

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku Agresi

1. Definisi Perilaku Agresi

Perilaku agresi merupakan bentuk perilaku negatif yang timbul karena adanya rangsangan, terutama rangsangan dari lingkungan yang sering kali mengakibatkan dampak yang lebih besar. Perilaku agresi dapat berupa fisik ataupun verbal dan dapat terjadi pada orang lain ataupun objek yang menjadi sasaran perilaku agresi. Berikut ini terdapat beberapa pendapat dari para tokoh yang mendefinisikan perilaku agresi antara lain sebagai berikut:

Robert Baron (2003: 140) mendefinisikan perilaku agresi merupakan tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menghendaki atau menginginkan datangnya tingkah laku tersebut.

Sedangkan menurut Moore dan Fine (dalam Koesworo, 1998: 5) perilaku agresi adalah tingkah laku kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain atau terhadap objek. Myers (dalam Sarwono, 2002: 297) perilaku agresi adalah perilaku fisik ataupun lisan yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti atau merugikan orang lain. Dan menurut Sear (1985: 3) perilaku agresi adalah tindakan yang melukai orang lain, dan yang dimaksudkan untuk itu.

Menurut Byrne dan Kelly (dalam Saria dkk; 2006: 2) perilaku agresi adalah sebagai segala tindakan yang bertujuan menyakiti atau melukai orang lain. Definisi perilaku agresi disajikan berdasarkan fokusnya terhadap tiga aspek, yaitu akibat merugikan atau menyakitkan, niat, dan harapan untuk merugikan dan keinginan orang yang menjadi sasaran perilaku agresi untuk menghindari stimulus yang merugikan.

Berdasarkan beberapa pendapat para tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku agresi adalah segala tindakan individu baik berupa verbal maupun non verbal yang terjadi karena adanya rangsangan internal maupun eksternal serta terdapat niat dan harapan untuk merugikan orang lain ataupun objek.

2. Teori-Teori Agresi

Teori-teori perilaku agresi menggambarkan bahwa adanya perilaku agresi terjadi karena adanya faktor-faktor riil yang menjadi penyebabnya. Perilaku agresi dapat terjadi dari banyak rangsangan baik eksternal maupun internal. Hanya saja tidak dialami oleh semua orang namun hanya pada orang yang belum mampu untuk mengendalikan emosinya. Berikut ini teori-teori agresi yaitu:

a. Teori Frustrasi – Agresi

Teori frustrasi agresi atau hipotesis frustrasi agresi (*Frustration aggression hypothesis*) berasumsi bahwa bila usaha seseorang untuk

mencapai suatu tujuan mengalami hambatan, akan timbul dorongan agresi yang pada gilirannya akan memotivasi perilaku yang dirancang untuk melukai orang atau objek yang menyebabkan frustrasi. Menurut formulasi ini, agresi bukan dorongan bawaan, tetapi karena frustrasi merupakan kondisi yang cukup universal, maka agresi tetap merupakan dorongan yang harus disalurkan (Sarwono, 2002:305).

b. Teori Belajar Sosial

Teori belajar sosial lebih memperhatikan faktor tarikan dari luar. Bandura (dalam Sarwono, 2002:312) mengatakan bahwa dalam kehidupan sehari-haripun perilaku agresi dipelajari dari model yang dilihat dalam keluarga, dalam lingkungan kebudayaan setempat, ataupun melalui media massa.

c. Teori Kognitif

Teori kognitif berintikan pada proses yang terjadi pada kesadaran dalam membuat penggolongan (katagorisasi), pemberian sifat-sifat (atribusi), penilaian dan pembuatan keputusan. Dalam hubungan antara dua orang, kesalahan atau penyimpangan dalam pemberian atribusi juga dapat menyebabkan agresi (Sarwono, 2002:313).

d. Teori Beban Stimulus (*Stimulus load theory*)

Cohen menyatakan bahwa teori ini memiliki titik sentral yaitu adanya dugaan bahwa manusia memiliki kapasitas yang terbatas dalam memproses informasi. Ketika input/masukan (stimulus) melebihi

kapasitas, maka orang cenderung untuk mengabaikan beberapa masukan dan mencurahkan perhatian lebih banyak kepada hal lain. Umumnya stimulus tertentu yang paling penting diperhatikan dengan alokasi waktu yang banyak dan stimulus yang kurang penting umumnya diabaikan.

e. Teori Kualitas Lingkungan

Strategi yang dipilih seseorang untuk stimulus mana yang diprioritaskan atau diabaikan pada suatu waktu tertentu akan menentukan reaksi positif atau negatif terhadap lingkungan (Fatah H, 2007:60).

Berdasarkan beberapa pendapat para tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa dalam teori-teori agresi terdapat beberapa penyebab terjadinya perilaku agresif yaitu karena adanya hambatan yang menghalangi tercapainya tujuan, terjadinya modeling dari orang yang melakukan perilaku agresif, adanya proses kognitif yang dapat memberikan dampak negatif terhadap persepsi pada orang lain, ketidakmampuan untuk menerima informasi sehingga terdapat beban yang menjadikannya masalah, adanya pemilihan reaksi yang lebih diprioritaskan.

