

PENGARUH GAME KEKERASAN TERHADAP PERILAKU AGRESIF ANAK

Christiana Reali¹, Yunisa Dwi Anggraini²

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

¹*christyyuuri@gmail.com*, ²*yunisa.anggraini24@gmail.com*

Abstrak

Di era glolalisasi ini banyak sekali game yang dapat dengan mudah di akses oleh berbagai kalangan, terutama anak usia dini. Banyak dari para orang tua yang lebih memilih memberikan gadget kepada anak dengan alasan agar anak bisa tenang, tetapi hal tersebut sangat tidak benar. Gadget memiliki banyak dampak negatif bagi anak, anak akan dengan mudah mengakses situs game atau bahkan mendownload game yang tidak sesuai dengan usianya, salah satunya game yang mengandung kekerasan yang dapat dengan mudah diakses oleh anak yang dapat menimbulkan perilaku agresif anak. Perilaku agresi adalah tingkah laku manusia yang dilakukan dengan tujuan untuk menyakiti manusia lain ataupun terhadap objek benda, baik itu secara fisik maupun secara non fisik. Karena anak selalu meniru apa yang dilihatnya, maka setelah bermain game yang mengandung kekerasan maka kemungkinan besar anak akan meniru kekerasan tersebut dan melakukannya dengan temannya. Orang tua sebaiknya mengetahui dampak dari bermain gadget ini, dan lebih memperhatikan perkembangan anak dan memberikan perhatian lebih terhadap si anak. Supaya anak tidak merasa diabaikan oleh orang tua, dan nantinya anak akan lebih memilih untuk bermain gadget dari pada berbicara dengan orangtua.

Kata Kunci: Dampak Game, Game, Perilaku Agresif

PENDAHULUAN

Pada saat ini kita telah memasuki era globalisasi. Era globalisasi merupakan zaman dimana terjadinya proses mendunia. Proses mendunia ini telah terjadi sejak tahun 1980-an terjadi di berbagai bidang terutama di bidang teknologi. Banyak sekali warung internet yang telah menyediakan berbagai jenis game bagi para pecinta game. Tidak hanya berasal dari warung internet saja, dari handphone pun kita dapat lebih mudah mengakses situs untuk mendownload game. Situs-situs tersebut dapat dengan mudah diakses oleh anak usia dini sampai dewasa. Games online semakin diminati oleh banyak kalangan, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa.

Kebanyakan dari anak-anak di Indonesia saat ini telah mengenal dan dapat menggunakan teknologi canggih internet. Sebuah survey yang dilakukan oleh E-Marketer mengungkapkan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia sebanyak 83,7 juta dan 30 juta diantaranya adalah anak-anak rentang usia 10-19 tahun (Sumber : Viva News, dan Kominfo 2014). Hal ini seharusnya bukan menjadi sebuah hal yang mengejutkan bagi masyarakat Indonesia. Karena hal ini sesuai dengan realitas yang ada bahwa internet telah menjadi candu bagi anak-anak zaman sekarang.

Pengaruh globalisasi ini sangat cepat menyerang anak-anak yang sedang berada pada masa bermain, yang menjadi masalah pada pembahasan ini adalah bukan tentang game online nya namun yang menjadi masalah adalah ketergantungan pada aktivitas game ini bagi sebagian anak, game online memiliki sifat adiktif atau candu sehingga waktu anak banyak dihabiskan untuk bermain game-online

Game yang menjadi perhatian para orang tua saat ini adalah game yang mengandung kekerasan. Game yang mengandung kekerasan ini banyak sekali jenisnya dan akan berdampak pada perkembangan anak, terutama perilaku agresif. Seperti pada kasus yang pernah terjadi di Amerika Serikat, penembakan 11 pelajar dan seorang guru oleh Eric Harris dan Dylan Klebold di *Columbine High School* yang diketahui sebelum terjadinya peristiwa tersebut para pelaku memainkan *video games* berbasis *first person shooter*. Menurut pakar psikologi UI Prof. Dr. Fawzia Aswin Hadis, dampak terburuk video game kekerasan adalah kecenderungan mereka untuk meniru. Video games menawarkan agresi lebih kuat dibandingkan tontonan televisi. Karena tampilannya kini jauh lebih hidup dan interaktif, tayangan itu bisa menjadi rangsangan untuk berbuat hal serupa. Seperti yang kita ketahui bahwa anak usia dini merupakan peniru yang baik, apa yang dilihatnya akan ditiru.

