



Faktor Penyebab Munculnya Hubungan Prasangka dan Frustrasi dengan Perilaku Agresif Remaja

Selly Anggraini Inshani

Universitas Potensi Utama

Fenty Zahara Nasution

Universitas Potensi Utama

Email: inshanishelly@gmail.com

Abstract. *Teenagers experience problems due to not achieving needs, for example they want to be recognized as adults but their behavior still looks like children. If adolescents fail to develop a sense of identity, then adolescents will lose their way and have a bad impact on their development. Frustration can lead the individual to aggressive behavior because frustration for the individual is an unpleasant situation and the individual wants to overcome or avoid it in various ways, not only in an aggressive way. The purpose of the study was to determine the factors causing the emergence of prejudiced and frustrated relationships with aggressive behavior of adolescents. This study utilizes the study literatur review. Based on the results of the study, it is stated that the causes of adolescents to take aggressive actions are due to: (1) Internal Factors (a) Weak Self-Control can be difficult to control emotions, therefore a person who has weak self-control will easily act aggressively on anyone. (b) The occurrence of frustration Because a bad event causes the subject to become frustrated with his current life. (c) Gender differences.*

Keywords: *Prejudice, Frustration, Aggressive Behavior, Teen.*

Abstrak. Remaja mengalami masalah akibat tidak tercapainya kebutuhan, misalnya mereka ingin diakui sebagai orang dewasa tetapi tingkah lakunya masih terlihat seperti anak-anak. Apabila remaja gagal dalam mengembangkan rasa identitasnya, maka remaja akan kehilangan arah dan berdampak tidak baik bagi perkembangan dirinya. Frustrasi dapat mengarahkan individu pada perilaku agresif karena frustrasi bagi individu merupakan situasi yang tidak menyenangkan dan individu ingin mengatasi atau menghindarinya dengan berbagai cara, termasuk dengan cara agresif. Tujuan studi yakni untuk mengetahui factor penyebab munculnya hubungan prasangka dan frustrasi dengan perilaku agresif remaja. Studi ini dengan memanfaatkan studi literatur review. Bersumber pada hasil studi disampaikan bahwa Penyebab remaja melakukan tindakan agresif karena : (1) Faktor Internal (a) Lemahnya Kontrol Diri dapat sulit mengendalikan emosi, maka dari itu seseorang yang memiliki control diri yang lemah maka ia akan mudah bertindak agresif pada siapapun. (b) Terjadinya frustrasi Karena peristiwa yang buruk menyebabkan subyek menjadi frustrasi terhadap kehidupannya saat ini. (c) Perbedaan gender.

Kata Kunci: Prasangka, Frustasi, Perilaku Agresif, Remaja.

LATAR BELAKANG

Peserta didik merupakan komponen input dari sistem pendidikan dan diolah dalam kurikulum agar menjadi manusia yang baik sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Dalam pendidikan ada banyak sekali berbagai karakter siswa didalamnya mulai dari masa kanak-kanak hingga remaja. Namun dalam penelitian ini kita hanya membahas perilaku yang sering terjadi pada masa remaja. Menurut Psikolog G. Stanley Hall masa remaja adalah suatu periode yang sering dikatakan sebagai periode badai dan tekanan, yaitu suatu masa terjadinya tegangan emosi yang diakibatkan adanya perubahan fisik. Menurut Monks, dkk bahwa masa remaja juga merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak yang dimulai pada usia 12-21 tahun menuju masa dewasa awal (dalam Jannah, 2016). Pada masa ini remaja mengalami ketidakstabilan, karena mereka ada dalam masa peralihan dan berusaha menyesuaikan perilaku baru ke fase perkembangan dewasa (Ariyani, 2015).

Bersamaan dengan perubahan fisik maupun psikis, remaja mulai melepaskan diri dari ikatan orangtua dan kemudian terlihat perubahan sikap yang terwujud dalam cara hidup mereka untuk menyesuaikan diri dalam masyarakat. Remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Bila aktivitas penyesuaian diri yang dijalani tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energi dan psikisnya, remaja tidak jarang meluapkan kelebihan energinya ke arah yang negatif, seperti perilaku agresif (Putri, 2019). Pada masa peralihan, masih banyak remaja yang mengalami konflik baik dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain. Remaja mengalami masalah akibat tidak tercapainya kebutuhan, misalnya mereka ingin diakui sebagai orang dewasa tetapi tingkah lakunya masih terlihat seperti anak-anak. Hal ini sesuai dengan pendapat Erikson (dalam Yusuf, 2015), apabila remaja gagal dalam mengembangkan rasa identitasnya, maka remaja akan kehilangan arah dan berdampak tidak baik bagi perkembangan dirinya. Akibatnya sebagian remaja mungkin akan mengembangkan perilaku menyimpang, perilaku kriminalitas, atau menutup diri dari masyarakat, seperti: membolos sekolah, berperilaku asusila, melawan guru, dan sebagainya.

Hambatan-hambatan sering terjadi dan ditemukan pada masa remaja yang dimana pada masa mereka ingin mencari jati dirinya sendiri (Einstein & Indrawati, 2016). Apabila mereka merasa keinginannya terhambat oleh seseorang maupun sesuatu hal mereka tidak segan untuk mencederai fisik yang mengakibatkan psikis yang hancur. Perilaku agresif dapat terjadi pada kelompok dan individu, yang bisa menyakiti dan berdampak bahaya bagi orang lain yang menjadi sasaran perilaku agresif. Apabila berhasil melukai sasarannya akan mengalami tingkatan agresif yang lebih tinggi yang dapat merugikan sasarannya.