3. Faktor - faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Agresi

Terdapat beberapa penyebab yang mempengaruhi terjadinya perilaku agresi, kebanyakan dipengaruhi oleh adanya rangsangan eksternal maupun internal. Perilaku agresi yang merupakan bentuk emosi negatif, tidak serta

merta terjadi begitu saja namun sering kali terjadi karena adanya proses yang berkelanjutan.

Menurut Fuad (2008: 102) munculnya perilaku agresi berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadi dalam diri seseorang. Rasa marah dapat muncul dengan sebab-sebab: adanya serangan orang lain dan terjadinya frustrasi dalam diri seseorang.

Pertama, amarah akibat dari serangan atau gangguan yang dilakukan orang lain. Bayangkan bahwa suatu saat tiba-tiba ada seseorang yang mengejek anda sebagai orang yang tolol dan tidak sopan. Kedua, frustrasi. Frustrasi adalah gangguan atau kegagalan dalam mencapai tujuan. Salah satu prinsip dalam psikologi adalah frustrasi cenderung membangkitkan perasaan agresi.

Dollard dkk (1939) di Yale mengungkapkan bahwa agresi selalu merupakan akibat dari frustrasi: munculnya perilaku agresi selalu mensyaratkan adanya frustrasi. Sebaliknya, frustrasi menimbulkan beberapa bentuk agresif.

4. Macam – macam Perilaku Agresi

Terdapat beberapa macam perilaku agresi yang tujuan dilakukannya perilaku agresi tersebut memiliki perbedaan. Macam-macam perilaku agresi tersebut pada umumnya terjadi karena adanya rangsangan yang

menjadi faktor penyebabnya. Berikut ini macam-macam perilaku agresi yang digolongkan menjadi dua, yaitu:

- a. Agresi permusuhan (*hostile aggression*) semata-mata dilakukan dengan maksud menyakiti orang lain atau sebagai ungkapan kemarahan dan ditandai dengan emosi yang tinggi. Perilaku agresi dalam jenis ini adalah tujuan dari agresi itu sendiri.
- b. Agresi instrumental (*instrumental aggression*) pada umumnya tidak disertai emosi. Perilaku agresi hanya merupakan sarana untuk mencapai tujuan lain selain penderitaan korbannya. Myers (dalam Sarwono, 2002: 298) mengemukakan agresi instrumental mencakup perkelahian untuk membela diri, penyerangan terhadap seseorang ketika terjadi perampokan, perkelahian untuk membuktikan kekuasaan atau dominasi seseorang.

Berdasarkan pendapat Mayer di atas dapat disimpulkan bahwa macam-macam perilaku agresi yaitu: agresi yang terjadi karena adanya rangsangan eksternal yang kuat sehingga mengakibatkan emosinya menjadi tinggi, serta agresi yang terjadi karena memiliki tujuan khusus selain untuk melukai orang lain.

Pendapat ini menyebutkan ada beberapa bentuk atau ekspresi perilaku agresi antara lain:

1. Agresi yang berbentuk fisik seperti memukul, menendang, melempar, merusak serta bentuk-bentuk lain yang dapat mengakibatkan sakit/ luka pada objek atau sumber frustrasi.

2. Sedangkan bentuk perilaku agresi yang bersifat verbal seperti mencaci-maki, berteriak-teriak. Mengeluarkan kata-kata yang kasar/ kotor dan bentuk-bentuk lain yang sifatnya verbal/ lisan (Sarwono, 2002: 297).

Berdasarkan pendapat Sarwono dapat disimpulkan bahwa ada dua bentuk perilaku agresi yang biasa dilakukan yaitu agresi fisik yang fokusnya pada tubuh ataupun kondisi yang dapat dilihat oleh mata, sedangkan secara verbal biasanya berupa perkataan yang dapat menimbulkan dampak psikis. Teori ini sering kali digunakan dikarenakan pemaparan teorinya lengkap dan mudah dipahami.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa macam-macam agresi ada beberapa antara lain agresi yang disebabkan karena adanya kamarahan sehingga terjadi permusuhan, agresi yang ditujukan untuk menyakiti orang lain, agresi yang berbentuk fisik yaitu untuk menyakiti atau meninggalkan luka, agresi bersifat perkataan yang ditujukan untuk membuat orang lain sakit hati.