Sebenarnya perilaku agresif ini didapat oleh setiap individu sejak lahir, namun perilaku agresif anak tidak akan berdampak negatif apabila tidak adanya rangsangan yang dapat mendorong perilaku agresif anak ke hal yang negatif. Rangsangan ini dapat berupa game kekerasan yang dapat dengan mudah diakses oleh anak.

PEMBAHASAN

Sejarah Video Games

Perusahaan komersial pertama konsol permainan video adalah Computer Space pada 1971, yang meletakkan dasar bagi industri hiburan baru di akhir 1970-an di Amerika Serikat, Jepang, dan Eropa. tapi ini perusahaan tidak bertahan lama ini sebagian besar disebabkan oleh banjir dari video game yang datang ke pasar mengakibatkan keruntuhan total industri game konsol di seluruh dunia, akhirnya menggeser dominasi pasar dari Amerika Utara ke Jepang. Tapi inilah yang mempengaruhi pasar game konsol, pasar game komputer sebagian besar tidak terpengaruh. Generasi selanjutnya dari konsol video game akan terus didominasi oleh perusahaan-perusahaan Jepang. Walaupun beberapa upaya akan dilakukan oleh Amerika Utara dan perusahaan-perusahaan Eropa, generasi keempat konsol, usaha mereka pada akhirnya akan gagal. Tidak sampai generasi keenam konsol permainan video akan non-perusahaan Jepang merilis sebuah sistem konsol sukses secara komersial. Pasar telah mengikuti jalan yang sama dengan beberapa kali gagal dilakukan oleh perusahaan-perusahaan Amerika yang semuanya gagal di luar beberapa keberhasilan terbatas dalam permainan elektronik genggam sejak dini. Saat ini hanya perusahaan-perusahaan Jepang memiliki sukses besar konsol game handheld, walaupun dalam beberapa tahun terakhir permainan genggam telah datang ke perangkat seperti ponsel dan PDA.

Pengertian Video Games

Menurut Wikipedia (2012) menyatakan bahwa : “video game is an electronic game that involves human interaction with a *user interface* to generate visual feedback on a video device. (game adalah sebuah permainan elektronik yang melibatkan interaksi antara pemain dengan *interface* game untuk menghasilkan efek umpan balik secara visual pada perangkat video.)”. Menurut bahasa, game berasal dari bahasa Inggris yang artinya permainan. Dalam bahasan ini, permainan adalah sebuah video yang dapat dimainkan oleh pemain melalui alat permainan seperti

komputer atau laptop dan *konsol* seperti Playstation, Xbox 360, Nintendo Wii dan sebagainya. Permainan tersebut melibatkan interaksi dengan pemain agar dapat menimbulkan efek visual seperti umpan balik dari permainan yang mereka mainkan.

Bahaya Video Games Kekerasan

1. Perilaku Negatif
2. Tidak Peka Sosial
3. Mengganggu Kesehatan
4. Gangguan Emosi
5. Mengalami Obsesi
6. Mendorong Ketidakjujuran
7. Tidak Mampu Mengendalikan Diri
8. Mempengaruhi Otak

Sebuah penelitian yang dilakukan para ahli di Brock University di Kanada baru-baru ini menyebutkan bahwa video game bertema kekerasan cenderung mempengaruhi pemainnya (anak-anak) menjadi lebih agresif terhadap orang lain.

Menurut keterangan para ahli tersebut seperti dilansir laman *Zeenews* edisi Senin (8/10), studi mereka adalah yang pertama kalinya dilakukan guna menunjukkan hubungan yang jelas antara periode berkelanjutan antara bermain game kekerasan dan perilaku bermusuhan.