Menurut Bandura dalam teorinya belajar sosial bahwa perilaku agresif terjadi terletak pada pengasuhan dan pendidikan yang dimiliki anak. Keluarga adalah tempat untuk menciptakan perilaku, sikap dan pendidikan pada anak. Pengasuhan dan pendidikan didalam keluarga sangat berperan penting dalam proses perkembangan remaja. Peran pola asuh orangtua terhadap anaknya akan menentukan perkembangan mereka kedepannya (Sutisna, 2017). Kerusakan dapat terjadi pada individu karena adanya perilaku agresif yang berupa fisik dan lisan. Perilaku agresif yang terjadi disekolah seperti tamparan, tendangan dan hinaan. Hal ini terjadi untuk menyakiti seseorang. Selain itu perilaku agresif juga terjadi dikarenakan untuk melindungi harga diri mereka yang terlihat rapuh. Guru Bimbingan dan Konseling (BK)/Konselor dapat berperan aktif dalam mencegah dan menangani perilaku agresif tersebut dengan menggunakan berbagai macam layanan BK dan kegiatan pendukung lainnya.

Sebelum mencegah perilaku agresif sebaiknya Guru BK/Konselor mengetahui faktor yang menjadi penyebab terjadinya perilaku agresif tersebut. Selain untuk mengetahui faktor penyebab terjadinya perilaku agresif, juga dapat dijadikan sebagai rancangan pembuatan program layanan BK yang akan diberikan oleh Guru BK/Konselor terhadap peserta didik. Menurut Arifin (2015) faktor-faktor penyebab perilaku agresif yaitu: (1) amarah, (2) biologis seperti; gen, sistem otak, dan kimia darah, (3) kesenjangan generasi, (4) lingkungan seperti; kemiskinan, anonimitas, dan suhu udara yang panas, (5) frustrasi, dan (6) lingkungan sekolah. Selain itu, Walgito (2010) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat menyebabkan timbulnya perilaku agresif adalah prasangka. Misalnya, kelompok satu menyerang kelompok lain, mungkin terdapat prasangka, sehingga menyebabkan kelompok tersebut menyerang kelompok yang lain. Menurut Baron & Byrne (dalam Rahman, 2014:239) "Prasangka adalah salah satu bentuk sikap

yang umumnya bersifat negatif terhadap anggota dari suatu kelompok sosial”. Prasangka merupakan salah satu fenomena yang hanya bisa ditemui dalam kehidupan sosial. Prasangka memiliki fungsi heuristik (jalan pintas), yaitu langsung menilai sesuatu tanpa memprosesnya secara terperinci dalam alam pikiran (kognisi). Tujuannya adalah agar individu tidak terlalu lama membuang waktu dan energi untuk sesuatu yang sudah diketahui dampaknya (Sarwono, 2006).

Seseorang yang sering kali berprasangka secara berlebihan, maka individu tersebut tidak lagi berpikir secara rasional, sehingga individu tersebut tidak mempertimbangkan kebenaran yang sesungguhnya dan pada akhirnya membuat keputusan yang keliru. Senada dengan penjelasan di atas, Taylor, Peplau, & Sears (2009:213) menyatakan bahwa “Prasangka adalah penilaian negatif atas suatu kelompok atau seseorang berdasarkan pada keanggotaan orang itu dalam suatu kelompok”. Objek prasangka dapat berupa individu maupun kelompok. Berdasarkan penelitian Fajar (2009), prasangka terhadap etnis Tionghoa memberikan sumbangan yang efektif terhadap perilaku agresif pada kategori sedang dengan persentase sebesar 75,1%. Artinya, prasangka memberikan pengaruh terhadap perilaku agresif.

Berdasarkan beberapa pandangan tentang prasangka, maka dapat disimpulkan bahwa prasangka selalu mengandung semacam kecenderungan dasar yang kurang menguntungkan terhadap individu atau kelompok tertentu. Prasangka yang timbul akan mengakibatkan seseorang untuk berperilaku agresif. Anggota kelompok yang menjadi sasaran prasangka biasanya di pandang tidak baik dengan kelompok tertentu karena kelompok tersebut memiliki perasaan kurang senang kecurigaan, wawasan, khawatir ketidakpercayaan, atau adanya permusuhan yang mendalam, serta berpadandangan bahwa anggota kelompok tersebut memiliki sifat individual yang kurang baik terhadap kelompoknya. Selain prasangka, faktor lain yang menyebabkan terjadinya perilaku agresif adalah frustrasi. Sependapat dengan pernyataan tersebut, Dollar (dalam Berkowitz, 1995:88) menyatakan bahwa “Frustrasi akan mengaktifkan individu untuk mencari pengurangannya, frustrasi diasumsikan dapat menyebabkan perilaku agresif”. Menurut Koeswara frustrasi merupakan situasi yang menghambat individu dalam mencapai tujuan tertentu yang diinginkannya, dari frustrasi akan timbul perasaan-perasaan agresif. Frustrasi terjadi apabila seseorang terhalang oleh sesuatu hal dalam mencapai suatu tujuan, kebutuhan, keinginan, pengharapan, dan tindakan tertentu

(Koeswara, 1998). Frustrasi dapat mengarahkan individu pada perilaku agresif karena frustrasi bagi individu merupakan situasi yang tidak menyenangkan dan individu ingin mengatasi atau menghindarinya dengan berbagai cara, termasuk dengan cara agresif.