Buss (Morgan, 1987 dalam Fuad, 2008: 100) mengklasifikasikan perilaku agresi secara lebih lengkap, yaitu: perilaku agresi secara fisik atau verbal, secara aktif atau pasif, dan secara langsung atau tidak langsung. Tiga klasifikasi tersebut masing-masing akan saling berinteraksi, sehingga akan menghasilkan delapan bentuk perilaku agresi, yaitu:

1. Perilaku agresi fisik aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya menusuk, menembak, memukul orang lain.

2. Perilaku agresi fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya membuat jebakan untuk mencelakakan orang lain.
3. Perilaku agresi fisik pasif yang dilakukan secara langsung, misalnya tidak membberikan jalan kepada orang lain.
4. Perilaku agresi fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menolak untuk melakukan sesuatu, menolak mengerjakan perintah orang lain.
5. Perilaku agresi verbal aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya memaki-maki orang.
6. Perilaku agresi verbal aktif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menyebar gosip tentang orang lain.
7. Perilaku agresi verbal pasif yang dilakukan secara langsung, misalnya menolak untuk berbicara dengan orang lain, menolak untuk menjawab pertanyaan orang lain atau menolak untuk memberikan perhatian pada suatu pembicaraan.
8. Perilaku agresi verbal pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya tidak setuju dengan pendapat orang lain etapi tidak mau mengatakan (memboikot), tidak mau menjawab pertanyaan orang lain.

5. Perilaku Agresi Dalam Perspektif Islam

Perilaku agresi adalah segala tindakan yang bertujuan untuk menyakiti orang lain ataupun objek sasaran yang disebabkan karena adanya rangsangan dari lingkungan atau dalam diri individu itu sendiri. Dalam Al-Qur'an perilaku agresi dijelaskan melalui segala tindakan yang merepresentasikan dari kondisi batin seseorang.

Dalam Al-Qur'an ada beberapa surat yang menjelaskan tentang perilaku agresi. Salah satunya dalam surat Al-Hujarat ayat 11:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُونَ قَوْمًا مِّنْ نِّسَاءٍ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ
وَلَا قَوْمَ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا
بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ
الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾

“hai orang-orang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan janganlah memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barang siapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang dzalim”.

Surat Al-Hujarat ayat 11 di atas menjelaskan tentang perilaku agresi yang dilakukan oleh individu untuk melukai ataupun menyakiti orang lain dengan merendahkan martabatnya di depan umum. Islam melarang orang yang beriman untuk melakukan perilaku agresi baik berupa ejekan atau

celaan dalam bentuk apapun karena individu yang melakukan perilaku agresi adalah individu yang tercela. Surat Al-Hajj ayat 72:

وَإِذَا تُلِيٰ عَلَيْهِمْ آيَاتُنَا بَيِّنَاتٍ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِ الَّذِينَ كَفَرُوا الْمُنْكَرَ
يَكَادُونَ يَسْطُونَ بِالَّذِينَ يَتْلُونَ عَلَيْهِمْ آيَاتِنَا قُلْ أَفَأُنَبِّئُكُمْ
بِشَرِّ مِّن ذَٰلِكُمُ النَّارُ وَعَدَّهَا اللَّهُ الَّذِينَ كَفَرُوا وَيُبْسِئُ الْمَصِيرُ ﴿٧٢﴾

“Dan apabila dibacakan dihadapan mereka ayat-ayat kami yang terang niscaya kamu melihat tanda-tanda keingkaran pada muka orang-orang yang kafir itu. Hampir-hampir mereka menyerang orang-orang yang membacakan ayat-ayat kami dihadapan mereka. Katakanlah: apakah akan Aku kabarkan kepadamu yang lebih buruk dari pada itu, yaitu neraka? Allah telah mengancamkannya kepada orang-orang yang kafir. Dan neraka itu adalah seburuk-buruknya tempat kembali”.

Surat Al-Hajj ayat 72 di atas menjelaskan tentang adanya keinginan untuk melukai orang lain seperti pertentangan yang sengaja dibuat sebagai seranga ataupun tidak mengakui sebuah kebenaran yang oleh agama telah diajarkan. Ayat ini dipertegas dengan surat Al-Imron ayat 110 yang berbunyi:

كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ
وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ ءَامَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِّنْهُمْ
الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ﴿١١٠﴾

“Kamu adalah umat yang terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada ma’ruf, dan mencegah dari yang mungkar, dan beriman kepada Allah. Sekiranya ahli kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi

mereka, di antara mereka ada yang beriman, dan kebanyakan mereka adalah orang-orang yang fasik”.

Surat Al-Imron di atas menjelaskan tentang umat yang baik adalah yang melakukan perbuatan yang diperintahkan agama dan menghindari kepada perbuatan yang dilarang, itu berarti Islam melarang perilaku agresi yang dapat menyakiti ataupun melukai orang lain. Dalam surat Qaaf ayat 28 yang berbunyi :

قَالَ لَا تَحْتَصِمُوا لَدَيَّ وَقَدْ قَدَّمْتُ إِلَيْكُم بِالْوَعِيدِ ﴿٢٨﴾

“Allah berfirman: janganlah kamu bertengkar di hadapanKu, padahal sesungguhnya Aku dahulu telah memberikan ancaman kepadamu”.

Surat Qaaf ayat 28 di atas menjelaskan tentang larangan untuk bertengkar dengan tujuan atau maksud apapun. Padahal bertengkar adalah salah satu perilaku agresi yang secara riil keberadaannya tidak diperbolehkan oleh agama.

