



Perilaku Agresif Siswa dan Strategi Intervensi BK (Kajian Literatur)

Berlian Cahyani^{1*}, Mutia Najwa Khairunnisa², Risma Anita Puriani³

¹⁻³ Bimbingan dan Konseling, Universitas Sriwijaya, Indonesia

Email: berliancahyani2018@gmail.com ^{1*}, mutianajwa1210@gmail.com ², rismary@fkip.unsri.ac.id ³

*Penulis Korespondensi: berliancahyani2018@gmail.com ¹

Abstract. Aggressive behavior among students is a common issue in educational settings, particularly during adolescence. This study aims to examine the characteristics of aggressive behavior in students and explore effective guidance and counseling (BK) intervention strategies through a literature review approach. A total of 15 relevant scientific journal articles were systematically analyzed to identify patterns, influencing factors, and effective intervention models. The findings indicate that students' aggressive behavior typically falls into low to moderate categories, which are manifested in physical aggression, verbal aggression, anger, and hostility. Contributing factors to aggressive behavior include family conditions, parenting styles, self-control, emotional maturity, peer influence, and online game addiction. Guidance and counseling interventions, such as individual counseling and cognitive-behavioral-based anger management programs, have proven to be effective in reducing aggressive tendencies among students. Consequently, an integrated BK service model that is preventive, responsive, and adaptable is crucial for addressing and managing aggressive behavior in schools. This study emphasizes the importance of implementing a comprehensive BK service framework in educational institutions.

Keywords: Adolescents; Aggressive Behavior; Guidance And Counseling; Intervention Strategies; Literature Review.

Abstrak. Perilaku agresif di kalangan siswa merupakan masalah umum di lingkungan pendidikan, khususnya selama masa remaja. Studi ini bertujuan untuk meneliti karakteristik perilaku agresif pada siswa dan mengeksplorasi strategi intervensi bimbingan dan konseling (BK) yang efektif melalui pendekatan tinjauan literatur. Sebanyak 15 artikel jurnal ilmiah yang relevan dianalisis secara sistematis untuk mengidentifikasi pola, faktor-faktor yang memengaruhi, dan model intervensi yang efektif. Temuan menunjukkan bahwa perilaku agresif siswa biasanya termasuk dalam kategori rendah hingga sedang, yang dimanifestasikan dalam agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perilaku agresif meliputi kondisi keluarga, gaya pengasuhan, pengendalian diri, kematangan emosional, pengaruh teman sebaya, dan kecanduan game online. Intervensi bimbingan dan konseling, seperti konseling individu dan program manajemen kemarahan berbasis kognitif-perilaku, telah terbukti efektif dalam mengurangi kecenderungan agresif di kalangan siswa. Oleh karena itu, model layanan BK terintegrasi yang bersifat preventif, responsif, dan adaptif sangat penting untuk mengatasi dan mengelola perilaku agresif di sekolah. Studi ini menekankan pentingnya penerapan kerangka layanan BK yang komprehensif di lembaga pendidikan.

Kata Kunci: Bimbingan dan Konseling; Perilaku Agresif; Remaja; Strategi Intervensi; Tinjauan Pustaka.

1. LATAR BELAKANG

Perilaku agresif pada siswa merupakan salah satu permasalahan yang sering dijumpai dalam lingkungan pendidikan, khususnya pada masa remaja. Remaja berada pada fase perkembangan yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang kompleks, sehingga kerap mengalami ketidakstabilan emosi dan kesulitan dalam mengendalikan perilaku. Kondisi tersebut dapat memicu munculnya perilaku agresif, baik dalam bentuk agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, maupun sikap permusuhan. Perilaku agresif yang tidak ditangani secara tepat berpotensi mengganggu proses pembelajaran, merusak hubungan sosial antar

siswa, serta menciptakan iklim sekolah yang tidak kondusif (Yunalia & Etika, 2020; Hardoni et al., 2019).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat perilaku agresif pada remaja umumnya berada pada kategori rendah hingga sedang, namun tetap muncul secara nyata dalam kehidupan sehari-hari siswa. Agresi fisik berupa ancaman atau perkelahian, agresi verbal seperti pertengkaran mulut, serta permusuhan yang ditandai dengan rasa curiga terhadap orang lain merupakan bentuk-bentuk agresivitas yang sering ditemukan di lingkungan sekolah (Yunalia & Etika, 2020). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa perilaku agresif remaja tercermin melalui aspek agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan yang saling berkaitan dalam kehidupan sehari-hari (Hardoni et al., 2019).