Individu akan memilih tindakan agresif sebagai reaksi atau cara untuk melampiaskan frustrasi yang dialaminya apabila terdapat stimulus-stimulus yang menunjang untuk melakukan tindakan agresif tersebut. Pada umumnya perilaku agresif muncul karena kegagalan individu mendapatkan sesuatu yang diinginkan atau keinginannya yang terhalang sehingga timbul luapan emosi yang diekspresikan dalam bentuk verbal dan non verbal. Perilaku agresif yaitu perilaku menyerang balik secara fisik (non verbal) maupun kata-kata (verbal), perilaku ini merupakan suatu bentuk terhadap rasa kecewa karena tidak terpenuhi keinginan atau kebutuhannya. Selain itu, Walgito (2010) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat menyebabkan timbulnya perilaku agresif adalah prasangka. Misalnya, kelompok satu menyerang kelompok lain, mungkin terdapat prasangka, sehingga menyebabkan kelompok tersebut menyerang kelompok yang lain. Menurut Baron & Byrne (dalam Rahman, 2014) “Prasangka adalah salah satu bentuk sikap yang umumnya bersifat negatif terhadap anggota dari suatu kelompok sosial”. Prasangka merupakan salah satu fenomena yang hanya bisa ditemui dalam kehidupan sosial. Prasangka memiliki fungsi heuristik (jalan pintas), yaitu langsung menilai sesuatu tanpa memprosesnya secara terperinci dalam alam pikiran (kognisi). Tujuannya adalah agar individu tidak terlalu lama membuang waktu dan energi untuk sesuatu yang sudah diketahui dampaknya (Sarwono, 2006).

Seseorang yang sering kali berprasangka secara berlebihan, maka individu tersebut tidak lagi berpikir secara rasional, sehingga individu tersebut tidak mempertimbangkan kebenaran yang sesungguhnya dan pada akhirnya membuat keputusan yang keliru. Senada dengan penjelasan di atas, Taylor, Peplau, & Sears (2009:213) menyatakan bahwa “Prasangka adalah penilaian negatif atas suatu kelompok atau seseorang berdasarkan pada keanggotaan orang itu dalam suatu kelompok”. Objek prasangka dapat berupa individu maupun kelompok. Berdasarkan penelitian Fajar (2009), prasangka terhadap etnis Tionghoa memberikan sumbangan yang efektif terhadap perilaku agresif pada kategori sedang dengan persentase sebesar 75,1%. Artinya, prasangka memberikan pengaruh terhadap perilaku agresif.

Berdasarkan beberapa pandangan tentang prasangka, maka dapat disimpulkan bahwa prasangka selalu mengandung semacam kecenderungan dasar yang kurang menguntungkan terhadap individu atau kelompok tertentu. Prasangka yang timbul akan mengakibatkan seseorang untuk berperilaku agresif. Anggota kelompok yang menjadi sasaran prasangka biasanya di pandang tidak baik dengan kelompok tertentu karena kelompok tersebut memiliki perasaan kurang senang kecurigaan, wawasan, khawatir ketidakpercayaan, atau adanya permusuhan yang mendalam, serta berpadandangan bahwa anggota kelompok tersebut memiliki sifat-sifat individual yang kurang baik terhadap kelompoknya. Selain prasangka, faktor lain yang menyebabkan terjadinya perilaku agresif adalah frustrasi.

Sependapat dengan pernyataan tersebut, Dollar (dalam Berkowitz, 1995) menyatakan bahwa “Frustrasi akan mengaktifkan individu untuk mencari pengurangannya, frustrasi diasumsikan dapat menyebabkan perilaku agresif”. Menurut Koeswara frustrasi merupakan situasi yang menghambat individu dalam mencapai tujuan tertentu yang diinginkannya, dari frustrasi akan timbul perasaan-perasaan agresif. Frustrasi terjadi apabila seseorang terhalang oleh sesuatu hal dalam mencapai suatu tujuan, kebutuhan, keinginan, pengharapan, dan tindakan tertentu (Koeswara, 1998). Frustrasi dapat mengarahkan individu pada perilaku agresif karena frustrasi bagi individu merupakan situasi yang tidak menyenangkan dan individu ingin mengatasi atau menghindarinya dengan berbagai cara, termasuk dengan cara agresif.

Individu akan memilih tindakan agresif sebagai reaksi atau cara untuk melampiaskan frustrasi yang dialaminya apabila terdapat stimulus-stimulus yang menunjang untuk melakukan tindakan agresif tersebut. Pada umumnya perilaku agresif muncul karena kegagalan individu mendapatkan sesuatu yang diinginkan atau keinginannya yang terhalang sehingga timbul luapan emosi yang diekspresikan dalam bentuk verbal dan non verbal. Perilaku agresif yaitu perilaku menyerang balik secara fisik (non verbal) maupun kata-kata (verbal), perilaku ini merupakan suatu bentuk terhadap rasa kecewa karena tidak terpenuhi keinginan atau kebutuhannya. Bagian ini menguraikan teori-teori relevan yang mendasari topik penelitian dan memberikan ulasan tentang beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dan memberikan acuan serta landasan bagi penelitian ini dilakukan. Jika ada hipotesis, bisa dinyatakan tidak tersurat dan tidak harus dalam kalimat tanya.