Hasil penelitian tersebut melibatkan sebanyak 1.492 remaja di delapan sekolah tinggi di Ontario. Prosentasenya 51 persen perempuan dan 49 persen laki-laki. Mereka melakukan survei selama beberapa tahun, dengan rentang usia partisipan 14-15 tahun pada awal studi dan 17-18 tahun saat akhir penelitian.

Dalam penelitian tersebut, para remaja partisipan tersebut diminta menjawab serangkaian pertanyaan. Di antaranya seperti seberapa sering mereka mendorong, menendang, atau memukul orang-orang yang membuat mereka marah. Mereka pun ditanyai, apakah mereka senang memainkan game bertema aksi atau perkelahian.

Para psikolog pun menggunakan data tersebut untuk menilai setiap individu, terhadap tingkat agresi mereka pada setiap titik waktu. Dalam dua tahun terakhir penelitian itu, mereka pun kembali diberikan pertanyaan tentang seberapa sering mereka memainkan game tersebut. Mulai dari tidak pernah, selama lima jam atau lebih per harinya.

Analisis para ahli menunjukkan bahwa remaja yang bermain video game kekerasan selama beberapa tahun, memiliki catatan tinggi terhadap tindakan agresif mereka. Sementara mereka yang memainkan game di luar tema kekerasan sama sekali tak menunjukkan bukti peningkatan sifat agresif. Bahkan setelah memperhitungkan variabel lain yang dapat dikaitkan dengan tindakan agresif itu, para ahli menemukan bahwa jenis kelamin, perceraian orang tua dan penggunaan ganja juga cenderung menjadi pemicunya.

Menurut hasil penelitian yang juga dipublikasikan di jurnal *Developmental Psychology*, remaja yang senang bermain game bertema kekerasan dapat menyimpulkan bahwa tindakan kekerasan adalah cara yang efektif dan tepat untuk menangani konflik dan kemarahan. Sebagai contoh, remaja perempuan yang bermain game dengan tema tersebut selama bertahun-tahun, terbukti memiliki perangai yang sama seperti anak laki-laki yang bermain game serupa. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa jangka panjang pemain game kekerasan, umumnya cenderung bereaksi lebih agresif terhadap provokasi yang tidak disengaja. Meskipun berasal dari penyebab yang ringan, seperti seseorang tak sengaja menabrak mereka.

Game mungkin tidak tertanam di otak, tetapi mereka dapat mengubah cara berpikir, sebuah studi baru yang disajikan pada pertemuan tahunan Masyarakat

Radiologi Amerika Utara mengungkapkan pengaruh game tersebut.

Studi pengaruh game ini menunjukkan satu minggu dari bermain game yang mengandung kekerasan, seperti game action, dapat mengakibatkan perubahan di daerah otak yang berhubungan dengan fungsi kognitif dan pengendalian emosi pada remaja pria.

Penelitian mengambil sampel acak dari 22 orang dewasa muda (18 hingga 29 tahun) yang kemudian di eksposur dengan video game kekerasan untuk melihat pengaruh game tersebut. Setengah diminta untuk memainkan permainan menembak dalam waktu 10 jam setiap hari selama seminggu, dan kemudian berhenti selama satu minggu. Kelompok lain diminta untuk tidak memainkan video game kekerasan dengan periode yang sama selama dua-minggu.

Semua 22 orang relawan tersebut menjalani fMRI (functional magnetic resonance imaging) pada awal ujian, setelah satu minggu, dan pada akhir dari dua minggu tes. Selama fMRI, relawan diminta untuk menyelesaikan tugas-tugas sederhana yang merupakan tes gangguan emosional dan kognitif—tes yang dirancang untuk membatasi kemampuan subjek dalam merespon. Dalam tes bertujuan untuk melihat pengaruh game ini mereka diminta untuk menekan tombol yang berhubungan dengan warna dan berhitung sementara kata-kata yang menunjukkan violent dan non-violent ditampilkan dalam bentuk flashing (hanya sebentar melintas).

