

UPAYA PENURUNAN AGRESIF PADA ANAK PRA-SEKOLAH DENGAN *SOCIAL SKILLS TRAINING THERAPY*

Nurul Mawaddah¹, Ike Prafita Sari², Siti Rachmah³

^{1,2,3}Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto

ABSTRACT

Aggressive in children is one of the big social problem because it can be a tendency that can persist into adulthood. Social skills training Therapy is needed to improve the social skills of pre-school children in order to build and maintain a positive relationship with the surrounding environment. This study aims to determine the effectiveness of social skills training therapy for aggressive pre-school children. The research design was quasi-experimental pre-post test with control group. The sampling technique was proportionate stratified random sampling and found the number of respondents 24 children were divided into 2 groups, 12 children given therapy social skills training and 12 children as control. Data were collected before and after therapy and then compare the results between the two groups. Statistical analysis showed a decrease in the aggressive in the group receiving social skills training therapy were significantly higher ($pvalue < 0.05$) compared to the control group.

Keywords : Social skills training, aggression, preschool children.

A. PENDAHULUAN

Setiap anak memiliki tumbuh dan kembang sesuai karakter perilaku yang dimiliki dan berbeda-beda pada setiap anak, khususnya sikap agresif. Sikap agresif dinyatakan oleh Trembley *et al.* (2004) merupakan perasaan marah atau tindakan kasar akibat kekecewaan atau kegagalan dalam mencapai pemuasan atau tujuan. Sikap agresif dapat ditunjukkan oleh setiap individu,

termasuk anak-anak usia prasekolah. Anak usia prasekolah merupakan kelompok anak yang sering menampakkan masalah-masalah yang berkaitan dengan agresivitas. Akan tetapi masyarakat pada umumnya sering memandang sikap ini sebagai hal yang normal dan sikap lucu dari anak (Istiqomah, 2005).

Sikap agresif pada anak dapat terjadi karena pada usia tersebut emosi anak sering meluap-luap. Keadaan perkembangan normatif anak sedang berada pada keadaan yang sering memicu timbulnya agresivitas. Namun tidak semua anak menunjukkan agresivitasnya secara konsisten dan berlebihan. Anak yang memiliki perkembangan dan keadaan emosi yang positif cenderung jarang menampilkan agresivitas tersebut (Mashar, 2011). Selain itu kurangnya kemampuan verbal (Hayes, 2003), kurangnya kemampuan komunikasi sosial (Mashar, 2011) serta adanya peningkatan keterampilan motorik dan rasa otonomi pada usia ini menyebabkan anak berespon agresif terhadap lingkungan sosialnya untuk mengekspresikan diri (Campbell, 2002). Sebagian besar agresif pada anak akan berkurang selama periode sekolah. Akan tetapi beberapa anak terus menunjukkan tingkat agresi yang tinggi dan beresiko berkembang secara terus menerus.

Dalam penelitian ini bentuk sikap agresif anak dikelompokkan menjadi tiga, yaitu agresivitas fisik (sikap kebencian yang menyebabkan kerusakan atau luka secara fisik terhadap orang, obyek, atau binatang, diwujudkan melalui perilaku memukul, menendang, mencubit, merampas, dan sejenisnya), agresivitas verbal (sikap kebencian yang menyebabkan kerusakan atau penderitaan kepada pihak lain secara verbal, diwujudkan melalui perilaku menghina, mengejek, melecehkan, dan sejenisnya), dan agresivitas relasional (agresivitas secara halus yang mengandung manipulasi dan ancaman untuk menghancurkan hubungan dan ketentraman psikologis, diwujudkan melalui perilaku mempermalukan, berbohong, mengejek, dan memutuskan hubungan pertemanan) (Ostrov, 2006).

Kelompok anak usia prasekolah merupakan kelompok anak yang sering menunjukkan sikap agresif. Namun tidak berarti perilaku agresif itu dapat dibiarkan tanpa adanya usaha untuk mengendalikannya. Pengendalian agresivitas anak perlu dilakukan agar tidak muncul dampak negatif pada anak yang dapat berlanjut hingga usia dewasa dan upaya mengatasinya sangat sulit. Berdasarkan hasil penelitian Huesmann *et al.* (2009) dan Kotch *et al.* (2008) menunjukkan bahwa perilaku agresif di usia dini dapat menjadi sebuah kecenderungan yang dapat bertahan sampai masa dewasa.