KAJIAN TEORITIS

Prasangka

Beberapa ahli psikologi mendefinisikan konsep ini secara berbeda-beda. Diantaranya adalah Watson yang menyatakan bahwa prasangka adalah sikap negatif yang kaku (tidak toleran) terhadap sebuah kelompok orang tertentu. Myers mengemukakan bahwa prasangka adalah suatu sikap negatif yang tidak tepat atau tidak benar terhadap suatu kelompok atau anggota dalam kelompok tertentu (Myers, 1983). Pendapat serupa disampaikan oleh Baron & Byrne (1997) dan juga Brigham (1991). Dari berbagai pendapat tersebut maka kita dapat memahami prasangka sebagai suatu sikap negatif terhadap kelompok atau anggota kelompok tertentu tanpa dasar alasan yang benar (Baron A. R., 1991).

Sumber Prasangka

Prasangka sebagai suatu sikap mempunyai berbagai macam sumber yang menjadi penyebabnya. Prasangka terhadap orang lain mungkin saja disebabkan faktor situasional tetapi yang jelas tidak hanya satu faktor saja yang berperan. Di bawah ini akan dikemukakan beberapa diantaranya berdasarkan proses terjadinya.

a. Kompetisi

Soekanto tahun 1991 menyatakan bahwa salah satu akibat dari interaksi sosial adalah munculnya kompetisi. Setiap individu selalu menginginkan pekerjaan yang mapan, rumah yang baik, jaminan masa depan yang aman, jaminan kesehatan yang prima dan lainnya. Di sisi lain peluang untuk mendapatkan semua itu terbatas dan tidak sebanding dengan jumlah peminat sehingga munculnya kompetisi.

b. Peran Belajar Sosial (*Social Learning*)

Prasangka bukan merupakan bawaan. Tidak ada seorang bayi yang baru dilahirkan mempunyai kebencian tertentu terhadap orang lain. Kebencian dan sikap negatif pada orang atau kelompok lain merupakan sesuatu yang dipelajarinya dari lingkungan karena prasangka sebagai suatu sikap merupakan hasil belajar sosial.

Perbedaan warna kulit dan mata, bahasa, adat istiadat dan kebudayaan merupakan perbedaan yang langsung diterima individu sejak lahir. Individu tidak dapat memilih untuk dilahirkan dengan berkulit putih dan bermata biru, dengan kata lain bahwa perbedaan merupakan sesuatu yang wajar dan natural. Anak-anak tidak pernah

mempedulikan perbedaan tersebut, tetapi karena pengaruh orang tua dan faktor lingkungan lainnya maka kemudian baru muncul sikap senang, benci dan lainnya. Anak akan belajar dari sikap orang tua, acara TV, majalah, koran, maupun dari teman dan bahkan guru.

Frustrasi

Kata Frustrasi berasal dari bahasa Latin Frustration, yaitu perasaan jengkel akibat terhalang dalam pencapaian tujuan. Semakin penting tujuannya, semakin besar frustrasi yang dirasakan. Kebutuhan seseorang tidak selalu dapat dipenuhi dengan lancar dan sering kali terjaid hambatan dalam pemuasan suatu kebutuhan, motif, dan keinginan, keadaan terhambat dalam mencapai suatu tujuan dinamakan frustrasi (arsito, 2016).

Faktor yang Mempengaruhi Frustrasi

Tingkah laku manusia merupakan metamorfosis beberapa kebutuhan dan ditunjukkan untuk memenuhi kebutuhan yang diinginkan. Ketegangan atau konflik batin akan timbul pada seseorang jika kebutuhan-kebutuhan yang ada dalam diri terhalang. Sebaliknya, ketegangan dan konflik batin akan lenyap bila semua kebutuhan dapat dipuaskan atau dipenuhi dari salah satu bentuk ketegangan atau ketidaknyamanan yang timbul sebagai akibat dari tidak terpenuhi atau terpuaskan kebutuhan tersebut dinamakan frustrasi.

Menurut Sanggadah ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi tingkat frustrasi adalah lingkungan, pribadi, konflik (Arifin, 2015).

1. Faktor lingkungan adalah keadaan kekecewaan dan guncangan perasaan yang dialami individu karena gagal dalam mencapai tujuan yang disebabkan oleh adanya rintangan yang berasal luar individu, diantaranya adalah alam sekitar berupa peristiwa-peristiwa tragis, sistem hubungan antar pribadi yang salah, norma-norma sosial, peraturan perundang undangan dan adat istiadat.
2. Faktor Pribadi adalah faktor yang diawali oleh seseorang karena kurang atau bahkan tidak memiliki kemampuan fisik bahkan mental untuk mencapai tujuan atau cita-cita.
3. Faktor konflik adalah frustrasi yang terjadi dalam diri seseorang karena ada pertentangan batin dalam diri untuk mencapai tujuan.

Aspek-Aspek Frustrasi

Dimensi frustrasi adalah ketegangan, sehingga usaha yang dilakukan seseorang untuk mengatasi frustrasi adalah dengan mengurangi ketegangan- ketegangan yang terjadi dengan cara memberikan reaksi pada frustrasi. Reaksi itu sendiri adalah aksi atau usaha yang ditimbulkan karena adanya suatu pengaruh atau peristiwa jadi reaksi dapat diartikan aksi dan usaha yang ditimbul dan dilakukan oleh seseorang yang sedang mengalami frustrasi.

