentang teknik dan nilai-nilai devian yang pada gilirannya akan memungkinkan untuk menumbuhkan tindakan agresi.

Melalui pendekatan individual perilaku agresi pada tunalaras secara tidak langsung berhubungan dengan kondisi emosi yang dimiliki oleh seseorang. Albin (1995) mengemukakan emosi merupakan suatu proses kemampuan individu menempatkan segala perasaannya dengan tepat dan benar. Salah satu aspek yang penting yaitu aspek afeksi yang didalamnya terdapat emosi, di mana kata emosi sering terungkap dalam setiap aktifitas, tingkah laku dan pembicaraan individu. Setiap individu pernah mengalami atau merasakannya seperti sedih, malu, gembira, takut,

benci, kecewa dan sebagainya yang dapat mempengaruhi bagaimana individu tersebut dalam bertindak dan berbuat.

Pengendalian emosi yang lemah dapat menyebabkan seseorang sulit mengontrol perilaku sehingga dapat memicu timbulnya perilaku agresi. Seperti dikemukakan oleh Hurlock (2001) ciri-ciri individu yang menunjukkan kurangnya pengendalian emosi antara lain: kemarahan yang meledak-ledak, mempunyai kebencian terhadap sesuatu., mempunyai kepekaan diri yang tinggi terhadap situasi yang menjengkelkan.

Stein dan Book (2002) berpendapat bahwa orang yang tidak bisa mengendalikan rangsangan-rangsangan emosi akan mempunyai sifat-sifat, sering merasa frustrasi, impulsif, sulit mengendalikan amarah, bertindak kasar, kehilangan kendali diri, menunjukkan perilaku yang meledak-ledak dan tidak terduga.

Bahri (2002) mengemukakan beberapa sifat orang yang belum mengendalikan emosinya, yaitu : Sering marah-marah, dan suka menghina, kasar dan suka mengamuk, tidak mempunyai sikap adil, tinggi hati dan ingin berkuasa dengan menunjukkan kelebihanannya, tidak mempunyai rasa toleransi, kasar, keras dan kaku, suka mengomel, mencela dan sarkatis. Hambatan emosional pada anak tunalaras berhubungan dengan kondisi kestabilan emosi yang dimiliki. Albin (1995) mengemukakan kestabilan emosi merupakan suatu proses kemampuan individu menempatkan segala perasaannya dengan tepat dan benar. Salah satu aspek yang penting yaitu aspek afeksi yang didalamnya terdapat emosi, di mana kata emosi sering terungkap dalam setiap aktifitas, tingkah laku dan pembicaraan individu. Setiap

individu pernah mengalami atau merasakannya seperti sedih, malu, gembira, takut, benci, kecewa dan sebagainya yang dapat mempengaruhi bagaimana individu tersebut dalam bertindak dan berbuat.

Kecakapan utama dalam pengolahan emosi adalah kemampuan berfikir positif, optimis dan kemampuan mengatur suasana hati sehingga mencapai keadaan psikis ideal. Ciri khas keadaan psikis ideal tersebut adalah pendirian yang sudah relatif stabil, citra diri dan sikap pandang yang lebih realistis serta kematangan dalam menghadapi masalah. Semua itu tidak terlepas dari bagaimana individu tersebut mampu mengontrol dan mengendalikan impuls-impuls yang ada atau stabil tidaknya emosi seseorang tergantung dari pengendalian emosinya.

Menurut Meichati (1990) emosi mempunyai peran yang besar dalam individu untuk menentukan pola tingkah lakunya. Akibat dari keadaan emosi yang meluap-luap seseorang dapat saja berbuat kepada hal-hal yang bersifat destruktif atau negatif. Namun tidak berarti semua emosi dapat mengarahkan pada perilaku destruktif, tapi ada pula beberapa emosi yang dapat mengarahkan pada perilaku yang konstruktif. Keadaan emosi yang stabil dalam memungkinkan individu tersebut bertingkah laku positif dan tidak mudah terpengaruh dan terpancing untuk berperilaku di luar kendalinya dan kesadarannya.

Konsep paling populer tentang pengendalian emosi (*emotional control*) menitikberatkan pada penekanan reaksi terhadap rangsangan yang menimbulkan emosi. Sedangkan konsep ilmiah tentang pengendalian emosi sangat berbeda dari konsep populer tersebut. Konsep ilmiah tentang pengendalian emosi berarti

mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Konsep ilmiah menitikberatkan pada pengendalian, tetapi hal itu tidak sama artinya dengan penekanan. Apabila orang mengendalikan ekspresi emosi yang tampak, mereka juga berusaha mengalihkan energi yang ditimbulkan oleh tubuh mereka menjadi persiapan untuk bertindak ke arah pola perilaku yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial (Hurlock, 2001).

