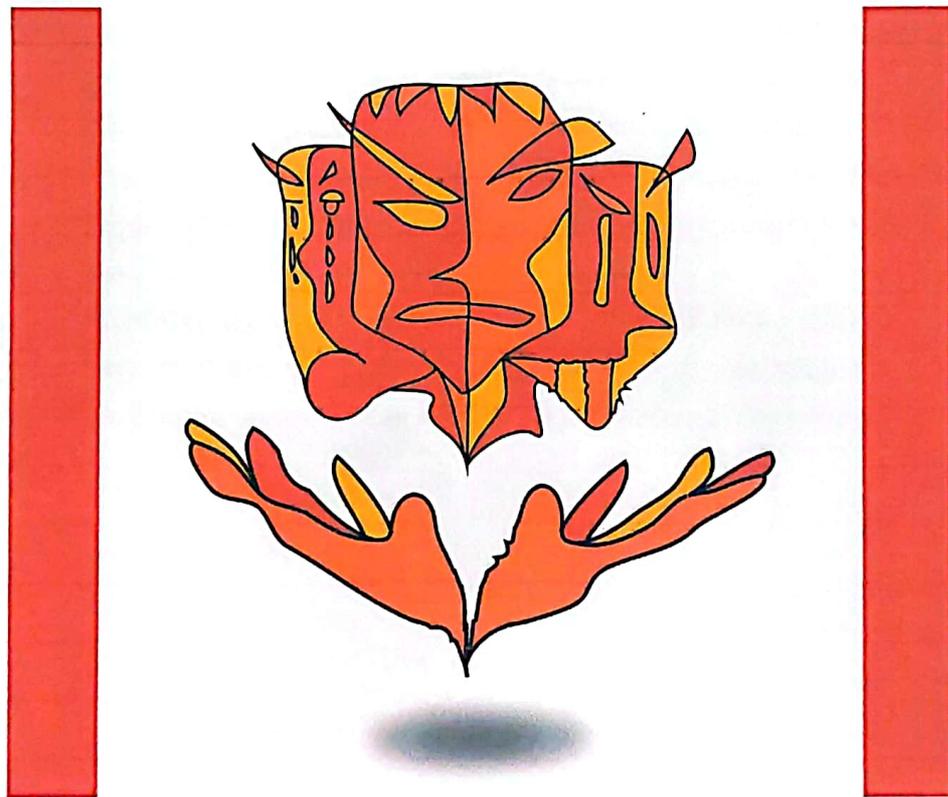


MEMAHAMI KEMARAHAN SISWA SMA DI SEKOLAH



LUCIA HERNAWATI
ESTI RAHAYU
PETRUS SOERJOWINOTO

PRAKATA

Tim penulis mengucapkan Puji Syukur kepada Tuhan Yang Mahaesa karena dengan Rahmatnya kami dapat menyelesaikan buku ini. Adapun buku ini merupakan buku bacaan yang diperuntukkan bagi guru Bimbingan dan Konseling tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Dimaksudkan agar dapat memberikan informasi khususnya dalam memahami siswa SMA yang memiliki kecenderungan mudah marah di sekolah.

Buku ini disusun berdasarkan hasil penelitian tim penulis tahun 2015 yang menemukan bahwa kemarahan siswa SMA di sekolah dipengaruhi faktor relasi yang berkualitas antara orangtua dan remaja, tekanan teman sebaya, kepribadian narsistik dan iklim sekolah. Buku ini pun dapat dibaca oleh orangtua yang saat ini anak remajanya sedang duduk di bangku SMA, demikian pula guru SMA dan pengamat pendidikan yang berkeinginan untuk memahami kemarahan siswa SMA di sekolah.

Tim penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dirjen Dikti DP2M (Direktorat Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat) yang telah memberi dukungan dana mulai dari adaptasi alat ukur, penelitian hingga penyelesaian buku ini.