Hasil tes pengaruh game ini menunjukkan bahwa setelah satu minggu bermain game kekerasan, relawan menunjukkan berkurangnya aktivasi pada left inferior frontal lobe selama menjalankan tes emosional, dan berkurangnya aktivasi pada anterior cingulate cortex selama menjalankan tes menghitung, jika dibandingkan dengan hasil tes yang mereka lakukan minggu pertama sebelum bermain game. Dan tes terakhir menunjukkan grup yang tidak bermain game kembali normal, sementara grup yang masih bermain game tetap menunjukkan berkurangnya aktivasi.

“Bagian otak yang disebutkan diatas penting untuk mengontrol emosi dan perilaku agresif,” ungkap Yang Wang, M.D., assistant research professor di Department of Radiology and Imaging Sciences, Indiana University School of Medicine, Indianapolis.

Daftar Video Games Kekerasan

Berikut pemaparan beberapa games yang mengandung unsur kekerasan versi Kemendikbud.

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. World of Warcraft | 9. Carmageddon |
| 2. Call of Duty | 10. Shelshock |
| 3. Point Blank | 11. Raising Force |
| 4. Cross Fire | 12. Atlantica |
| 5. War Rock | 13. Conflict Vietnam |
| 6. Counter Strike | 14. Bully |
| 7. Mortal Combat | 15. Grand Theft Auto |
| 8. Future Cop | |

Kasus Dampak Games Kekerasan

Pada akhir tahun 2014 lalu masyarakat Indonesia dikejutkan dengan adanya video kekerasan yang dilakukan oleh anak sekolah dasar yang beredar di dunia maya

seperti yang dilansir oleh KPAI, berikut ini :

“Seperti diketahui, video aksi kekerasan yang dilakukan sejumlah siswa SD menghebohkan dunia maya di daerah Bukittinggi. Hal itu berdasar pernyataan dari akun Facebook bernama Fahri Akbar Tanjung. Dalam video berdurasi 1 menit 53 detik tersebut, terlihat beberapa siswa sekolah dasar yang memakai seragam lengkap merah dan putih sedang mengikuti kegiatan belajar mengajar. Namun, sebagian dari mereka, terutama yang berjenis kelamin laki-laki, terlihat sibuk memukuli siswi di sudut ruangan kelas. Siswi itu juga tidak melawan saat teman-teman sekelasnya memukul, bahkan menendangnya bertubi-tubi. Siswi yang menjadi korban pemukulan tersebut terlihat meringis kesakitan dan menangis di sudut ruangan. Tidak ada seorang pun di antara teman-temannya yang berusaha menolong. Sementara itu, siswa yang memukul dan menendang tampak dengan bangganya bergaya di depan kamera yang merekam aksi tidak pantas tersebut.”

Peristiwa ini tentu sangat miris bagi masyarakat Indonesia. Seorang anak yang masih sekolah dasar dapat melakukan tindakan kekerasan pada teman sekolahnya. Kasus ini tentu menjadi peringatan bagi para orang tua untuk lebih mengawasi anaknya yang sering bermain game online. Berdasarkan keterangan dari berbagai pihak yang berwenang, perilaku kasar bahkan cenderung sadis para siswa itu dipengaruhi oleh tayangan televisi dan juga game online yang umumnya bergenre kekerasan.

Perilaku Agresif

Perilaku ini dapat membahayakan *anak* atau orang lain. Secara psikologis perilaku agresif berarti cenderung (ingin) menyerang kepada sesuatu yang dipandang sebagai hal yang mengecewakan, menghalangi atau menghambat (KBBI: 1995:12). Perilaku agresi merupakan tingkah laku manusia yang bertujuan untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun non fisik. Menurut Berkowitz perilaku agresif mengacu kepada beberapa jenis perilaku baik secara fisik maupun mental, yang dilakukan dengan tujuan menyakiti seseorang. Sedangkan menurut Loeber dan Stouthamer, dalam Tremblay (2000:131) mendefinisikan perilaku agresif sebagai berikut: *“aggression is defined as those acts that inflict bodily or mental harm on others”*. Definisi ini lebih menekankan pengertian agresif pada tindakannya, yang selanjutnya mempunyai pengaruh negatif sebagai konsekuensi dari sebuah tindakan agresif terhadap korban, yaitu kerugian jasmani dan mental orang lain, tanpa memandang tujuan dilakukannya tindakan agresi itu sendiri. Berdasarkan pendapat tersebut perilaku agresif dapat diartikan sebagai tindakan yang dilakukan dengan sengaja yang bertujuan menyakiti atau merugikan orang lain.