Berdasarkan beberapa ayat Al-Qur’an di atas dapat disimpulkan bahwa Islam melarang perilaku agresi dalam bentuk apapun. Hal ini dikarenakan perilaku agresi dapat merugikan orang lain dan sering kali membuat orang lain sakit hati. Individu yang melakukan perilaku agresi termasuk dalam golongan orang-orang dzalim.

B. Strategi Koping

1. Pengertian Strategi Koping

Koping menurut Lazarus (dalam Smet 1994: 147) adalah *the process by which people try to manage the perceived discrepancy the demand and resources they appraise in a stressful*. Berdasarkan pernyataan tersebut koping merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada di antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stress.

Dalam kamus psikologi (Chaplin, 2006:112) koping behavior diartikan sebagai sembarang perbuatan, dalam mana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya, dengan tujuan menyelesaikan sesuatu (tugas atau masalah).

Sedangkan menurut Lazarus dan folkman (1984) koping adalah cara atau usaha yang dilakukan oleh individu baik secara kognitif maupun perilaku dengan tujuan untuk menghadapi dan mengatasi tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal yang dianggap sebagai tantangan atau permasalahan bagi individu (dalam Thoits, 1986: 417).

Koping juga merupakan bentuk tingkah laku individu untuk melindungi diri tekanan-tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh problem pengalaman sosial (Pearlin dan Schooler, 1978; dalam Sarafino, 1990: 147). Koping menurut Grotberg (2000) adalah segala bentuk usaha baik disadari maupun tidak, sehat ataupun tidak guna mencegah,

mengurangi dan menoleransi efek-efek yang tidak menyenangkan (dalam Pudjiati, 2006). Usaha tersebut dilakukan individu dengan tujuan memenuhi tuntutan lingkungan untuk mencegah konsekuensi negatif. Usaha tersebut menurut French (1974) juga bertujuan meningkatkan keseimbangan antara individu dengan lingkungannya (dalam Thoits, 1986: 417).

Koping berhubungan dengan kemampuan untuk menyusun suatu rencana yang digunakan untuk mengurangi dan mengatasi stress yang dapat mengancam dirinya baik secara fisik maupun psikologik dengan menggunakan sumber-sumber daya yang dimiliki oleh individu tersebut. Penyesuaian diri yang tepat terhadap stressor akan membantu individu untuk meringankan bahkan menyelesaikan sebuah permasalahan. Secara umum, stress dapat diatasi dengan melakukan transaksi dengan lingkungan di mana hubungan transaksi ini merupakan suatu proses yang dinamis.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas strategi koping merupakan suatu bentuk upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi dan meminimalisasikan situasi yang sarat akan tekanan baik secara kognitif maupun dengan perilaku.

2. Bentuk-Bentuk Strategi Koping

Usaha atau cara yang dilakukan individu untuk menghadapi dan mengatasi permasalahan menurut Lazarus dan Folkman (1984) (dalam Sarafino, 1990: 146) dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu: *problem focused of coping* (strategi koping yang berorientasi pada masalah) dan

emotional focused of coping (strategi koping yang berorientasi pada emosi)

Pertama, *problem focused of coping* (strategi koping yang berorientasi pada masalah) merupakan usaha yang dilakukan individu dengan cara menghadapi secara langsung sumber penyebab permasalahan. Tindakan tersebut meliputi tingkah laku yang diarahkan untuk merubah atau mengelolah situasi yang penuh stress, atau pemikiran yang mengarah pada keyakinan bahwa stressor dapat dikendalikan (Thoits, 1986: 417). *Problem focused of coping* dapat dilakukan dengan menurunkan target atau harapan yang diinginkan oleh individu atau meningkatkan kemampuan untuk mencapai target atau harapan tersebut (Sarafino, 1990: 146). Menurut Aldwin & Revenson (dalam Afandi, 2004: 14), beberapa hal yang menunjukkan strategi koping tipe *problem focused of coping* ini antara lain sebagai berikut:

a. *Instrumental Action* (tindakan secara langsung)

Seseorang melakukan usaha dan menetapkan langkah-langkah yang mengarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun rencana untuk bertindak dan melaksanakannya.

b. *Cautiousness* (kehati-hatian)

Seseorang berfikir, meninjau dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah, berhati-hati dalam memutuskan atau dengan meminta pendapat orang lain tentang pemecahan masalah tersebut dan mengevaluasi tentang strategi yang pernah diterapkan.

c. *Negotiation* (negosiasi)

Seseorang membicarakan serta mencari penyelesaian dengan orang lain yang terlibat dalam permasalahan yang dihadapinya dengan harapan agar masalah dapat terselesaikan.