Semarang 22 Juni 2015

Salam,

Tim Penulis

DAFTAR ISI

| | | Halaman |
|---------|---|---------|
| PRAKATA | | ii |
| BAB I | PENDAHULUAN..... | 1 |
| BAB II | KEMARAHAN SISWA DI SEKOLAH..... | 4 |
| | A. Pengertian Kemarahan Siswa di Sekolah | 4 |
| | B. Ciri-Ciri Emosi Marah | 4 |
| | C. Penyebab Kemarahan | 5 |
| | D. Aspek-Aspek Kemarahan | 6 |
| BAB III | RELASI YANG BBERKUALITAS ANTARA ORANGTUA DAN ANAK | 8 |
| | A. Pengertian Relasi Yang Berkuallitas Antara Orangtua dan Remaja..... | 8 |
| | B. Komunikasi Orangtua Dengan Remaja..... | 8 |
| | C. Ikatan Sosial Orangtua Dengan Remaja | 11 |
| | D. Aspek-Aspek Relasi yang Berkualitas antara Orangtua dan Anak..... | 12 |
| BAB IV | TEKANAN TEMAN SEBAYA | 14 |
| | A. Pengertian Teman Sebaya | 14 |
| | B. Teman Sebaya Dalam Perkembangan Remaja..... | 14 |
| | C. Konformitas di dalam Kelompok Teman Sebaya | 15 |
| | D. Bentuk Hubungan Teman Sebaya | 16 |
| | E. Pengaruh Tekanan Teman Sebaya | 17 |
| | F. Pengaruh Positif dan Negatif dari Tekanan Teman Sebaya | 22 |
| | G. Aspek-Aspek Tekanan Teman Sebaya | 23 |
| BAB V | KEPRIBADIAN NARSISISTIK PADA REMAJA | 24 |
| | A. Pengertian Kepribadian Narsisistik | 24 |
| | B. Ciri-Ciri Kepribadian Narsisistik | 24 |

| | | |
|---------|---|----|
| | C. Kepribadian Narsisistik pada Remaja | 26 |
| | D. Sisi Positif dan Negatif Kepribadian Narsisistik | 28 |
| | E. Mengapa Dapat Menjadi Narsisistik? | 29 |
| | F. Aspek-Aspek Kepribadian Narsisistik | 29 |
| BAB VI | IKLIM SEKOLAH | 31 |
| | A. Pengertian Iklim Sekolah | 31 |
| | B. Peranan Iklim Sekolah | 31 |
| | C. Iklim Sekolah dalam Sistem | 32 |
| | D. Aspek-Aspek Iklim Sekolah | 36 |
| BAB VII | KEMARAHAN SISWA DI SEKOLAH DAN FAKTOR- FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA | 37 |
| | DAFTAR PUSTAKA | 39 |

3. Ciri pada anggota tubuh: munculnya keinginan untuk memukul, melukai, merobek, bahkan membunuh. Jika amarah tersebut tidak terlampiaskan pada orang yang dimarahinya, kekesalannya akan berbalik pada dirinya sendiri.
4. Ciri pada hati: munculnya rasa benci, dendam dan dengki, menyembunyikan keburukan, merasa gembira dalam dukanya serta merasa sedih atas kegembiraannya, memutuskan hubungan, dan menjelek-jelekkannya

C. Penyebab Kemarahan

Penyebab kemarahan berasal dari dalam maupun dari luar diri siswa. Purwanto dan Mulyono (2006) menyebutkan bahwa penyebab kemarahan adalah sebagai berikut:

1. Faktor fisik

a. Kelelahan yang berlebihan

Misalnya kelelahan yang dialami siswa karena banyaknya pekerjaan rumah (PR) yang diberikan guru, disamping masih harus menyiapkan diri mengikuti beberapa tes dalam 1 hari membuat siswa merasa lelah fisik dan mental. Dalam kondisi seperti ini siswa menjadi mudah marah

b. Zat-zat tertentu yang dapat menyebabkan marah. Misalnya jika otak kurang mendapat zat asam membuat individu menjadi mudah marah

c. Hormon kelamin juga mempengaruhi kemarahan. Siswa perempuan yang akan menstruasi akan mengalami PMS (Pre Menstrual Syndrome). Salah satu gejalanya adalah menjadi mudah marah.

2. Faktor psikis

Kemarahan erat kaitannya dengan *self-concept* yang salah. Cara pandang pada diri sendiri yang melebihi kenyataan yang ada menimbulkan rasa sombong. Siswa yang sombong menuntut banyak pujian bagi dirinya. Jika yang diharapkan tidak terpenuhi maka ia akan marah. Demikian pula penilaian diri yang kurang dari kenyataan yang ada membuat timbulnya rasa rendah diri. Siswa yang demikian akan mudah sekali tersinggung

1. Orangtua lebih banyak berbicara daripada mendengar.
2. Orangtua merasa tahu lebih banyak daripada anak.
3. Orangtua cenderung memberi arahan dan nasehat.
4. Orangtua tidak berusaha untuk mendengar dahulu yang sebenarnya terjadi dan dialami oleh anak.
5. Orangtua tidak memberi kesempatan remaja mengemukakan pendapat.
6. Orangtua tidak mencoba menerima dahulu kenyataan yang dialami oleh anak dan memahaminya.
7. Orangtua merasa putus asa dan marah-marah karena tidak tahu lagi apa yang harus dilakukan terhadap remajanya.