Menurut Schneider (dalam Sangadah 2008) frustrasi dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu (Arifin, 2015):

1. Frustrasi dapat ditandai dengan adanya respon yang tidak berarti Respon ini muncul karena ketidak mampuan untuk melakukan sesuatu dalam kondisi frustrasi. Respon ini berupa respon keluar seperti marah, kesal, iri dan respon ke dalam seperti malu, kecewa dan menangis.
2. Kekacauan emosi menimbulkan keadaan yang meledak guna melepaskan ketegangan, perasaan yang terpendam atau kebingungan. Apabila motivasi kurang dapat dipahami dan ekspresi yang biasa muncul dari frustrasi tidak ada, maka akan menimbulkan ketidak berdayaan seperti cemas, pusing, gelisah yang terjadi secara bersamaan.
3. Tanda frustrasi yang lain adalah kebiasaan yang muncul mudah menyerah, menghindari diri dari tugas dan posisi yang menuntut tanggung jawab yang serius.

Perilaku Agresif

Menurut Sigmund Freud mengemukakan bahwa perilaku agresif merupakan gambaran ekspresi sangat kuat dari insting kematian (thanatos), karena dengan melakukan agresif maka secara mekanisme individu telah berhasil mengeluarkan energi destruktifnya dalam rangka menstabilkan keseimbangan mental antara insting mencintai (eros) dan insting kematian (thanatos). Meski demikian, walaupun agresif dapat dikontrol tetapi agresif tidak bisa dihapuskan, karena agresif adalah sifat alamiah manusia (Sarwono, 2009). Selanjutnya menurut Kartono agresif merupakan suatu ledakan emosi dan kemarahan-kemarahan hebat, perbuatan-perbuatan yang menimbulkan permusuhan yang ditujukan kepada seseorang atau suatu benda.

Menurut Atkinson menjelaskan agresif adalah perilaku yang secara sengaja bermaksud melukai orang lain (secara fisik atau verbal) atau menghancurkan harta benda (Kartono, 2000). Konsep agresif yang dikemukakan oleh Myers adalah sebagai perilaku fisik atau verbal yang dimaksudkan untuk menyebabkan kerusakan (Myers D. G., 2012). Berdasarkan beberapa definisi yang telah diungkapkan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif adalah tindakan yang dilakukan untuk menyakiti atau melukai orang lain atau merusak benda dengan unsur kesengajaan baik secara fisik maupun psikis.

Remaja

Remaja atau adolescence berasal dari bahasa latin yaitu *adolescere* yang artinya tumbuh kearah kematangan baik fisik maupun sosial psikologisnya. juga merupakan periode antara pubertas dengan kedewasaan (Hurlock E. B., 2004). Pandangan ini juga diungkap oleh Piaget (dalam Hurlock, 2004) dengan mengatakan, secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Batasan remaja yang digunakan untuk masyarakat Indonesia, yaitu mereka yang berusia 11-24 tahun dan belum menikah. Bagi mereka yang berusia 11-24 tahun namun sudah menikah, mereka tidak disebut remaja.

Sementara mereka yang berusia 24 tahun keatas namun belum menikah dan masih menggantungkan hidupnya kepada orang tua, masih disebut remaja. Santrock remaja adalah suatu periode perkembangan dari transisi antara anak-anak dan dewasa, yang diikuti oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional. Selanjutnya Papalia, olds dan Feldman (2008) menyatakan remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai usia antara 12 atau 13 tahun dan terakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan (Santrock J. , 2002).

METODE PENELITIAN

Bersumber pada penjabaran diatas penulis melakukan studi ini dengan memanfaatkan studi literatur review ini menggunakan database PMC, Goggle Scholar. Pada tahap pencarian database jurnal nasional Goggle Scholar. Literature review pada

dasarnya adalah melakukan survei terhadap artikel ilmiah, buku, jurnal atau karya tulis ilmiah. Tujuannya adalah untuk memberikan ringkasan, deskripsi, dan evaluasi kritis dari suatu topik, masalah, atau bidang penelitian. Jadi, karya tulis apapun termasuk ke dalam literature yang selama relevan dengan tema yang dicari maka bisa digunakan. Sekaligus terbukti kredibel, bisa mengecek kebenaran data dengan mencocokkan data pada sebuah karya tulis dengan karya tulis lainnya. Kemudian bisa juga memperhatikan siapa penulisnya, siapa penerbitnya, siapa editornya, dan lain-lain. Literature yang merupakan seluruh karya tulis ilmiah yang layak dijadikan referensi kemudian terbagi menjadi tiga jenis jika dilihat dari ketajaman analisisnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara rinci pada indikator budaya secara rata-rata berada pada kategori tinggi. Artinya, peserta didik sering berprasangka berupa rasa was-was, curiga, dugaan, cemas, dan khawatir dalam kaitannya dengan budaya orang lain dengan kategori tinggi. Prasangka yang sering dilakukan oleh peserta didik yaitu: was-was berteman dengan orang yang baru dikenal, curiga terhadap kebaikan orang lain, dan masih terdapat peserta didik yang menduga bahwa belajar kelompok dapat menguntungkan orang yang tidak mau berpikir. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat prasangka yang tinggi antar individu maupun kelompok. Bila hubungan antara individu dengan kelompok mengalami penurunan maka tidak terjadinya hubungan interpersonal yang baik.