Emotional focused coping adalah usaha-usaha yang dilakukan individu baik dengan tindakan atau pikiran untuk mengotrol perasaan yang tidak diinginkan yang berasal dari keadaan yang penuh stress (Thoit, 1986). Individu disini berusaha untuk meminimalisir meningkatnya emosi karena stressor tanpa berhadapan dengan situasi yang menimbulkan stress. Menurut Aldwin & Revenson, beberapa hal yang menunjukkan strategi koping tipe *emotional focused coping* ini diantara lain sebagai berikut:

a. *Escapism* (pelarian diri dari masalah)

Cara individu mengatasi stress dengan berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau mengandaikan diriya berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya saat ini.

b. *Minimization* (meringankan beban masalah)

Cara individu mengatasi stress dengan menolak memikirkan masalah dan menganggapnya seakan-akan masalah tersebut tidak ada dan membuat masalah menjadi ringan.

c. *Self Blame* (menyalahkan diri sendiri)

Cara individu mengatasi stress dengan memunculkan perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi. Strategi ini bersifat pasif dan intropunitive yang ditunjukkan dalam diri sendiri.

d. *Seeking Meaning* (mencari arti)

Cara individu mengatasi stress dengan mencari makna atau hikmah dari kegagalan yang dialaminya dan melihat hal-hal lain yang penting dalam kehidupan.

Mekanisme yang biasa digunakan dalam *emotion focused coping* adalah seperti denial dan harapan yang ditujukan adalah untuk menghindari konfrontasi (pertentangan) langsung dengan stressor. Individu dapat mengatur respon melalui dua pendekatan yaitu behavioral dan kognitif. Pendekatan behavioral misalnya dengan mengkonsumsi alcohol, narkoba, mencari dukungan social dari teman dan keluarga, melakukan kegiatan-kegiatan seperti olahraga, menonton televisi. Semua kegiatan-kegiatan tersebut dilakukan untuk mengalihkan perhatian dari masalah yang sedang dihadapi. Pendekatan kognisi meliputi bagaimana orang berpikir tentang situasi yang penuh stress, hal ini dapat dilakukan dengan mengubah arti dari situasi yang penuh stress menjadi situasi yang lebih ringan atau dapat diterima. Berawal dari pendapat yang dikemukakan Lazarus mengenai tipe strategi coping, suatu studi lanjutan dilakukan oleh Folkman, dkk (dalam Smet, 1994:145) mengenai variasi dari kedua

strategi terdahulu, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Hasil studi tersebut menunjukkan adanya delapan strategi koping yang muncul, yaitu:

a. Problem Focused Coping

1. Konfrontasi; individu berpegang teguh pada pendiriannya dan mempertahankan apa yang diinginkannya, mengubah situasi secara agresif dan adanya keberanian mengambil resiko.
2. Mencari dukungan sosial; individu berusaha untuk mendapatkan bantuan dari orang lain.
3. Merencanakan pemecahan permasalahan; individu memikirkan, membuat dan menyusun rencana pemecahan masalah agar dapat terselesaikan.

b. Emotion Focused Coping

1. Kontrol diri; menjaga keseimbangan dan menahan emosi dalam dirinya.
2. Membuat jarak; menjauhkan diri dari teman-teman dan lingkungan sekitar.
3. Penilaian kembali secara positif; dapat menerima masalah yang sedang terjadi dengan berfikir secara positif dalam mengatasi masalah.

4. Menerima tanggung jawab; menerima tugas dalam keadaan apapun saat menghadapi masalah.
5. Lari atau penghindaran; menjauh dan menghindari dari permasalahan yang dialaminya.

Berdasarkan uraian diatas, orientasi strategi koping terdiri dari *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* adalah strategi yang berorientasi pada masalah. Usaha-usaha yang dilakukan bertujuan untuk menghadapi masalah secara langsung. *Emotion focused coping* adalah strategi yang berorientasi pada emosi. Usaha-usaha yang dilakukan tidak untuk menghadapi masalah secara langsung. Usaha tersebut lebih diarahkan untuk mengontrol diri atau perasaan yang tidak diinginkan yang timbul karena masalah yang sedang dihadapi.

3. Proses Koping

Proses koping yang dilakukan individu selain tidak bisa lepas dari proses bagaimana penilaian orang terhadap hal, peristiwa, atau keadaan yang menimbulkan stress. Lazarus dan Folkman (1994) mengajukan suatu model stress yang menekankan adanya proses kognitif dalam pengelolaan stress. Pada saat menghadapi stressor, individu melakukan penilaian apakah stressor tersebut mengancam dirinya atau tidak. Proses kognitif ini dinamakan dengan *primary appraisal*. Kemudian individu akan menilai kemampuan dirinya dan apakah tersedia padanya sumber daya untuk menghadapi tuntutan itu. Proses kognitif ini dinamakan dengan *secondary appraisal* (Larsen & Buss, 2002: 517). Dengan melihat apakah sumber

daya yang dimiliki cukup atau tidak untuk mengatasi kerugian, ancaman, dan tantangan yang ada pada hal yang mendatangkan stress itu. Proses kognitif kemudian dilanjutkan dengan strategi koping yang pada akhirnya akan berdampak pada tinggi rendahnya stress yang dialami individu (Holahan & Moss, 1987; dalam Hardjana, 1994).