Jika hal ini terjadi, maka komunikasi yang harmonis sulit untuk diwujudkan diantara mereka. Oleh karena itu, yang harus dilakukan oleh orangtua adalah:

1. Mendengar supaya remaja bersedia untuk berbicara. Sebaiknya orangtua tidak memotong pembicaraan ketika anak sedang mengungkapkan pendapatnya. Ketika anak sudah berhenti berbicara, orangtua jangan langsung merespon atau menanggapi. Berilah jeda beberapa menit. Hal ini bertujuan agar orangtua bisa lebih tenang dalam menanggapi pendapat remaja.
2. Menerima perasaan remaja. Baik perasaan negatif (misal: mudah tersinggung, mudah marah, mudah bosan) maupun positif (misal: berani menyampaikan gagasan, yakin pada kemampuan).
3. Bicara dengan anak remaja supaya didengar.
4. Bijaksana dan arif dalam mengambil keputusan
5. Orangtua sebaiknya mengetahui kelemahan dan kelebihan yang dimiliki oleh dirinya sendiri (diri orangtua). Tutupi kekurangan diri dan tingkatkan kelebihan agar orangtua mampu berkomunikasi dengan remaja. Hal ini bertujuan agar orangtua mempunyai rasa percaya diri ketika berkomunikasi dengan remaja.

Fatonah dan Irawan (2002) menyebutkan bahwa orangtua perlu membangun komunikasi yang efektif dengan anak (remaja) dengan tujuan:

ditolak dan diabaikan teman sebaya akan berpotensi memunculkan masalah pada kesehatan mental dan masalah kejahatan di kemudian hari.

Kenyataan tentang hubungan antara remaja dengan teman sebaya (Guzman dalam Savage, 2009):

1. Remaja menjalin hubungan dengan banyak teman. Biasanya berdasarkan pada jenis kelamin, ras, status sosial ekonomi. Orientasi hubungan mereka ke sekolah dan ke minat yang lain.
3. Hubungan dengan teman sebaya bersifat dinamis. Kadang mereka dapat menjalin hubungan dalam jangka waktu yang lama, kadang mereka putus dan menjalin hubungan dengan teman sebaya baru.
4. Hubungan yang mereka jalin berdasarkan jenis kelamin, usia, status sosial ekonomi, etnis maupun minat
5. Hubungan dengan teman sebaya dapat terjalin di lapangan olah raga atau teman yang aman lainnya. Mereka menemukan identitas diri, belajar tentang norma sosial, otonomi. Dalam hubungan yang sehat (positif), mereka mampu saling memberi dukungan sosial dan bahagia ketika bersama dengan teman sebaya.

C. Konformitas di Dalam Kelompok Teman Sebaya

Dalam interaksi dengan teman sebaya, remaja menemukan berbagai informasi di luar lingkungan keluarga. Mereka menjadi mengetahui apakah yang mereka lakukan selama ini lebih baik atau sama baik dengan remaja seusianya. Untuk mendapatkan informasi ini di dalam rumah, sangat sulit karena saudara kandung akan berusia lebih tua atau lebih muda darinya (Santrock, 2007).

Selain mendapat informasi, remaja juga mengalami proses (Soetjiningsih, 2004):

1. Belajar kecakapan-kecakapan sosial serta berbagai peran.
2. Kohesi (keterikatan). Dalam kelompok teman sebaya, remaja menjadi sangat bergantung kepada teman (sumber kesenangannya) dan keterikatannya dengan teman sebaya begitu kuat. Keterikatan dalam

1. Persahabatan individual

Anggota dari persahabatan berkumpul bersama dikarenakan ketertarikan satu sama lain.

2. Kerumunan

Kerumunan merupakan bentuk yang terbesar, diartikan secara luas, dan hubungannya paling tidak bersifat personal di lingkungan teman sebaya remaja. Anggota kerumunan bertemu karena minat yang sama dalam suatu aktivitas. Misal: kerumunan terbentuk pada pesta besar atau pada pesta dansa di sekolah.