Faktor keluarga memiliki peran yang signifikan dalam pembentukan perilaku agresif siswa. Remaja yang berasal dari keluarga bercerai menunjukkan tingkat perilaku agresif yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja dari keluarga utuh, baik secara fisik maupun verbal (Nisfiannoor & Yulianti, 2005). Kondisi keluarga yang tidak harmonis, kurangnya perhatian orang tua, serta adanya model perilaku negatif dalam lingkungan keluarga menjadi pemicu munculnya perilaku agresif pada remaja (Yanizon & Sesriani, 2019). Selain itu, pola asuh orang tua yang tidak konsisten atau cenderung permisif juga berkontribusi terhadap meningkatnya perilaku agresif remaja (Nasution & Sitepu, 2018; Subqi, 2019).

Selain faktor keluarga, faktor internal individu turut memengaruhi perilaku agresif siswa. Kontrol diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perilaku agresif, di mana semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresif yang ditampilkan (Amanda, 2016). Kematangan emosi juga berhubungan negatif dengan perilaku agresif, yang menunjukkan bahwa remaja dengan kemampuan regulasi emosi yang baik cenderung lebih mampu mengelola dorongan agresifnya (Sovitriana & Sianturi, 2021). Peran ayah bersama dengan kontrol diri turut menjadi prediktor penting dalam menekan kecenderungan perilaku agresif pada remaja laki-laki (Situmorang et al., 2018).

Di samping itu, lingkungan sosial dan penggunaan media digital memberikan kontribusi terhadap munculnya perilaku agresif siswa. Kecanduan game online terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku agresif pada siswa sekolah menengah, baik pada jenjang SMP maupun SMA (Andrita et al., 2019; Lestari et al., 2018). Faktor lingkungan sekolah, seperti kurangnya pengawasan dan karakter siswa yang keras, juga memperkuat kecenderungan perilaku agresif apabila tidak diimbangi dengan layanan pembinaan yang memadai (Putra, 2015).

Dalam konteks penanganan, layanan bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam membantu siswa mengelola emosi dan perilaku. Konseling individual terbukti efektif dalam membantu siswa mengendalikan emosi, bersikap lebih tenang, serta memperbaiki kemampuan mengambil keputusan dan komunikasi sosial (Fauza & Chalidaziah, 2021). Selain itu, program manajemen amarah berbasis pendekatan kognitif-perilaku juga menunjukkan efektivitas yang signifikan dalam menurunkan perilaku agresif pada remaja berisiko tinggi (Siddiqah, 2010). Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih membahas faktor penyebab dan intervensi secara terpisah. Oleh karena itu, diperlukan kajian literatur yang mengintegrasikan temuan empiris mengenai perilaku agresif siswa dan strategi intervensi bimbingan dan konseling sebagai dasar pengembangan layanan BK yang lebih sistematis, preventif, dan responsif di lingkungan sekolah.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literature review. Menurut Creswell John. W. dalam (Habsy et al., 2024) Kajian literatur dipahami sebagai suatu proses pengumpulan dan penelaahan berbagai sumber tertulis, seperti artikel jurnal, buku, dan dokumen ilmiah lainnya, yang memuat penjelasan teori serta informasi baik yang bersifat klasik maupun mutakhir. Sumber-sumber tersebut kemudian disusun dan dikelompokkan sesuai dengan topik dan kebutuhan penelitian sehingga dapat memberikan landasan teoritis dan konseptual yang kuat bagi peneliti.

Berdasarkan pendekatan tersebut, penelitian ini mengkaji dan mensintesis sebanyak 15 artikel jurnal ilmiah yang relevan dengan topik perilaku agresif pada remaja. Artikel-artikel tersebut dianalisis secara sistematis untuk memperoleh gambaran yang menyeluruh mengenai karakteristik perilaku agresif, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta upaya penanganan yang telah dilakukan dalam berbagai penelitian sebelumnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kajian terhadap berbagai penelitian yang telah dianalisis, perilaku agresif pada remaja umumnya berada pada kategori rendah hingga sedang, namun tetap muncul dalam berbagai bentuk agresi. Sebagian besar remaja sekolah menengah pertama menunjukkan tingkat perilaku agresif yang rendah, meskipun masih ditemukan agresi fisik berupa ancaman, agresi verbal seperti pertengkaran mulut, serta sikap permusuhan yang ditandai dengan rasa curiga terhadap orang lain (Yunalia & Etika, 2020). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku agresif remaja tercermin melalui aspek agresi fisik, agresi verbal,

kemarahan, dan permusuhan yang saling berkaitan dalam kehidupan sehari-hari siswa (Hardoni, Neherta, & Sarfika, 2019).