Sesuai dengan pendapat Levinger (dalam Rahman, 2014) bahwa suatu hubungan interpersonal mengalami penurunan terutama jika terdapat ketidakseimbangan dan pertukaran sosial, adanya hambatan-hambatan eksternal. Pada tahapan ini konflik semakin mengeras dan atribusi yang dilakukan sering kali memperparah situasi. Selain itu, prasangka dalam kaitannya dengan budaya dapat terlihat bahwa “Saya menduga kata-kata yang digunakan teman ditujukan untuk menyindir saya”, dan “Saya khawatir terpengaruh oleh budaya orang lain”. Pernyataan tersebut juga menunjukkan bahwa terdapat peserta didik yang curiga dalam kaitannya dengan budaya orang lain baik bahasa, pengetahuan, keakraban yang digunakan maupun perilaku yang ditunjukkan. Tindakan apapun yang dilakukan oleh orang lain dinilai negatif oleh individu tersebut.

Selanjutnya, pada indikator status sosial ekonomi rata-rata berada pada kategori tinggi. Artinya, peserta didik sering berprasangka berupa rasa was-was, curiga, dugaan,

cemas, dan khawatir dalam kaitannya dengan status sosial ekonomi orang lain dengan kategori tinggi. Aspek status sosial ekonomi yang dibandingkan oleh peserta didik biasanya pendidikan, penghasilan orangtua, dan status sosial dalam keluarga. Dalam hal ini sesuai dengan pendapat Santrock tahun 2007 menyatakan bahwa kondisi status sosial ekonomi biasanya terlihat dalam kaitannya dengan tingkat pendidikan, pekerjaan, dan penghasilan orangtua. Prasangka dalam kaitannya dengan status sosial ekonomi yang terjadi antar peserta didik yaitu “Saya menduga orang yang banyak uang suka memilih-milih dalam berteman”, “Saya khawatir teman tidak menerima keadaan saya”.

Artinya perbedaan status sosial ekonomi dapat mempengaruhi dalam pergaulan, sehingga akan menutup individu untuk menerima keadaan orang lain (Santrock, 2007). Didukung oleh pendapat Santoso tahun 2010 menyatakan bahwa karakteristik orang berprasangka di antaranya menunjukkan corak hanya berhubungan dengan golongan sendiri/in-group dan out-group, selalu menonjolkan kelompoknya sendiri lebih unggul, sehingga pada kelompok sendiri bercorak positif, sedangkan pada kelompok lain bercorak negatif, dan kecenderungan berpikir secara stereotip (Santoso, 2010). Kembali pada hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat prasangka peserta didik rata-rata berada pada kategori tinggi, maka perlu ada tindakan khusus untuk mengurangi prasangka.

Menurut Brown tahun 1995 upaya untuk mengatasi prasangka adalah membangun hubungan erat dan bermakna antar anggota kelompok yang berkaitan dengan cara (1) membangun hubungan interpersonal yang fair dan dekat, (2) menerima informasi baru yang lebih akurat tentang kelompok lain, dan (3) mengubah pandangan seseorang terhadap kelompok lain bahwa stereotip negatif pada kelompok lain tidak benar. Selain itu, usaha lain yang dapat dilakukan untuk mengurangi dan menghilangkan prasangka menurut Ahmadi (2007) yaitu dengan cara (1) usaha preventif yaitu usaha mencegah jangan sampai orang atau kelompok terkena prasangka. Tindakan yang dilakukan berusaha menciptakan situasi atau suasana yang tentram, damai, jauh dari permusuhan, dan perbedaan bukan berarti pertentangan dan memperpendek jarak sosial, sehingga tidak timbul prasangka (Baron, 2005).

Usaha ini dapat dilakukan oleh orangtua terhadap anaknya, atau guru terhadap peserta didiknya, masyarakat, maupaun media massa, dan (2) usaha curative yaitu mengarah pada penyembuhan orang yang sudah terkena prasangka, berupa usaha

penyadaran bahwa prasangka selalu merugikan dan tidak ada hal positif bagi kehidupan bersama. Selanjutnya, tindakan yang dapat dilakukan untuk mengurangi prasangka sosial dapat dilakukan melalui layanan bimbingan dan konseling. Guru BK/Konselor dapat memberikan pengaruh-pengaruh yang positif yang dapat memfasilitasi peserta didik dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan dengan optimal. Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah layanan informasi dengan materi di antaranya yaitu memanfaatkan teori johari window dan komunikasi interpersonal.

Semakin tinggi prasangka peserta didik, dalam kaitannya dengan budaya, dan status sosial ekonomi maka semakin tinggi pula perilaku agresif yang dilakukan peserta didik. Sebaliknya semakin rendah prasangka peserta didik, maka akan semakin rendah perilaku agresif yang dilakukan oleh peserta didik. Hal ini sejalan dengan pendapat Krahe tahun menyatakan bahwa sikap penuh prasangka terhadap anggota kelompok tertentu berbeda dapat dijadikan sebagai prediktor potensial untuk peningkatan perilaku agresif terhadap anggota kelompok-kelompok tersebut (Krahe, 2005). Sikap prasangka telah diidentifikasi sebagai konstruk psikologis utama dalam menjelaskan agresif yang dimotivasi secara rasial, dengan merendahkan kelompok lain dan mempertanyakan keabsahan hak partisipasi sosial mereka maka terbentuklah dasar untuk membenarkan perilaku agresif terhadap kelompok minoritas.