Ketika anak memasuki usia 3-7 tahun perilaku agresif menjadi bagian dari perkembangan mereka, dan sering menimbulkan masalah, tidak hanya di rumah tapi juga di sekolah. Dan jika keadaan ini menetap maka ada indikasi mengalami gangguan psikologis. Dampak utama dari perilaku agresif ini adalah anak tidak mampu berteman dengan anak lain atau bermain dengan teman-temannya.

Keadaan ini menciptakan lingkaran setan, semakin anak tidak diterima oleh teman-temannya maka makin menjadilah perilaku agresif yang ditampilkannya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat (dalam Masykouri, 2005: 12.7) sekitar 5-10% anak usia sekolah menunjukkan **perilaku agresif**. Secara umum, anak laki-laki lebih banyak menampilkan perilaku agresif, dibandingkan anak perempuan. Menurut penelitian, perbandingannya 5 berbanding

1, artinya jumlah anak laki-laki yang melakukan perilaku agresif kira-kira 5 kali lebih banyak dibandingkan anak perempuan.

Faktor yang mempengaruhi perilaku agresif anak. Baron dan Byrne (1994) mengelompokkan agresi menjadi tiga pendekatan dalam menerangkan penyebab dasar perilaku agresi, yaitu :

a. Faktor Biologis

Menurut pendekatan ini agresi pada manusia seperti telah diprogramkan untuk kekerasan dari pembawaan biologis secara alami. Berdasarkan *instinct theory* seseorang menjadi agresif karena hal itu merupakan bagian alami dari reaksi mereka.

Brigham (1991) mengemukakan tiga faktor yang mempengaruhi agresi, yaitu:

1. Proses belajar adalah mekanisme utama yang menentukan perilaku agresif pada manusia. Contohnya adalah pada bayi yang baru lahir yang selalu menampilkan agresivitas yang sangat impulsif. Perilaku ini akan semakin berkurang dengan bertambahnya usia, yang berarti bayi tersebut melakukan proses belajar untuk menyalurkan agresivitasnya hanya pada saat-saat tertentu saja (Sears dkk, 1994). Proses belajar ini termasuk belajar dari pengalaman, *trial and error*, pengajaran moral, menerima instruksi, dan pengamatan terhadap perilaku orang lain.
2. Individu akan cenderung mengulang suatu perilaku apabila perilaku tersebut memberikan efek yang menyenangkan. Hal ini disebut sebagai penguatan atau *reinforcement*. Sebaliknya apabila memberikan efek yang tidak menyenangkan, maka perilaku tersebut cenderung tidak akan diulangi.
3. Proses imitasi adalah proses peniruan tingkah laku seorang model. Proses ini disebut juga proses *modeling*. Proses ini dapat diaplikasikan pada semua jenis perilaku, termasuk perilaku agresif. Setiap individu, terutama anak-anak, memiliki kecenderungan yang kuat untuk berimitasi. Proses ini tidak dilakukan terhadap semua orang tetapi terhadap figur-figur tertentu seperti orang-orang terkenal, memiliki kekuasaan, sukses, atau orang yang sering ditemui mereka. Figur yang biasanya menjadi model tersebut adalah orang tua anak itu sendiri. Oleh sebab itu, perilaku agresif anak-anak sangat tergantung pada cara orang tua memperlakukan mereka dan diri mereka sendiri (Sears dkk, 1994).

b. Faktor eksternal

Menurut Dollard (dalam Praditya, 1999), frustrasi, yang diakibatkan dari percobaan-percobaan yang tidak berhasil untuk memuaskan kebutuhan, akan mengakibatkan perilaku agresif. Frustrasi akan terjadi jika keinginan atau tujuan tertentu dihalangi.

Menurut Baron dan Byrne (1994), kondisi timbulnya perilaku agresif, yaitu kondisi internal dan kondisi eksternal.