3. Klik

Klik merupakan kelompok dengan jumlah yang lebih kecil, melibatkan keakraban yang lebih besar di antara anggota dan lebih kohesif daripada kerumunan. Klik memiliki ukuran yang lebih besar dan tingkat keakraban yang lebih rendah daripada persahabatan. Anggota dari klik berkumpul bersama dikarenakan ketertarikan satu sama lain. Kesetiaan terhadap klik menghasilkan kontrol yang kuat atas kehidupan banyak remaja. Identitas kelompok lebih berperan daripada identitas pribadi. Klik dipandang sebagai sesuatu yang memainkan peran yang penting dalam usaha remaja untuk mempertahankan harga diri dan perkembangan dari identitasnya.

E. Pengaruh Tekanan Teman Sebaya

Tekanan teman sebaya adalah tekanan yang dialami remaja pada saat berinteraksi dengan teman sebayanya, dimana hal ini terjadi sangat kuat selama masa remaja. Dalam interaksi tersebut, mereka ditekan oleh teman sebaya untuk bertindak dan berfikir dengan cara tertentu. Anggota kelompok bersedia melakukan dengan harapan dapat diterima oleh kelompok (Santrock, 2007). Tokoh lain yang bernama Stenberg (2002) menyebutkan tekanan teman sebaya adalah suatu jenis pengaruh sosial yang membuat remaja mengubah sikap dan perilakunya agar sesuai dengan norma sosial yang ada dalam kelompok teman sebayanya.

BAB V

KEPRIBADIAN NARSISISTIK

A. Pengertian Kepribadian Narsisistik

Menurut Raskin dan Terry (2001) kepribadian narsisistik adalah individu yang memiliki tendensi untuk kehilangan kontrol dan membanggakan diri sendiri. Sedangkan Guile (2006) menyebutkan kepribadian narsisistik adalah kepribadian individu yang senang menjadi pusat perhatian, mengeksploitasi orang lain agar selalu merasa bangga dan menyukai dirinya.

Orang dengan gangguan kepribadian narsistik mempunyai maksud kepentingan yang tidak realistis, berlebihan, sifat ini dikenal dengan sebutan *grandiosity* (kebesaran diri). Orang-orang dengan gangguan tersebut mengharapkan orang lain memuji dan memenuhi keinginan serta permintaan mereka, mereka kurang peka terhadap kebutuhan orang lain. Mereka memiliki penghargaan yang berlebihan terhadap kehidupan mereka sendiri dan terus merasa kesal terhadap orang lain yang mereka rasa lebih sukses, cantik atau cerdas. Kompensasi narsistik cenderung negatif, pencarian untuk meniadakan perasaan mendalam mereka mengenai inferioritas. Mereka berusaha untuk menciptakan suatu ilusi menjadi orang yang berkuasa dan luar biasa (Halgin, 2011).

B. Ciri-Ciri Kepribadian Narsisistik

Perilaku seseorang yang mengalami gejala narsisistik adalah (Buss dan Chiodo, 1991):

1. *Exhibitionistic* (menunjukkan perilaku yang bukan-bukan dengan tujuan untuk menarik perhatian orang lain)

Contoh:

- a. Saya memamerkan uang milik saya pada orang lain
- b. Saya membanggakan bakat-bakat saya
- c. Saya menunjukkan siapa saya (*my figure*)

Krenberg (1975) mengatakan bahwa remaja yang narsisistik menunjukkan ciri-ciri:

- a. *Grandious*
- b. Membutuhkan sanjungan dan empati dari orang lain
- c. Banyak cerita tentang keberhasilan, kekuatan dan kemolekannya untuk mendapatkan sanjungan dari sekitarnya
- d. Sering membesar-besarkan keberhasilan dan kemampuannya
- e. Sering tampak arogan
- f. Jarang tertarik dengan perasaan orang lain.

Tokoh lain yang bernama Raskin dan Terry (Raskin dan Hall, 2001) menyebutkan ciri-ciri remaja yang narsisistik adalah sebagai berikut:

- a. Fokus pada dirinya sendiri, termasuk di dalamnya *self-love, self admiration, self-aggrandizement*
- b. Takut kehilangan perhatian dari orang lain dan takut gagal
- c. Melakukan *defense mechanism* dalam bentuk megalomania, *idealization, denial, prejection, splitting*
- d. Memiliki kebutuhan yang kuat untuk mendapat perhatian dari orang lain
- e. Memiliki keinginan untuk mendominasi orang lain.