Faktor keluarga terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku agresif remaja. Remaja yang berasal dari keluarga bercerai menunjukkan tingkat perilaku agresif yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja dari keluarga utuh, baik secara fisik maupun verbal (Nisfiannoor & Yulianti, 2005). Kondisi keluarga yang tidak harmonis, kurangnya perhatian orang tua, serta adanya model perilaku negatif dalam lingkungan keluarga menjadi penyebab utama munculnya perilaku agresif pada remaja (Yanizon & Sesriani, 2019). Selain itu, pola asuh orang tua yang tidak konsisten atau cenderung permisif juga berkontribusi terhadap meningkatnya perilaku agresif remaja (Nasution & Sitepu, 2018). Penelitian lain menunjukkan bahwa pola asuh keagamaan orang tua yang kurang optimal turut memengaruhi kecenderungan perilaku agresif remaja dalam lingkungan masyarakat tertentu (Subqi, 2019).

Selain faktor keluarga, faktor internal individu juga berperan penting dalam pembentukan perilaku agresif. Kontrol diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perilaku agresif, di mana semakin tinggi kontrol diri siswa maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresif yang ditampilkan (Amanda, 2016). Peran ayah bersama dengan kontrol diri juga terbukti berhubungan secara signifikan dengan kecenderungan perilaku agresif pada remaja laki-laki (Situmorang, Pratiwi, & Agung, 2018). Selain itu, kematangan emosi memiliki hubungan negatif dengan perilaku agresif, yang menunjukkan bahwa remaja dengan kematangan emosi yang baik cenderung mampu mengelola emosi dan menekan perilaku agresif (Sovitriana & Sianturi, 2021).

Lingkungan sosial dan penggunaan media digital turut memberikan kontribusi terhadap perilaku agresif remaja. Kecanduan game online memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku agresif pada siswa sekolah menengah atas, di mana sebagian besar siswa dengan tingkat kecanduan yang tidak terkontrol menunjukkan perilaku agresif (Andrita et al., 2019). Temuan serupa juga ditemukan pada siswa sekolah menengah pertama, di mana tingkat kecanduan game online yang sedang berkaitan dengan perilaku agresif pada tingkat sedang (Lestari, Rosyidah, & Milia, 2018). Selain itu, faktor lingkungan pendidikan seperti kurangnya pengawasan dan pembiasaan karakter siswa yang keras turut memperkuat kecenderungan perilaku agresif di sekolah (Putra, 2015).

Dalam konteks intervensi, layanan bimbingan dan konseling memiliki peran yang signifikan dalam mengatasi perilaku agresif remaja. Konseling individual terbukti efektif membantu siswa mengendalikan emosi, bersikap lebih tenang, serta memperbaiki kemampuan mengambil keputusan dan berkomunikasi dengan lingkungan sekitar (Fauza & Chalidaziah,

2021). Program manajemen amarah berbasis pendekatan kognitif-perilaku juga terbukti efektif dalam menurunkan perilaku agresif pada remaja berisiko tinggi (Siddiqah, 2010). Selain itu, faktor karakteristik individu dan lingkungan tempat tinggal, seperti usia, jenis kelamin, serta sistem kehidupan berasrama, juga berkaitan dengan perilaku agresif remaja (Retnowuni & Yani, 2019).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kajian literatur terhadap berbagai penelitian, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif pada remaja merupakan fenomena yang masih sering ditemukan di lingkungan sekolah meskipun sebagian besar berada pada tingkat rendah hingga sedang. Bentuk perilaku agresif meliputi agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan sikap permusuhan yang saling berkaitan dalam kehidupan sehari-hari siswa.