Kondisi internal terdiri dari :

- 1) Kepribadian
- 2) Hubungan interpersonal yang salah satunya adalah komunikasi
- 3) Kemampuan.

Kondisi eksternal terdiri dari :

1. Frustrasi
2. Provokasi langsung yang bersifat verbal ataupun fisik yang mengenai kondisi pribadi

3. Model yang kurang baik dalam lingkungan

c. faktor belajar

Pendekatan belajar adalah pendekatan lain yang lebih kompleks dalam menerangkan agresi. Ahli-ahli dalam aliran ini meyakini bahwa agresi merupakan tingkah laku yang dipelajari dan melibatkan faktor-faktor eksternal (stimulus) sebagai determinan pembentuk agresi tersebut.

Menurut Bandura dan kawan-kawan (dalam Koeswara, 1988), agresi dapat dipelajari dan terbentuk melalui perilaku meniru atau mencontoh perilaku agresi yang dilakukan oleh individu lain yang dianggap sebagai suatu contoh atau model.

d. Video Games

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku agresif adalah seringnya bermain video games yang mengandung unsur kekerasan dan mekanisme yang sering dihubungkan dengan perilaku agresif pada penelitian tersebut adalah social learning theory. bahwa memainkan video games yang agresif, akan menstimulasi perilaku agresif karena anak-anak akan meniru apa yang mereka lihat pada layar saat bermain video games. (Sherry, John). Proses pembentukan perilaku, moral dan sikap anak diantaranya berupa imitasi yang berarti peniruan sikap, cara pandang, serta tingkah laku orang lain yang dilakukan dengan sengaja oleh anak dan umumnya anak mulai melakukan imitasi atau peniruan sejak usia 3 tahun, yaitu meniru perilaku orang lain yang ada disekitarnya. Proses lainnya yang berperan adalah internalisasi yaitu suatu proses yang merasuk pada diri seseorang (anak) karena pengaruh sosial yang paling mendalam dan paling langgeng dalam kehidupan orang tersebut (Sumantri).

Penelitian sebelumnya menyimpulkan pada usia sekolah, dalam perkembangan kognitifnya anak mampu melakukan fantasi. Fantasi banyak dipengaruhi oleh tontonan yang disaksikan anak. Melalui tontonan, anak-anak mengetahui tokoh jahat dan tokoh baik dan timbul keinginan untuk berperilaku seperti tokoh yang mereka kagumi. Khumas menambahkan bahwa terdapat hubungan antara fantasi agresi dan perilaku agresi pada anak-anak.

Pengaruh bermain game mempengaruhi tumbuh kembang anak, di antaranya: Menyebabkan perilaku agresif, terutama bagi anak laki-laki karena kecenderungan memainkan game dengan tema kekerasan. Mengabaikan kebutuhan lain, misalnya belajar, makan, mandi, tidur, dan lebih suka bermain game sendiri di depan computer atau televisi daripada bergaul dengan saudara atau teman di lingkungan sekitar. Mengganggu kesehatan, berupa gangguan pencernaan, kram tangan dan lain-lain karena sering mengabaikan kebutuhan makan dan istirahat. Memicu masalah emosi, seperti sering marah, murung, merasa sendiri, dan marah ketika mendapat teguran karena terlalu lama bermain game.

Penelitian yang dilakukan oleh Paul.J.C. Adachi and Teena Willoughby yang dilakukan di Kanada dalam jurnal yang berjudul "*The effect of video games competition and violence on aggressive behavior*" yang ditulis pada tahun 2011. Dalam jurnal tersebut diketahui bahwa kekerasan di media khususnya pada video games memiliki efek langsung pada perilaku kekerasan. Efek dari video game

kekerasan pada masa kanak-kanak dapat mempengaruhi perilaku agresif pada masa remaja.

