

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

WHO (2015) mengemukakan bahwa tahap menuju kemandirian sosial, pembentukan identitas, penguasaan keterampilan orang dewasa, dan kemampuan bernegosiasi adalah aspek yang sangat penting dalam proses remaja. Kelompok usia antara anak - anak dan dewasa awal yang mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Remaja juga menghadapi berbagai tekanan dan stresor untuk itu remaja perlu mencapai tahapan perkembangan (Hardoni dkk., 2019).

Perkembangan remaja ditandai dengan adanya beberapa tingkah laku, baik tingkah laku positif maupun tingkah laku negatif, remaja memiliki sifat yang cenderung lebih agresif, emosi tidak stabil, dan tidak bisa menahan dorongan nafsu. Sehingga sering terjadi peristiwa menyimpang serta orang tua mengeluh terhadap kurangnya kesopanan terhadap mereka, dan perilaku agresif baik secara lisan maupun *non verbal* (Mensi dkk., 2020).

Menurut UNICEF (2021) menyebutkan 50% remaja berusia 13 – 15 tahun atau setara 150 juta remaja di dunia pernah mengalami kekerasan berupa perkelahian fisik serta perudungan atau *bullying* dari teman sebaya di sekolah. Menurut *National for Educational statistics* (NCES) tahun 2015 mengemukakan bahwa satu dari lima siswa di U.S berusia 12 – 18 tahun

sebanyak 11 (20,8%) melapor bahwa pernah menjadi korban *bullying* (Yunitasari et al., 2021)

World Health Organization (WHO) telah mengidentifikasi *Non Communicable Disease* sebagai masalah kesehatan yang signifikan, terutama di Asia Tenggara. Menurut data WHO mengatakan bahwa 11,7% remaja terpapar minuman beralkohol, yang dapat menyebabkan perilaku agresif. Kesehatan mental juga menjadi perbincangan penting belakangan ini, terutama masalah psikososial seperti kenakalan remaja atau perilaku agresif dapat menjadi pemicu gangguan mental (Yunalia & Etika, 2020).

Berdasarkan Data Badan Pusat Statistik (BPS) didapatkan data adanya peningkatan kasus kenakalan remaja setiap tahunnya. Tren kenakalan remaja dimulai dari perilaku *verbal*, kekerasan fisik, dan kekerasan psikis menunjukkan adanya peningkatan, pada tahun 2018 tercatat 3145 remaja usia < 18 tahun menjadi pelaku kenakalan dan tindak kriminal, tahun 2019 dan 2020 meningkat menjadi 3280. Pada tahun 2021 angka kenakalan remaja di Indonesia mencapai 6325 kasus. Dari data tersebut artinya dalam rentang 3 tahun kasus kenakalan remaja mengalami kenaikan besar 10,7% (Murni Dewi & Feriyal, 2023).

Berdasarkan data Polresta Bogor ada sebanyak 32 kasus kenakalan remaja meliputi kejahatan jalanan, seperti tawuran. Jumlah pelaku tawuran yang berhasil diamankan pada tahun 2022, didominasi oleh kasus tawuran. Hal ini bisa terjadi karena banyak remaja yang memiliki manajemen emosi yang buruk, sehingga memberi dampak fisik maupun psikologis bagi individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Satrio (2019), mengungkapkan bahwa remaja di SMP Negeri 1 Gunung Putri dari 279 terdapat siswa yang memiliki perilaku agresif sebanyak 145 responden (52,0%) dan yang memiliki perilaku tidak agresif sebanyak 134 responden (48,0%) pengalaman tersebut menunjukkan dominannya keadaan emosi pada remaja yang mengakibatkan remaja melakukan kekerasan emosional dan sering terpapar tayangan kekerasan dengan perilaku agresif remaja di SMP Negeri 1 Gunung Putri Kabupaten Bogor (Kusumo, 2019).

Selanjutnya penelitian oleh Handayani Wulan (2019) mengemukakan bahwa pemberian teknik *anger management* yang dilakukan di SMA 5 Banda Aceh terbukti menurunkan perilaku agresivitas yang dilihat dari hasil perbandingan antara hasil pre-test dan post-test yang mengalami penurunan. Rata rata pretest 132,27 setelah dilakukan Teknik *anger management* maka hasil post test turun menjadi 91.9.

Trisnawati (2014) dalam (Retnowuni & Yani, 2019a) sikap agresif pada remaja diawali dengan ketidakstabilan dalam menahan marah yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Perilaku agresif ini dapat berdampak buruk baik secara mental maupun fisik, remaja yang sudah terbiasa melakukan tindakan agresif cenderung mengatasi masalah dengan kekerasan dan sulit mengendalikan emosi (Retnowuni & Yani, 2019). Ketidakmampuan remaja dalam membedakan hal yang positif dan negatif dapat menyebabkan mereka sulit mengenali konsekuensi dari tindakan yang dilakukannya. Sehingga remaja

mengarah pada perilaku memberontak atau agresif karena tidak mengetahui dampak negatif dari tindakan tersebut (Lutfiani dkk., 2018).

Maka itu remaja harus meningkatkan kemampuan untuk mengelola marah agar tumbuh menjadi individu yang matang secara emosi. Banyak berbagai cara dalam mengelola emosi, salah satu cara yang bisa dilakukan untuk mengelola emosi yaitu dengan manajemen marah, dan terapi relaksasi. Tujuan dari latihan relaksasi ini adalah untuk menurunkan tingkat ketegangan psikis dan fisiologis akibat *stressor* yang menekan dan menggantinya dengan keadaan santai dan tenang (Lestari & Marjo, 2021).

Saat sedang mengalami emosi marah maka terjadi perubahan secara fisiologis tubuh akan mengalami seperti dada menjadi sesak, detak jantung meningkat, tekanan darah meningkat, suhu badan meningkat, yang semuanya ini merupakan keadaan tegang saat rasa marah muncul. Salah satu penanganan untuk mengelola dengan menerapkan intervensi menggunakan terapi *anger management* yang membuat remaja dapat mengatur regulasi emosi dengan baik, sehingga remaja lebih mampu dalam mengelola emosinya dengan baik.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti tanggal 21 Maret melalui wawancara terhadap guru bimbingan konseling bahwa terdapat beberapa siswa SMA Negeri 10 Kota Bogor melakukan perilaku agresif seperti memaki, mengejek teman di sekolahnya, dan ada beberapa dengan bentuk perkelahian.

Dalam berbagai fenomena yang diuraikan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan Terapi *Anger Management* Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bogor”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut “*Bagaimana Penerapan Terapi Anger Manajement Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bogor*”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran Penerapan Terapi *Anger Management* Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bogor

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik remaja dengan perilaku agresif dalam Penerapan Terapi *Anger Management* Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bogor
- b. Mengetahui keefektifan Penerapan Terapi *Anger Management* Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bogor

- c. Mengetahui hasil evaluasi Penerapan Terapi *Anger Management* Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bogor

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi

Diharapkan temuan dari penelitian ini akan memberikan kontribusi sebagai pedoman dan acuan dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam konteks Keperawatan Jiwa, dan referensi bagi institusi untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

2. Institusi Pendidikan

Diharapkan SMA Negeri 10 Bogor dapat mengakses dan mengelola data terkait penerapan terapi *anger management* terhadap penurunan perilaku agresif pada remaja untuk kemudian dijadikan dasar pembuatan atau pengembangan program sekolah.

3. Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian dapat bermanfaat sebagai informasi atau rujukan tentang model pendekatan keperawatan dalam penerapan terapi *anger management* bagi remaja.