Social skills training (SST) merupakan salah satu intervensi yang dapat diberikan pada anak prasekolah dengan tujuan meningkatkan kompetensi sosial mereka sesuai tahapan perkembangannya agar dapat membangun dan memelihara hubungan yang positif dengan lingkungan dan teman disekitarnya (Vugt, 2013). Hasil studi yang dilakukan oleh Vahedi *et al.* (2007) dan Kim *et al.* (2011) menunjukkan bahwa *social skills training* dapat mengurangi perilaku agresif pada anak prasekolah.

SST ini diberikan karena anak pada rentang usia prasekolah mampu menunjukkan beberapa keterampilan dan perilaku sosial yang dapat mengendalikan atau mengurangi agresivitas dalam dirinya. Anak pada usia ini mampu melakukan pengendalian emosi, khususnya pengendalian amarah dan agresivitas. Anak juga mampu mengetahui mana hal yang baik dan buruk (walaupun anak belum terlalu memahami alasannya), memahami konsekuensi dari suatu peristiwa yang dialaminya, menerima pengajaran dari orangtuanya untuk menghindari sikap negatif, bersedia berbagi dengan orang lain dan memiliki empati dalam dirinya (Ostrov, 2006). Selain itu, anak mampu mengerti sebab dan akibat pengalaman emosi oleh dirinya dan orang lain, serta menghubungkan emosinya dengan perasaan orang lain (Kadarharutami, 2011). Anak yang berada pada rentang usia

tersebut juga memiliki tugas perkembangan untuk dapat mempelajari hal-hal di lingkungan sosialnya, belajar mematuhi peraturan, belajar menyelesaikan perselisihan dengan baik, belajar menyesuaikan perilaku dengan lingkungan, menilai perilaku diri, bekerja sama, saling menolong, dan menunjukkan kasih sayang (Papalia, Old, & Feldman, 2008). Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh terapi *social skills training* terhadap penurunan agresif pada anak prasekolah.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimental* dengan pendekatan *pre-post test with control group*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak usia prasekolah di Kelurahan Meri Mojokerto dalam rentang usia 3-6 tahun serta mendapatkan skor AGQ diatas 72 yaitu diperoleh sebanyak 24 anak. Sampel diambil dengan teknik *Simple Random Sampling* yang dibagi menjadi 2 kelompok, 12 anak sebagai kelompok intervensi dan 12 anak sebagai kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan untuk mengukur perilaku agresif menggunakan kuesioner yang merupakan modifikasi dari instrumen *Aggression Questionnaire (AGQ)* oleh Buss dan Perry (1992) dan telah dilakukan uji validitas menggunakan Korelasi *Product Moment* serta uji reliabilitas dengan menggunakan *Chronbach's Alfa*. Kelompok intervensi diberikan intervensi SST sebanyak 10 sesi dan diajarkan dua kali dalam seminggu. Setiap sesi dilakukan 1-2 kali pertemuan selama 30-45 menit setiap sesinya. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan intervensi SST. Dua minggu (14 hari) setelah pelaksanaan kegiatan dilakukan *post-test* dengan menggunakan kuesioner AGQ kemudian peneliti membandingkan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol berdasarkan nilai *pre test* dan *post test* yang telah diperoleh.

C. HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini ditampilkan dalam bentuk analisa univariat yang digunakan untuk menganalisis variabel-variabel yang ada secara deskriptif serta analisa bivariat yang digunakan untuk mengetahui pengaruh pemberian SST pada sikap agresif anak baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Data yang diperoleh kemudian dianalisa menggunakan analisa statistik yang akan diuraikan pada tabel.

Hipotesis 1 : ada perbedaan agresif anak pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan SST.

Tabel 1. Analisis Agresif anak Sebelum dan Sesudah diberikan SST pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi (n = 24)

Variabel	Test	Mean	Mean Difference	t	p value
Agresif kontrol	Pre	74,00	0,17	1,48	0,166
	Post	73,83			
Agresif intervensi	Pre	73,58	5,08	1,26	0,0001
	Post	68,50			

Hasil analisis statistik dengan uji *dependen sample t-test* diperoleh pada kelompok intervensi nilai $p\ value < \alpha$ maka H_0 ditolak. Secara statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna agresif anak pada kelompok intervensi sesudah diberikan SST. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan $p\ value > \alpha$ maka H_0 diterima. Secara statistik menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna agresif anak pada kelompok kontrol.

Hipotesis 2 : ada perbedaan perubahan skor agresif anak antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

Tabel 2. Analisis Perbedaan Perubahan skor Agresif anak pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi Sesudah Diberikan Terapi *Social skills training* (n = 24)

Variabel	Jenis Kelompok	Median	Min-Maks	p value
Sikap agresif pada anak	Kontrol	0,0	0-1	0,0001
	Intervensi			

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan uji *Mann Whitney* diperoleh nilai $p = 0,0001$. Karena nilai $p < 0,05$ maka secara statistik terdapat perbedaan yang signifikan pada agresif anak antara yang diberikan terapi *social skills training* dengan yang tidak diberikan *social skills training*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *social skills training* dapat menurunkan agresif pada anak prasekolah.