Ketika seseorang percaya bahwa tidak ada yang dapat dilakukan untuk merubah situasi, atau percaya bahwa kemampuan yang dimiliki tidak mencukupi untuk mengatasi stressor, maka berkecenderungan untuk menggunakan *emotion focused coping*. Dengan kata lain, seseorang yang mengalami stress tinggi cenderung menggunakan *emotion focused coping*. Sebaliknya, ketika seseorang percaya bahwa kemampuan yang dimiliki dapat merubah situasi atau stressor, berarti dia berada pada tingkat stress menengah ia akan cenderung menggunakan *problem focused coping* (Lazarus dan Folkman, 1984; dalam Sarafino, 1990: 146). Seperti seseorang yang kehilangan anggota keluarganya, menurut Billing dan Moos (1981) perilaku koping yang akan digunakan untuk mengatasi peristiwa tersebut adalah *emotion focused coping*, sementara ketika seseorang menghadapi kesulitan ekonomi perilaku koping yang cenderung akan digunakan adalah *problem focused coping* (Sarafino, 1990: 145). Namun demikian, seringkali seseorang akan menggunakan kombinasi antara *emotion focused coping* dan *problem focused coping* dengan cara-cara dalam menghadapi situasi yang dianggap stressor (Atkinson dkk, 1987:473).

Folkman dan Lazarus (1984) strategi koping yang berpusat pada emosi (*emotional focused coping*) berfungsi untuk meregulasi respons emosional terhadap masalah. Strategi koping ini sebagian besar terdiri dari proses-proses kognitif yang ditujukan pada pengukuran tekanan emosional dan strategi yang termasuk di dalamnya adalah (Sarafino, 1990: 147):

- a. Penghindaran, perminiman atau pembuatan jarak
- b. Perhatian yang selektif
- c. Memberikan penilaian yang positif pada kejadian yang negatif

Sedangkan strategi koping yang berpusat pada masalah (*problem focused coping*) berfungsi untuk mengatur dan merubah masalah penyebab stress. Strategi yang termasuk di dalamnya adalah (Wildan, 2002):

- a. Mengidentifikasi masalah
- b. Mengumpulkan alternatif pemecahan masalah
- c. Mempertimbangkan nilai dan keuntungan alternatif tersebut
- d. Memilih alternatif terbaik
- e. Mengambil tindakan

Pada dasarnya tidak ada metode terbaik dalam melakukan koping. Koping dikatakan efektif jika orientasi koping yang dipilih dapat menetralsir peristiwa yang dianggap sebagai stressor, dan tidak memiliki kemungkinan menimbulkan masalah dikemudian hari. Pemilihan strategi koping mana yang akan digunakan individu dalam menghadapi dan

memecahkan permasalahannya sangat berkaitan dengan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku koping tertentu secara konsisten.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Strategi Koping

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi strategi koping (Holahan dan Moss, 1987), yaitu:

- a. Sosiodemografik, yang meliputi status sosial, status perkawinan, status pekerjaan, gender, tingkat pendidikan.
- b. Peristiwa hidup yang menekan, yaitu peristiwa yang dialami individu yang dirasa menekan dan mengancam kesejahteraan hidup seperti bencana, kehilangan sesuatu yang berharga dan lain sebagainya.
- c. Sumber-sumber jaringan sosial, yang meliputi dukungan sosial.
- d. Kepribadian, seperti *locus of control*, kecenderungan neurotic, optimis, *self esteem*, kepercayaan diri dan sebagainya.

Sedangkan Taylor (1991) menyatakan bahwa terdapat dua faktor lain yang juga mempengaruhi perilaku koping, yaitu faktor internal dan juga faktor eksternal. Faktor internal yang dimaksud adalah kepribadian, seperti ketahanan, pusat pengendali (*locus of control*), kemampuan yang dimiliki. Faktor eksternal meliputi ruang dan waktu, dukungan sosial, standar kehidupan atau tidak adanya stressor lain yang terjadi bersamaan. Kemudian Lazarus dan Folkman menyatakan bahwa penilaian individu terhadap situasi yang dihadapi dan emosi yang dirasakan individu akan mempengaruhi perilaku koping. Suatu kejadian yang dapat dinilai sebagai

suatu yang mengancam, menantang, berbahaya atau sebagai sesuatu yang menguntungkan akan sangat tergantung pada bagaimana individu menilai situasi yang dihadapi. Pernyataan tersebut juga diutarakan oleh Corsisni (1984) bahwa perilaku koping tergantung pada bagaimana individu menilai situasi yang dihadapi.

Faktor internal lain yang juga dapat mempengaruhi perilaku koping adalah kehidupan spiritual seseorang (Gunarsa, 1990: 58). Ketika tingkat religius tinggi, maka ia cenderung menghadapi permasalahan dengan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Mereka yakin bahwa apa yang mereka hadapi memang telah ditentukan oleh Tuhan, dan hal tersebut mereka yakini sebagai suatu peristiwa yang memiliki makna tertentu. Akibat yang ditimbulkan oleh peristiwa yang dihadapinya akan cenderung mereka terima dengan pasrah dan mereka akan mengambil hikmah dari peristiwa tersebut.