American Academy of Pediatric mengklaim hubungan antara bermain *video games* yang mengandung unsur kekerasan dengan perilaku agresif lebih besar jika dibandingkan dengan hubungan antara kebiasaan merokok dan prevalensi penyakit kanker paru, dan media yang menampilkan unsur kekerasan merupakan sebuah faktor yang mempengaruhi setengah dari kejadian pembunuhan setiap tahunnya

Mengenali karakter anak agresif

Anak agresif, lebih sering daripada tidak, karakteristiknya ditampilkan beberapa ciri-ciri berikut :

- Mengintimidasi rekan-rekan mereka dengan ancaman verbal atau fisik
- Mengganggu kelas dengan argumen mereka
- Mudah terpancing ke dalam perkelahian, terutama ketika keadaan tidak sesuai dengan keinginan mereka
- Sulit untuk membuat atau mempertahankan hubungan persahabatan
- Menghancurkan barang atau melemparkan mereka pada seseorang saat mereka marah
- Menyebarkan gosip jahat tentang seseorang yang mereka tidak suka

Langkah Efektif untuk Mengatasi Perilaku Agresif

Menjaga perilaku agresif terkendali membutuhkan kerja keras yang konsisten melalui pendekatan yang positif. Banyak kesabaran ekstra yang dibutuhkan untuk menghadapi anak yang agresif. Penanganan masalah perilaku agresif harus dilihat dan dilakukan secara menyeluruh, artinya semua pihak termasuk guru dan orang tua serta lingkungan sekitar. Karena kelemahan anak agresif adalah ketidakmampuan menguasai keterampilan sosial, maka diharapkan orang tua dan guru dapat mengajarkan bagaimana cara menanggapi perasaan orang lain dan perasaan dirinya sendiri serta perilaku yang tepat dalam bertingkah laku dalam suatu lingkungan. Misalnya dengan cara melatih mengungkapkan perasaan yang dirasakan, senang, sedih, marah, gembira dan perilaku seperti apa yang harus dilakukan ketika ada teman yang mengambil barang tanpa minta izin. Bentuk pengajaran bisa berbentuk role play. Dengan demikian anak mendapatkan model perilaku yang positif dengan mengetahui bagaimana harus bersikap dalam situasi sosial tertentu. Berikut ini beberapa langkah efektif untuk mengatasi perilaku agresif anak:

1. Selidiki penyebab

Langkah pertama dengan mengidentifikasi apa penyebab agresif itu berasal. Anak-anak seringkali punya perilaku meniru, sehingga penyebabnya pasti di sekitar anak. Apakah dia menonton acara TV yang menayangkan kekerasan atau game yang mengandung kekerasan? Apakah dia menyaksikan terlalu banyak konflik dalam keluarga? Apakah teman-temannya terlalu agresif? Cobalah mengidentifikasi penyebabnya. Itu akan menuntun Anda untuk mengakhiri masalah, dan memungkinkan Anda untuk mendapatkan di jalur yang benar.

2. Salurkan Energi Anak dengan Benar

Agresif berasal dari rasa frustrasi dan kesepian, itu dapat diatur tepat dengan melibatkan mereka dalam kegiatan bermain dan belajar banyak. Biarkan anak Anda untuk membakar energi cadangannya dengan berlarian, bermain lempar tangkap, atau bahkan bermain indoor games yang akan merangsang kemampuan mentalnya. Mengelompokkan dirinya dengan orang lain pada usia yang sama, dan juga melibatkan anggota keluarga lain untuk meningkatkan ikatan emosional Anda.