Perilaku agresif dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik eksternal maupun internal. Faktor eksternal meliputi kondisi keluarga yang kurang harmonis, pola asuh yang tidak konsisten, pengaruh lingkungan sosial, serta penggunaan media digital seperti game online. Sementara itu, faktor internal mencakup rendahnya kontrol diri dan kematangan emosi.

Layanan bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam upaya pencegahan dan penanganan perilaku agresif siswa. Intervensi seperti konseling individual dan program manajemen amarah berbasis pendekatan kognitif-perilaku terbukti efektif dalam membantu siswa mengelola emosi dan mengurangi kecenderungan agresif. Oleh karena itu, pengembangan program BK yang komprehensif, sistematis, dan berkelanjutan sangat diperlukan untuk mendukung terciptanya iklim sekolah yang aman dan kondusif.

DAFTAR REFERENSI

- Amanda, R. A. (2016). Pengaruh game online terhadap perubahan perilaku agresif remaja di Samarinda. *EJournal Ilmu Komunikasi*, 290-304. Retrieved from ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id
- Andrita, A., Rondo, A., Franly, H. I. S. W., Program, O., Ilmu, S., & Fakultas, K. (2019). Hubungan kecanduan game online dengan perilaku agresif siswa di SMA N 2 Ratahan. *Jurnal Kesehatan dan Pendidikan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24324>
- Buana Putra, A. R. (2015). Peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kecenderungan perilaku agresif peserta didik di SMKN 2 Palangka Raya tahun pelajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1. <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i2.406>
- Fauza, W., & Chalidaziah, W. (n.d.). Konseling individual dalam mengatasi perilaku agresif siswa. *Syifaulqulub*, 2(1), 43-52. <https://doi.org/10.32505/syifaulqulub.v2i1.3236>

- Hardoni, Y., Neherta, M., & Sarfika, R. (2019). Karakteristik perilaku agresif remaja pada sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7, 257-266. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.3.2019.257-266>
- Lestari, M. A., Rosyidah, I., & Hr, I. M. (n.d.). Hubungan kecanduan game online dengan perilaku agresif pada remaja. *Studi SMP Sawunggaling Jombang Kelas 2*.
- Nasution, M., & Sitepu, J. M. (2018). Dampak pola asuh terhadap perilaku agresif remaja di lingkungan X Kelurahan Suka Maju Kecamatan Medan Johor. *Intiqad: Jurnal Agama dan Pendidikan Islam*, 10(1), 117-140. <https://doi.org/10.30596/intiqad.v10i1.1927>
- Nisfiannoor, M., & Yulianti, E. (2005). Perbandingan perilaku agresif antara remaja yang berasal dari keluarga bercerai dengan keluarga utuh. *Jurnal Psikologi*, 3(1).
- Retnowuni, A., & Yani, L. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif pada remaja yang tinggal di pesantren. *Journal of Holistic Nursing Science*, 6(1). <https://doi.org/10.31603/nursing.v6i1.2406>
- Siddiqah, L. (n.d.). Pencegahan dan penanganan perilaku agresif remaja melalui pengelolaan amarah (anger management). *Jurnal Psikologi*, 37(1).
- Sovitriana, R., Christina Sianturi, H., Kunci, K., Emosi, K., & Agresif, P. (2021). Kematangan emosi dan konformitas teman sebaya dengan perilaku agresif pada remaja di Kelurahan X Kabupaten Bekasi. *Psyche*, 5(2). <https://doi.org/10.36269/psyche.v2i1.163>
- Subqi, I. (2019). Perilaku agresif remaja dalam tinjauan pola asuh keagamaan orang tua di Desa Baleadi Pati. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 186-214. <https://doi.org/10.18326/ijip.v1i2.186-214>
- Yanizon, A., & Sesriani, V. (n.d.). Penyebab munculnya perilaku agresif pada remaja. *Counseling and Guidance Education*, 6(1). <https://doi.org/10.33373/kop.v6i1.1915>
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. N. (2020). Analisis perilaku agresif pada remaja di sekolah menengah pertama. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(1), 38-45. <https://doi.org/10.31101/jhes.1358>
- Zulida Situmorang, N., Pratiwi, Y., Dimas Panji Agung, & R. (2018). Peran ayah dan kontrol diri sebagai prediktor kecenderungan perilaku agresif remaja. *Jurnal Ilmu Hukum*, 2(1), 115-126. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1839>