Kembali pada hasil penelitian, upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi prasangka dan diskriminasi menurut Rahman yang dikutip dari (QS Al-Hujarat 49:13) berisi tentang “Allah SWT menganjurkan kita untuk saling memahami atau mengenal sehingga tidak terjebak pada sikap negatif tanpa dasar dan perilaku diskriminatif” (Rahman, 2014). Dengan saling mengenal maka kekeliruan stereotip ataupun prasangka bisa diminimalisir sekecil mungkin. Selain itu, upaya lain untuk mengurangi prasangka pada budaya dapat digunakan dengan cara menumbuhkan pemahaman lintas budaya, dan mengandung pemahaman akan keberagaman, serta penghargaan terhadap perbedaan, sekaligus bagaimana bersikap dan bertindak dalam situasi multietnis-multikultur.

Menurut Matsumoto tahun 2008 untuk meningkatkan pemahaman lintas budaya yang berguna dalam hubungan lintas budaya, yaitu dengan cara: (a) mengakui bahwa budaya adalah konstruksi psikologis semata, (b) mengakui perbedaan individu dalam sebuah kelompok kultur, (c) mengerti filter kultur pola pikir dan etnosentrisme, (d) mengerti kemungkinan bahwa konflik dapat terjadi karena budaya, dan (e) bentuk nyata

terbangunnya lintas budaya. Dalam hal ini dapat menggunakan layanan informasi dengan memanfaatkan teori johari window (Matsumoto, 2008). Menurut Ardani, Rahayu, & Sholichatun tahun 2007 dalam situasi frustrasi, biasanya anak tampak gelisah dan tidak senang, individu menggerutu, resah, dan mengeluh. Selanjutnya, beberapa di antara individu menggunakan perasaan marah, individu menendang dan memukul bahkan seringkali merusaknya. Kadang-kadang agresif diekspresikan secara langsung terhadap orang atau benda yang menjadi sumber frustrasi.

Agresif semacam ini mungkin merupakan cara pemecahan masalah yang dipelajari. Orang dewasa biasanya mengekspresikan agresifnya secara verbal dan tidak secara fisik, mereka lebih cenderung saling menghina dari pada saling memukul. Meskipun rasa marah yang timbul karena frustrasi bisa mendorong individu untuk menyerang, tidak peduli apakah itu makhluk hidup atau benda mati, agresif langsung dapat dilakukan. Upaya yang dapat dilakukan oleh Guru BK/Konselor untuk mengatasi frustrasi peserta didik adalah dengan berbagai macam layanan bimbingan dan konseling (Ardani, 2007). Salah satunya adalah mengoptimalkan kecerdasan emosional peserta didik.

Sesuai dengan hasil penelitian Sagadah tahun 2008 menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan berperilaku agresif. Oleh karena itu, dalam pemberian layanan Guru BK/Konselor dapat memperhatikan dan membangun emosional anak ke arah yang lebih baik serta mengarahkan frustrasi peserta didik pada reaksi-reaksi yang bersifat positif (Sagadah, 2008). Berdasarkan hasil penelitian semakin tinggi prasangka dan frustrasi peserta didik maka semakin tinggi perilaku agresif yang dilakukan oleh peserta didik, dan begitu pula sebaliknya semakin rendah prasangka dan frustrasi semakin rendah pula perilaku agresif yang dilakukan oleh peserta didik. Kembali kepada hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara prasangka dan frustrasi secara bersama-sama dengan perilaku agresif memberikan sumbangan yang sangat besar peningkatannya dibandingkan dengan sumbangan secara sendiri-sendiri. Hal ini berarti, peserta didik memiliki prasangka yang tinggi dan dibarengi dengan frustrasi yang tinggi sehingga berdampak pada tingginya perilaku agresif yang dilakukan.

Penyebab remaja melakukan tindakan agresif karena (1) Faktor Internal (a) Lemahnya Kontrol Diri dapat sulit mengendalikan emosi, maka dari itu seseorang yang

memiliki control diri yang lemah maka ia akan mudah bertindak agresif pada siapapun. (b) Terjadinya frustrasi Karena peristiwa yang buruk menyebabkan subyek menjadi frustrasi terhadap kehidupannya saat ini. (c) Perbedaan gender, Menurut Baron & Barney perbedaan gender, pria umumnya lebih agresif daripada wanita, tetapi perbedaan ini berkurang dalam konteks adanya provokasi yang kuat (Baron, 2005). Pria lebih cenderung untuk menggunakan bentuk langsung dari agresif, tetapi wanita cenderung menggunakan bentuk agresif tidak langsung. (2) Faktor Eksternal (a) Lingkungan keluarga yang broken home/ tidak harmonis menimbulkan dampak negatif terhadap subjek, sehingga subjek melakukan tindakan agresif (b) Kurangnya perhatian dari kedua orang tua subyek merasa tidak memiliki siapa-siapa.