3. Jadilah Orang Tua Penyayang, Sabar, dan Pengertian Mendisiplinkan anak adalah pekerjaan yang sulit yang menuntut segenap energi keluarga. Namun, ketika Anda memberikan lingkungan yang aman, damai, dan memadai bagi anak, itu sudah menutupi setengah dari pekerjaan Anda. Dengan ketenangan di sekelilingnya, anak tidak memiliki lagi inspirasi untuk agresif, dan membentuk dirinya sendiri sesuai dengan lingkungan yang dia serap.
4. Mengawasi Kegiatan
Memantau apa saja yang ditonton anak Anda di TV dan Internet, dan ambil langkah-langkah efektif untuk menjauhkan dia dari tontonan yang tidak cocok. Bahkan program anak-anak akhir-akhir ini juga penuh dengan tayangan tidak dapat diterima. Juga, awasi teman-teman anak Anda jika sewaktu-waktu muncul tanda-tanda perilaku negatif bahwa anak Anda juga berpotensi mencontoh.
5. Menciptakan lingkungan nonagresif
Jika kita bermaksud untuk mengurangi timbulnya perilaku agresif pada anak, maka kita harus membebaskan lingkungan sekitar dari perilaku-perilaku agresif, menghilangkan rangsangan-rangsangan yang dapat menumbuhkan perilaku agresif. Misalnya dengan menghilangkan tontonan, bacaan, yang memperlihatkan kekerasan, keberutalan, kesadisan dsb, terutama film-film adegan-adengan yang ada pada TV, komik, dan bacaan lainnya.
6. Ciptakan PAKEM.
PAKEM (pembelajaran aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan), akan tercipta apabila program pembelajaran yang fleksibel, disesuaikan dengan kemampuan setiap anak, pengelolaan kelas yang memberikan rasa aman, kenyamanan dan menyenangkan.

PENUTUP

Video games semakin berkembang seiring dengan berkembangnya zaman. Video games dapat dengan mudah didapat seperti konsol, komputer, handphone dan lain-lain dan dapat diakses semua kalangan dari anak-anak hingga dewasa. Bermain video games yang mengandung unsur kekerasan dapat meningkatkan perilaku agresi anak. Terutama pada anak dibawah 7 tahun karena anak meniru apa yang dilihatnya. Jadi jika anak selalu bermain game yang mengandung unsur kekerasan kemungkinan besar anak akan meniru dan melakukan hal-hal yang dapat membahayakan.

Secara psikologis perilaku agresif berarti cenderung (ingin) menyerang kepada sesuatu yang dipandang sebagai hal yang mengecewakan, menghalangi atau

menghambat. Maka dari itu, sebaiknya orangtua mengawasi jenis video games yang akan diberikan kepada anak. Sebaiknya orangtua memberikan video games yang mengandung unsur edukatif. Seperti games anak cerdas, math games, aniworld, lego duplo, carnival of animals, marbel belajar warna, cake maker, toodler cars, dan fruits and vegetables for kids. Atau orangtua dapat membuat kegiatan pembelajaran aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan. Dengan demikian anak dapat mengembangkan berbagai aspek perkembangan. Mulai dari perkembangan fisik, kognitif, sosial emosi, dan bahasa.

Adapun saran dari penulis adalah Sebaiknya orangtua lebih mengawasi kegiatan anak baik di rumah maupun diluar rumah, orang tua juga harus cermat memilih video games yang tidak mengandung unsur kekerasan dan sesuai dengan usia anak. Namun, berikanlah video games yang mengandung unsur edukatif seperti sahabat mimi pungut sampah, cattle tycoon, kartu kembar divine kids, dan lain-lain. Atau orangtua memberikan kegiatan-kegiatan yang menggunakan gerak fisik sehingga dapat meningkatkan kemampuan fisik, kognitif, sosial emosional dan bahasa. Seperti kata pepatah 'mensana in corpore sana' yang artinya di dalam badan yang sehat terdapat jiwa yang kuat.

DAFTAR PUSTAKA

Ma'ruf Hidayat. 2015. *Perilaku Agresi Relasi Siswa di Sekolah*. Aswaja Pressindo: Yogyakarta.

<https://g2hcombrowordpress.com/sejarah-perkembangan-game/> (diakses pada 22 Juni 2016, pukul 20.00)

<http://tekno.liputan6.com/read/443329/awas-video-game-kekerasan-bahaya-bagi-anak-anda> (diakses pada 22 Juni, pukul 20.30)

<https://majalahqalam.wordpress.com/remaja/perilaku-agresif-akibat-game/> (diakses pada 23 Juni 2016, pukul 19.20)

<http://pengertian-pengertian-info.blogspot.co.id/2015/05/pengertian-dan-macam-macam-agresi.html>(diakses pada 23 juni 2016, pukul 20.00)

<http://bramardianto.com/perilaku-agresif-pada-anak.html> (diakses pada 23 Juni 2016, pukul 20.30)