D. Sisi Positif dan Negatif Kepribadian Narsisistik

Menurut Young dan Pinsky (2006) narsisistik memiliki sisi positif yaitu:

1. Kelihatan tidak depresi
2. Ekstrovert (bersifat terbuka). Fenomena umum untuk sifat ekstrovert dapat kita lihat pada situs jejaring sosial, dimana para narsis menulis keadaan, pikiran, pekerjaan, apa yang dimakan, apa yang dimasak, hasil tulisan, gagasan, sampai umpatan pun tak ayal kita temui pada dinding situs. Jejaring sosial sebatas narsis normal masih dapat ditoleransi karena tidak mengganggu dan mengkhawatirkan. Kecuali, kalau ada unsur-unsur merugikan pihak lain.
3. Keinginan untuk disukai dapat membuat para narsis disukai pada awalnya.

menurun, dan prestasi siswa meningkat. Iklim sekolah dapat menjadi pengaruh positif pada kesehatan lingkungan belajar atau hambatan yang signifikan untuk belajar. Selanjutnya Wirawan (2007) memaparkan pentingnya Iklim sekolah sebagai berikut :

1. Iklim sekolah dapat mempengaruhi banyak orang di sekolah. Misalnya, iklim sekolah yang positif membentuk emosi yang positif dan perilaku siswa yang sesuai norma.
2. Iklim sekolah yang positif memberikan perlindungan bagi siswa dengan lingkungan belajar yang mendukung serta mencegah perilaku *antisocial*.
3. Iklim sekolah yang positif berkaitan dengan peningkatan kepuasan kerja bagi personil sekolah, baik kepala sekolah, guru maupun tenaga kependidikan.
4. Iklim sekolah dapat memainkan peran penting dalam menyediakan suasana sekolah yang sehat dan positif.
5. Interaksi dari berbagai sekolah dan faktor iklim kelas dapat memberikan dukungan yang memungkinkan semua anggota komunitas sekolah untuk mengajar dan belajar dengan optimal.
6. Iklim sekolah, termasuk "kepercayaan, menghormati, saling mengerti kewajiban, dan perhatian untuk kesejahteraan lainnya, memiliki pengaruh yang kuat terhadap hubungan antara guru dengan siswa, hubungan antar siswa, dengan prestasi prestasi akademis dan kemajuan sekolah secara keseluruhan. Iklim sekolah yang positif merupakan lingkungan yang kaya, untuk pertumbuhan pribadi dan keberhasilan akademis.

C. Iklim Sekolah dalam Sistem

Iklim sekolah terbentuk dalam sistem yang meliputi:

1. *Input*

Melibatkan siswa, guru, kepala sekolah, kebijakan sekolah dan kebijakan pemerintah.

OSIS, porseni, peringatan hari-hari besar, PMR, sebaiknya dijadwal dan disesuaikan dengan kalender pembelajaran agar jadwal proses belajar-mengajar dan implementasi kurikulum tidak terganggu.

Aktivitas yang bersifat insidental dan tidak terjadwal dalam program semester/tahunan, misalnya: penyuluhan tentang anti narkoba, mading, karya tulis remaja, dan lain-lain sedapat mungkin dilaksanakan pada waktu-waktu yang tidak mengganggu aktivitas proses belajar-mengajar.

Hal tersebut di atas menunjukkan bahwa semua aktivitas sekolah harus dijadwalkan sehingga kegiatan yang dilaksanakan di sekolah maupun di dalam kelas dapat berjalan lancar. Atau dengan kata lain semua kegiatan baik kegiatan kurikuler, kokurikuler, maupun ekstrakurikuler, hendaknya diatur sedemikian rupa sehingga tidak saling tumpang tindih.

3. Budaya Sekolah

Iklm sekolah jika dikaitkan dengan budaya sekolah lebih mengarah pada sikap para guru, tenaga kependidikan, para murid, kepercayaan masyarakat, nilai-nilai yang dianut oleh sekolah maupun pemikiran dari pimpinan sekolah terhadap iklim sekolah. Dalam hal ini budaya sekolah merupakan gambaran dan sikap dan perilaku para guru, para tenaga kependidikan dan para murid di sekolah, serta keseluruhan faktor yang menentukan bagaimana iklim sekolah memperoleh tempat yang sesuai dan dapat diterima oleh masyarakat dalam kerangka budaya masyarakat disekitarnya. Semakin baik Iklim sekolah, maka akan tercipta budaya iklim sekolah yang baik yang dapat mengubah pola pikir para guru, para tenaga kependidikan dan para murid. Secara sederhana tingkat kepatuhan para guru, para tenaga kependidikan dan para murid merupakan salah satu indikator berfungsinya aturan-aturan yang ada disekolah.