Subyek merasa tidak ada yang memperdulikannya. Hingga subyek berperilaku agresif pun ayahnya tidak peduli. (c) Modeliing yang buruk Contoh yang buruk membuat subyek meniru apa yang dilakukan oleh ayahnya, yang sering melakukan pemukul terhadap mama nya subyek. (d) Adanya ekspetasi pembalasan atau motivasi balas dendam Melihat perselingkuhan ayahnya membuat subyek marah dan di tambah lagi ayahnya menikahi selingkuhannya itu dan melakukan KDRT terhadap mamanya subyek. Hal tersebut membuat subyek marah sehingga ia tidak bisa memiliki control keputan, maka ia mencoba untuk melakukan balas dendam terhadap ayahnya dan selingkuhan ayahnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Prasangka dapat diminimalisir dan diberikan penanganan menjadi lebih baik, maka dapat mengurangi terjadinya perilaku agresif, atau sebaliknya apabila prasangka yang terjadi pada peserta didik tidak segera ditanggulangi maka akan mengakibatkan tingginya perilaku agresif yang dilakukan oleh peserta didik. Begitupun frustrasi dapat diminimalisir dan diberikan penanganan menjadi lebih baik, maka dapat mengurangi terjadinya perilaku agresif, atau sebaliknya apabila frustrasi yang terjadi pada peserta

didik tidak segera ditanggulangi, maka akan mengakibatkan tingginya perilaku agresif yang dilakukan oleh peserta didik.

Penyebab remaja melakukan tindakan agresif karena Faktor Internal (a) Lemahnya Kontrol Diri dapat sulit mengendalikan emosi, maka dari itu seseorang yang memiliki control diri yang lemah maka ia akan mudah bertindak agresif pada siapapun. (b) Terjadinya frustrasi Karena peristiwa yang buruk menyebabkan subyek menjadi frustrasi terhadap kehidupannya saat ini. (c) Perbedaan gender.

Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan dan informasi mengenai faktor penyebab munculnya hubungan prasangka dan frustrasi dengan perilaku agresif remaja. Sedangkan bagi responden, hasil penelitian ini diharapkan kepada para remaja agar dapat memahami dampak buruk dari frustrasi dan prasangka terhadap perilaku agresif sehingga dapat mengendalikannya dengan baik. bagi institusi pendidikan, hasil metode studi literature ini dapat menjadi penelitian terkait yang bisa digunakan untuk penelitian berikutnya dan juga sebagai bahan masukan dalam proses pelajaran mahasiswa tentang penelitian.

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya yang dapat digunakan untuk meningkatkan dan menambah ilmu baru tentang faktor penyebab munculnya hubungan prasangka dan frustrasi dengan perilaku agresif remaja dan memahami tentang penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan variabel yang lebih banyak lagi dan diharapkan agar dapat meneliti lebih dalam tentang bagaimana cara mencegah prasangka, frustrasi serta dapat memantau angka kejadian dan mengurangi terjadinya perilaku agresif pada remaja.

DAFTAR REFERENSI

- Ardani, T. R. 2007. Psikologi Klinis. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Arifin, B. S. 2015. Psikologi Sosial. Bandung: Pustaka Setia.
- Ariyani, Mira. 2015. Penyesuaian Diri Pada Remaja Yang Menjadi Ibu. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*,4(1), 1-5.
- Baron, A. R. (1991). Social Psychology. London: Allyn and Bacon.
- Baron, R. &. (2005). Psikologi Sosial Edisi ke-10 Jilid 2. Jakarta: Erlangga.

- Einstein, Gustav & Indrawati, Endang Sri (2016). Hubungan Pola Asuh Otoriter Orang Tua Dengan Perilaku Agresif Siswa/I SMK Yudyakarya Magelang, *Jurnal Empati* 5(3), 419-502.
- Hurlock, E. B. (1980). Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Terjemahan oleh Istiwidayanti & Soedjarwo. 2009. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2004). Psikologi Perkembangan (Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga.
- Jannah, Miftahul.(2016). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1), 14-14.
- Kartono, K. &. (2000). Kamus Psikologi. Bandung: Pionir Jaya.
- Koeswara, E. (1998). Agresif Manusia. Bandung: Erasco.
- Krahe, B. (2005). Perilaku Agresif. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Matsumoto, D. (2008). Pengantar Psikologi Lintas Budaya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Myers, D. G. (2012). Social Psychology (Psikologi Sosial). Alih Bahasa: Aliya Tusyani, dkk. Jakarta: Salemba Humanika.
- Myers, G. D. (1983). Social Psychology. Mc Graw-Hill Company, 2-8.
- Putri, Alifia Fernanda. (2019). Konsep Perilaku Agresif Siswa. *Journal of School Counseling*, 4(1), 28-32.
- SANGADAH-NIM, N. I. H. A. Y. A. T. U. S. (2009). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan reaksi frustrasi pada santri pondok pesantren al-huda kebumen* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta).
- Santoso, S. (2010). Penerapan Psikologi Sosial. Bandung: Refika Aditama.
- Santrock, J. (2002). Life-Span Development. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). Adolencence (Perkembangan Remaja). Terjemahan oleh Achmad Chusairi & Juda Damanik. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2009). Psikologi Sosial. Jakarta: Salemba Humanika.
- Utomo, Heri. "Hubungan antara frustasi dan konformitas dengan perilaku agresi pada supporter Bonek Persebaya." *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 1.2 (2013).
- Widianingsih, R. (2013). Hubungan antara Reaksi Frustrasi dengan Perilaku Agresif Remaja SMPN 2 Kalasan. *Jurnal Psikologi*, 1(1).