D. PEMBAHASAN

Hasil analisis statistik untuk kelompok kontrol menunjukkan bahwa tidak terjadi perubahan skor agresif anak sebelum dan sesudah diberikan SST. Hal ini ditunjukkan secara bermakna berdasarkan uji statistik, yaitu dengan nilai p sebesar 0,166 berada di atas nilai *alpha* ($\alpha = 0,05$). Sedangkan pada kelompok intervensi terdapat penurunan skor agresif antara sebelum dan sesudah diberikan SST. Hal ini ditunjukkan dengan uji statistik dengan nilai p sebesar 0,000 ($\alpha < 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara agresif anak sebelum dan sesudah pemberian terapi *social skills training*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa untuk menurunkan agresif pada anak dibutuhkan intervensi atau terapi khusus sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan anak usia prasekolah. Dalam

penelitian ini peneliti memberikan terapi SST pada anak prasekolah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Babakhani (2011), Vahedi *et al.* (2007) dan Alavi *et al.* (2013) yang menunjukkan bahwa *social skills training* mengurangi agresi pada anak.

Agresivitas merupakan salah satu masalah yang seringkali dialami oleh anak yang berada dalam rentang usia prasekolah (Ostrov, 2006). Anak prasekolah merupakan usia yang sangat menentukan dalam pembentukan kepribadian anak dan sangat penting dalam perkembangan intelegasi. Pada usia ini anak merupakan peniru ulung terhadap lingkungan sekitarnya. Sehingga lingkungan yang agresif mampu membentuk kepribadian anak menjadi agresif. Berdasarkan studi Tremblay *et al.* (2008) anak berusia 4 sampai dengan 6 tahun sering menunjukkan perilaku agresif.

Anak yang agresif pada umumnya tidak memiliki keterampilan sosial dalam menghadapi kegagalan dalam berhubungan dengan teman sebayannya. Sehingga mengungkapkan berbagai bentuk perilaku bermusuhan dan berespon agresif (Vahedi *et al.*, 2007). Menurut Piaget (dalam Papalia, Old, & Feldman, 2008), anak akan menyimpan informasi-informasi tentang perilaku agresif tersebut di skema kognitifnya yang akan menuntun anak untuk menampilkan perilaku agresif dalam menyikapi suatu peristiwa. Agresivitas anak dapat menghasilkan dampak buruk yang berlanjut hingga usia dewasa jika tidak dikendalikan dengan baik (Tremblay *et al.*, 2004; Hayes, 2003; Huesmann *et al.*, 2009; Kotch *et al.*, 2008). Oleh karena itu, meningkatkan keterampilan sosial dengan memberikan terapi *social skills training* ini dapat dapat membantu meningkatkan hubungan mereka dengan teman sebayanya dan lingkungan.

Social skills training didasarkan pada asumsi bahwa

perilaku negatif termasuk agresif merupakan hasil dari kurangnya keterampilan sosial yang diperlukan untuk interaksi yang kompeten dengan teman sebaya. Pemberian terapi SST tidak hanya mengembangkan kemampuan aspek kognitif saja. Akan tetapi membangun kemampuan (kompetensi) melalui pengalaman nyata untuk mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari (Eggen & Kauchack, 1997).

Adanya pengaruh yang signifikan ini dapat disebabkan karena SST merupakan salah satu intervensi keperawatan yang diberikan dengan tujuan untuk mengubah perilaku negatif dengan perilaku positif dengan cara mengkaji perasaan, sikap dan cara berfikir individu tersebut. Pemberian terapi *social skills training* pada kelompok intervensi ini dilaksanakan melalui empat tahapan dalam proses setiap sesi terapi yang dilakukan, yakni 1) *Modelling*, yaitu terapis melakukan demonstrasi tindakan terhadap keterampilan yang akan dilakukan, 2) *Role Playing*, yaitu tahap bermain peran dimana remaja mendapat kesempatan untuk memerankan kemampuan yang telah dilakukan yang sering dialami sesuai topik yang diperankan oleh terapis, 3) *Performance feedback*, yaitu tahap pemberian umpan balik yang diberikan segera setelah remaja mencoba memerankan seberapa baik menjalankan latihan, serta 4) *Transfer Training*, yakni tahap pemindahan keterampilan yang diperoleh remaja ke dalam praktik sehari-hari (Stuart, 2013).