Menurut Billing dan Moss (1981) jenis kelamin juga mempengaruhi perilaku koping. Wanita cenderung menggunakan *emotion focused coping* karena wanita cenderung dipengaruhi oleh emosi, sedangkan pria lebih cenderung menggunakan *problem focused coping*. Pendapat tersebut diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Billing dan Moss terhadap 200 pasangan menikah (Sarafino, 1990: 145).

Berdasarkan pendapat-pendapat yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pembentukan strategi koping dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya adalah faktor internal dan faktor

eksternal. Faktor internal seperti kepribadian, usia, jenis kelamin. Sedangkan faktor eksternal seperti dukungan sosial, peristiwa hidup yang menekan.

5. Strategi Koping Dalam Perspektif Islam

Dalam hidup, manusia tidak akan pernah terlepas dari berbagai permasalahan, ujian, cobaan dari Allah swt. Allah menjelaskan bahwa kehidupan manusia akan selalu diuji atau cobaan sebagaimana dalam firman-Nya surat Al-Baqarah ayat 155-156, yang berbunyi :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ
وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ ﴿١٥٦﴾

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buahbuahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun”

Sebagai makhluk yang memiliki kesadaran, manusia menyadari adanya problem-problem yang mengganggu aspek-aspek kejiwaannya. Oleh karena itu ia akan berusaha mengatasi problem atau melakukan koping dengan berbagai macam upaya.

Beberapa cara yang bisa dilakukan manusia untuk membentuk perilaku koping, antara lain dengan membaca Al-Qur'an, karena sesungguhnya Al-Qur'an memiliki keuntungan yang sangat besar untuk

menjernihkan hati, penawar keraguan dan kegoncangan jiwa serta sebagai media untuk membersihkan jiwa. Allah swt berfirman dalam surat Al-Isra' ayat 82 :

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

“Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.”

Agama Islam dengan berpedoman pada al-Qur'an dan Hadits menawarkan solusi dengan memberikan penyelesaian yang benar dan menyembuhkan segala masalah yang dihadapi manusia, salah satunya adalah masalah psikologi.

Berpuasa juga bisa dilakukan individu untuk membentuk perilaku koping. Dadang Hawari (dalam Imam Musbikin, 2004: 40) menjelaskan bahwa puasa tidaklah sekedar menahan diri dari makan, minum dan bersenggama, melainkan juga menahan diri untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak terpuji yang pada gilirannya dapat menimbulkan stress pada dirinya atau orang lain. Dalam hadits sohih Rasulullah bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثُ وَلَا يَصْحَبُ فَإِنْ سَابَّهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ فَلْيَقُلْ إِنِّي صَائِمٌ . متفق عليه .

Abu Hurairah ra. Berkata bahwa Rasulullah saw bersabda, "jika kamu sedang berpuasa janganlah berkata keji, jangan ribut (jangan marah). Apabila ada orang yang mencaci atau mengajakmu berkelahi, hendaknya diberi tahu aku berpuasa". HR. Bukhari dan Muslim.

Berdasarkan ayat-ayat Al-Qur'an dan Al-Hadits di atas dapat disimpulkan bahwa dalam Islam itu sendiri sangat ditekankan akan adanya strategi koping dalam diri setiap individu, karena tidak ada satu individupun yang terbebas dari masalah.

C. Anak Jalanan

1. Definisi Anak Jalanan

Anak jalanan adalah sebuah istilah umum yang mengacu pada anak-anak yang mempunyai kegiatan ekonomi di jalanan, namun masih memiliki hubungan dengan keluarganya (http://id.wikipedia.org/wiki/anak_jalanan).

Anak jalanan adalah anak yang menghabiskan sebagian waktunya untuk mencari nafkah atau berkeliaran di jalanan dan tempat-tempat umum lainnya (Huraerah, 2007).

Jadi, menurut beberapa pengertian dari anak jalanan di atas dapat disimpulkan bahwa anak jalanan adalah anak yang telah menghabiskan separuh/ seluruh waktunya di jalanan dengan harapan dapat memperoleh penghasilan dari bekerja untuk mencukupi kebutuhan hidup, baik itu kebutuhannya sendiri ataupun keluarganya.

2. Kategori Anak Jalanan

Berdasarkan hasil penelitian Departemen Sosial dan UNDP di Jakarta dan Surabaya, anak jalanan dikelompokkan dalam tiga kategori (dalam Huraerah, 2007: 91):

a. Anak jalanan yang hidup di jalanan (*children of steet*), dengan kriteria:

- 1) Putus hubungan atau karena tidak bertemu dengan orang tua-orang tuanya.
- 2) Selama 8-10 jam berada di jalanan untuk “bekerja” (mengamen, mengemis, memulung) dan sisanya menggelandang/ tidur.
- 3) Tidak lagi bersekolah.
- 4) Rata-rata berusia di bawah 14 tahun.

b. Anak jalanan yang bekerja di jalanan (*children on the street*). Dengan kriteria:

- 1) Berhubungan tidak teratur dengan orang tuanya.
- 2) Antara 8-16 jam berada di jalanan.
- 3) Mengontrak kamar sendiri, bersama teman, ikut orang tua/ saudara, umunya di daerah kumuh.
- 4) Tidak lagi bersekolah.
- 5) Pekerjaan: penjual Koran, pengasong, pencuci bus, pemulung, penyemir sepatu, dan sebagainya.