Terkait dengan struktur sekolah, Substansi sekolah dan budaya sekolah, ketiga hal tersebut didasarkan pada perspektif sosiologis yang ketigaanya itu berbasis pada budaya sekolah.

BAB VII

KEMARAHAN SISWA DI SEKOLAH DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA

Sekolah bukan sekedar tempat untuk meraih keterampilan kognitif dan linguistik namun juga tempat berlangsungnya perkembangan pribadi yakni saat siswa menguasai pola-pola perilaku yang khas dan mengembangkan potensi diri dalam lingkungan sosial dengan pemahaman yang semakin baik mengenai mengenai sesama manusia, menjalin hubungan yang produktif dengan orang dewasa dan teman sebaya, dan secara berangsur-angsur menginternalisasikan pedoman-pedoman berperilaku sebagaimana ditetapkan oleh masyarakat.

Siswa kelas XI (kelas 2 SMA) telah mampu berpikir abstrak, membuat analisa dan sintesa. Demikian pula telah memiliki emosi yang relatif stabil dan telah melewati fase sekolah yang tidak menyenangkan (Ormrod, 2008). Namun pada kenyataannya masih banyak yang berkecenderungan mudah marah di sekolah. Hal ini akan dijelaskan dengan uraian di bawah ini.

Jauh hari sebelum masuk sekolah, siswa telah menunjukkan perbedaan kepribadian yang signifikan antara satu orang dengan orang lain dalam bentuk perilaku yang konsisten perilaku dalam situasi. Pembentukan kepribadian ini merupakan gabungan antara herediti dari pengaruh dan lingkungan seperti orangtua, teman sebaya, dan orang dewasa di sekitar siswa. Siswa yang mudah marah bisa jadi memiliki orangtua yang berkepribadian mudah marah pula. Disamping dalam keseharian orangtua sering menunjukkan perilaku mudah marah dan memiliki tuntutan yang tidak sesuai dengan tingkat potensi diri dan harapan siswa. Pola asuh demokratis yang disertai kasih sayang dan penuh perhatian orangtua pada anak memungkinkan tergalangnya komunikasi dua arah. Dengan situasi yang demikian orangtua dapat memonitoring semua perilaku anak dan mengajari anak banyak hal. Termasuk didalamnya orangtua memiliki kesempatan untuk mengajari anak agar mampu memahami situasi sosial yang tidak diinginkannya, membuat interpretasi yang positif terhadapnya dan mengekspresikan kemarahannya tersebut dengan cara yang tepat.

- Savage, L (editor). 2009. *Peer pressure*. USA: Greenhaven Press
- Scherman, V. (2002). School climate instrument: a pilot study in Pretoria and environs. *Thesis MA*. Departement of Psychology, faculty of Humanities – University of Petroria – Petroria.
- Soetjningsih. 2004. *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Cetakan I Jakarta: Sagung Seto.
- Soetjningsih, C H. 2010. Hubungan Orangtua-Remaja dan Self Esteem Sebagai Prediktor Tekanan Teman Sebaya Pada Remaja. *Enquiry : Jurnal Ilmiah untuk Peningkatan Profesional* Vol. 03, No. 01, Hal. 38-48. Diakses tanggal 27 Mei 2015 dari <http://repository.uksw.edu/handle/123456789/110>
- Sternberg, L. 2002. *Adolescence*, 6 th ed. New ork: McGraw – Hill Co.Inc
- Tarshis, T P. 2010. *Living with Peer Pressure and Bullying*. New York: Maple-Vail Book Manufacturing Group
- Vitaro, F., Brendgen, M., & Tremblay, R.E. 2000. Influence of deviant friends on delinquency: searching for moderator variables. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28, 313-325.
- Usman, I. 2013. Kepribadian, Komunikasi, Kelompok Teman Sebaya, Iklim Sekolah dan Perilaku Bulliyng. *Humanitas*: Vol. X, No. 1, Hal. 49-60.