E. PENUTUP

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian terapi *social skills training* dapat menurunkan agresif pada anak prasekolah dibandingkan yang tidak diberikan *social skills training*. Hasil ini dibuktikan dengan adanya penurunan skor agresif sebelum dan sesudah pemberian *social skills training* pada kelompok intervensi. Untuk hasil yang maksimal agar kompetensi sosial anak prasekolah ini dapat tercapai, dukungan dari keluarga

sangat diperlukan untuk memotivasi responden dalam menerapkan ketrampilan-ketrampilan tersebut. Sehingga hasil penelitian ini dapat dibandingkan hasilnya dengan keterlibatan keluarga dalam terapi untuk mengatasi agresif pada anak. Selain itu hasil penelitian ini juga dapat dilakukan penelitian selanjutnya bagaimana pengaruh terapi pada masing-masing indikator agresif pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Alavi, S. Z., Savoji, A. P., & Amin., f. (2013). The Effect Of Social Skills Training On Aggression Of Mild Mentally Retarded Children. *Social and Behavioral Sciences* 84, 1166 – 1170.
- Babakhani, N. (2011). The Effects Of Social Skills Training On Self-Esteem And Aggression Male Adolescents. *Social and Behavioral Sciences* , 30, 1565 – 1570. 1877-0428
- Buss, A. H., & Perry, M. P. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 452-459.
- Campbell, S.B. (2002). *Behavior problems in preschool children: Clinical and developmental issues*. New York: Guilford Press.
- Eggen, P. & Kauchack, D. (1997). *Educational Psychology. Windows on Classrooms. Third Edition*. Columbus. Ohio: Merrill, an imprint of Prentice Hall.
- Hayes, E. (2003). *Tantrum: Panduan memahami dan mengatasi ledakan emosi anak (Wahyuni R. K., pen.)*. Jakarta: Erlangga.
- Huesmann, L. R., Dubow, E. F., & Boxer, P. (2009). Continuity of Aggression From Childhood to Early Adulthood as a Predictor of Life Outcomes: Implications for the Adolescent-Limited and Life-Course-Persistent Models. *Aggressive Behavior Research*, 35, 136-149.
- Istiqomah, U. (2005). *Panduan praktis berdasarkan penelitian selama*

- 6 tahun: Merawat dan mendidik anak. Surakarta: Widya Duta Grafika.
- Kadarharutami, A. (2011). *Sukses mengasuh anak usia 3-6 tahun*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal Kementerian Pendidikan Nasional
- Kim, M.J., Doh, H.-S., Hong, J. S., & Choi, M.-K. (2011). Social skills Training And Parent Education Programs For Aggressive Preschoolers and Their Parents In South Korea. *Children and Youth Services Review* 33, 838–845.
- Kotch, J. B., Lewis, T. Hussey, J. M., English D., Thompson R., & Litrownik, A. J. (2008). Importance of early neglect for childhood aggression. *Jurnal Pediatrics*, 121, 7-10.
- Mashar, R. (2011). *Emosi anak usia dini dan strategi pengembangannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Naseri, A., & Babakhani, N. (2014). The Effect Of Life Skills Training On Physical And Verbal Aggression Male Delinquent Adolescents Marginalized in Karaj. *Social and Behavioral Sciences*, 16, 4875-4879.
- Ostrov, J. M. (2006). Deception and subtypes of aggression during early childhood. *Jurnal Experimental Child Psychology Elsevier*, 22, 2-4.
- Papalia, Old, & Feldman. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and practice of Psychiatric Nursing*. (10th ed). St. Louis: Mosby Year Book
- Vahedi, S., P., Eskandar. Fathiazar, P., S. Davood Hosseini-Nasab, P., Mohammad Moghaddam, P., & Arezu Kiani, M. (2007). The Effect of Social Skills Training on Decreasing the Aggression of Pre-school Children. *Iran Journal*

- Vugt, E. S. v., Deković, M., Prinzie, P., Stams, G. J. J. M., & Asscher, J. J. (2013). Evaluation of a group-based social skills training for children with problem behavior. *Children and Youth Services Review* 35, 162–167.
- Tremblay, R. E., Nagin, D. S., Seguin, J. R., Zoccolillo, M., Zelazo, P. D., Boivin M., et. al. (2004). Physical aggression during childhood: Trajectories and predictors. *Jurnal American Academy of Pediatrics*, 114, 44-48.
- Tremblay, R. E. (2008). Understanding development and prevention of chronic physical aggression: Towards experimental epigenetic studies. *Jurnal The Neurobiology of Violence: Implication for Prevention and Treatment*, 2613-2622.