Emosi yang sedang dirasakan oleh seseorang bisa dikendalikan dengan menggunakan pelatihan pengendalian emosi, yaitu dengan memahami bagaimana emosi itu timbul dan berusaha untuk menata pikiran untuk menghadapi emosi tersebut tanpa bersikap emosional. Proses pengendalian emosi dengan terapi ini bisa terjadi apabila seseorang yang sedang dalam keadaan emosi berpikir secara logis dan positif terhadap situasi yang sedang dihadapinya. Pikiran positif yang telah dibentuknya dalam proses kognitif tersebut sedikit demi sedikit akan mengubah persepsi seseorang terhadap situasi yang dihadapinya sehingga emosi tidak enak yang dirasakannya dapat dirubah menjadi emosi yang menyenangkan berdasarkan pemahaman yang telah dibentuknya melalui proses kognitif dan afektif.

B. Rumusan Masalah

Emosi manusia merupakan energi potensial yang sangat berharga, namun selama ini sering diabaikan, selama ini pendidikan formal di sekolah lebih menekankan faktor kognitif dibandingkan faktor emosional. Oleh karena itu melalui pelatihan pengendalian emosi diharapkan peserta dapat memanfaatkan emosi sebagai

salah satu kekuatan untuk mengendalikan perilaku sehari-hari. Atas dasar latar belakang dan uraian-uraian yang telah dijelaskan di atas, dapat ditarik sebuah rumusan masalah: Apakah pengendalian emosi dapat dijadikan sebagai salah satu model pelatihan untuk mengurangi perilaku agresi pada tunalaras? Permasalahan tersebut perlu ditindaklanjuti secara empiris dengan melakukan penelitian berjudul: Pengaruh Pelatihan Pengendalian Emosi terhadap Kecenderungan Perilaku Agresi Tunalaras.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pelatihan pengendalian emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi tunalaras.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan sumbangan teoritik bagi ilmu pengetahuan psikologi khususnya mengenai pengaruh pelatihan pengendalian emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi tunalaras.

2. Manfaat praktis

Dari segi praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

- a. Bagi kepala sekolah dan staf pengajar di SLB-E Bhina Putera Surakarta, hasil penelitian ini memberikan hasil empiris bagaimana pengaruh pelatihan pengendalian emosi terhadap kecenderungan perilaku agresi tunalaras sehingga

dapat dijadikan sebagai salah model yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku agresi.

- b. Bagi peneliti selanjutnya hasil kajian penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya dan bagi semua pihak yang memerlukan.

E. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian yang memiliki kemiripan tema dengan penelitian ini antara lain dilakukan oleh Masngudin (2006) menyatakan bahwa sebagian besar yang melakukan kenakalan khusus adalah anak laki-laki (73,3%), diantaranya hubungan seks di luar nikah, menyalahgunakan narkotika, kasus pembunuhan, pemerkosaan, serta pada perempuan adalah menggugurkan kandungan walaupun kecil persentasenya.

Handayani dkk. (1998) dalam penelitian yang membahas tentang efektifitas pelatihan pengendalian diri terhadap penerimaan diri dan harga diri menyimpulkan bahwa pelatihan pengendalian diri ini sangat efektif untuk meningkatkan penerimaan diri dan harga diri sebagai upaya untuk menjadikan mental seseorang sehat.

Esa Nur (2005) pada penelitiannya yang telah dilakukan menyatakan bahwa salah satu cara untuk membantu remaja mengembangkan ketrampilan pengendalian emosi adalah dengan memberikan pelatihan pengendalian emosi kepada remaja. Subjek dalam pelatihan ini adalah siswa SMP kelas 2 (sebagai kelompok usia remaja) sebanyak 11 orang, yang telah diberikan pelatihan pengendalian emosi dengan menggunakan pendekatan *Cognitive Behaviour Modification* dan strategi pelatihan

Experiential Learning. Hasil pelatihan menunjukkan adanya peningkatan keterampilan pengendalian emosi siswa dari *pretest* ke *post test*.

Jannah (2009) pada penelitian yang telah dilakukan memaparkan hasil bahwa perilaku agresi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah kematangan emosi akan berpengaruh dalam membentuk perilaku agresi. Selain itu remaja yang belum stabil dan kurang matang emosinya dapat lebih mudah muncul perilaku agresinya daripada yang telah matang emosinya.

Watson dkk. (2008) pada penelitiannya menyatakan bahwa regulasi emosi, dan coping yang berorientasi pada emosi merupakan prediktor yang kuat untuk mengukur psikopatologi. Penelitian ini juga menemukan bahwa kontrol agresi berkaitan dengan kekerasan dan kepekaan interpersonal.

Selanjutnya penelitian Khotimah (2003) yang mengungkap tentang ketaatan melakukan shalat tahajud dengan pengendalian emosi dengan subyek penelitian adalah orang yang melakukan shalat tahajud berjumlah 90 orang, dipilih secara purposive sampling yaitu sampel yang dipilih memiliki karakteristik khusus sesuai dengan tujuan penelitian. Penelitian ini menyatakan bahwa ada korelasi yang positif antara ketaatan melakukan shalat tahajud dengan pengendalian emosi

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang dipaparkan tersebut sejauh ini belum ada yang mengungkap secara khusus mengenai pengendalian emosi dan kecenderungan perilaku agresi tunalaras.