- 6) Rata-rata berusia di bawah 16 tahun.
- c. Anak yang rentan menjadi anak jalanan, dengan kriteria:
- 1) Usia rata-rata di bawah 14 tahun.
 - 2) Bertemu teratur setiap hari, tinggal dan tidur dengan keluarganya.
 - 3) Sekitar 4-6 jam bekerja di jalanan.
 - 4) Masih bersekolah.
 - 5) Pekerjaan: penjual koran, pengamen, dan sebagainya.

D. Perbedaan Perilaku Agresi Pada Remaja Jalanan Berdasarkan Strategi Koping

Masa remaja juga dikatakan sebagai periode “badai dan tekanan” yaitu sebagai suatu masa dimana terjadi ketegangan emosi yang tinggi yang diakibatkan adanya perubahan fisik dan kelenjar (Hurlock, 1980: 212). Di masa ini remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu, karena mereka ada dalam masa peralihan dan mereka berusaha menyesuaikan perilaku baru dari fase-fase perkembangan sebelumnya. Gejolak ditimbulkan baik oleh fungsi sosial remaja dalam mempersiapkan diri menuju kedewasaan (mencari identitas diri dan memantapkan posisinya dalam masyarakat) pertumbuhan fisik (perkembangan tanda-tanda seksual sekunder), perkembangan inteligensi (penalaran yang tajam dan kritis), serta perubahan emosi (lebih peka, cepat marah dan agresif).

Apabila emosi diarahkan secara positif dapat menghasilkan perilaku yang menguntungkan. Ketidakmampuan mengendalikan emosi dapat menimbulkan banyak perbuatan negatif atau perilaku yang tidak menguntungkan atau perilaku agresi. Perilaku agresi manusia pada dasarnya muncul bila berhadapan dengan situasi-situasi yang dialami itu tidak menyenangkan dan terikat dalam suatu keadaan yang memaksa dirinya untuk mengungkapkan hal tersebut. Perilaku agresi yang dilakukan secara berulang-ulang akan dapat merugikan orang lain, karena perilaku agresi bersifat kriminal. Oleh karena itu seorang remaja perlu memiliki cara atau strategi yang tepat dalam menyelesaikan masalah-masalah yang sering timbul pada remaja jalanan, yang disebut sebagai strategi koping agar remaja jalanan tidak berperilaku yang negatif.

Lazarus (Rustina, 2008) menjelaskan bahwa koping merupakan usaha yang dilakukan individu yang bertujuan untuk menyesuaikan diri dari tuntutan, baik yang berasal dari dalam diri dan di luar dirinya yang dianggap di luar batas kemampuannya. Oleh karena itu, koping dilakukan jika ada tuntutan dalam diri seorang individu, terlebih masa remaja yang mengalami banyak tuntutan baik dari dalam diri maupun di luar dirinya. Usaha yang dilakukan individu berupa usaha kognitif dan perilaku untuk menurunkan, meminimalisasikan dan menahan tuntutan, agar bisa terkendali sehingga tidak melakukan hal-hal yang negatif.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) strategi koping terdiri atas *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Individu yang

memiliki strategi *problem focused coping* yaitu mekanisme koping yang berfokus pada permasalahan yang dihadapi, maka individu tersebut akan lebih efektif dalam menghadapi stressor, lebih berusaha memindahkan stressor atau mengurangi efek stressor yang mengenai individu. Sedangkan individu yang memiliki strategi *emotional focused coping*, yaitu mekanisme koping yang berfokus pada emosi, akan menunjukkan perilaku yang menolak, memperlihatkan perilaku merasa tidak nyaman dengan situasi lingkungan yang penuh dengan stressor.

Dapat disimpulkan bahwa perilaku agresi bisa ditekan dengan menggunakan strategi koping yang efektif, tidak semua individu menggunakan strategi koping yang sama dalam menghadapi persoalan-persoalan di kehidupannya, karena banyaknya faktor yang mempengaruhi strategi koping. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi strategi koping pada diri individu diantaranya adalah 1) faktor sosiodemografik, yang meliputi status sosial, pekerjaan, tingkat pendidikan; 2) faktor peristiwa hidup yang menekan, meliputi bencana, sakit, kehilangan hak milik yang berharga; 3) faktor sumber-sumber jaringan sosial, meliputi dukungan sosial dan 4) faktor kepribadian, meliputi kecenderungan neurotic, optimisme, *locus of control*, *self esteem*, kepercayaan diri (Holahan & Moss, 1987).

E. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap hasil penelitian yang akan dilakukan (Burhan, 2006:75). Hipotesa yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah ada perbedaan tingkat perilaku agresi ditinjau dari penggunaan strategi koping pada remaja jalanan griya baca Malang.

