

# AGRESI



Chr. Argo Widiharto, S.Psi., M.Si

# AKAR AGRESI



## FREUD

Insting hidup (eros) dan insting mati (thanatos). Agresi muncul dari insting kematian.



# AKAR AGRESI

Perpektif Biologi: agresi merupakan aspek bawaan dr manusia seperti juga hewan. Agresi utk memperebutkan kekuasaan, makanan maupun membela diri

---



# AKAR AGRESI

Hormon: agresi dipengaruhi hormon androgen dan testoteron. Kebetulan kedua hormon tsb ada pd pria shg pria lebih agresif dr wanita.



# DEFINISI AGRESI

- **Setiap tindakan yg diniatkan untuk menyakiti atau melukai orang lain**
- **Antisocial aggression**: tindakan agresif yg melanggar norma social yg diterima umum spt membunuh, merusak barang, marah, tindakan kriminal
- **Prosocial aggression**: tindakan agresif yg mendukung norma social yg diterima umum spt polisi menembak mati teroris, mematuhi komandan saat perang
- **Sanctioned aggression** (agresi yg disetujui): agresi yg dimaklumi sesuai dengan norma kelompok social individual seperti pelatih yg menghukum anak didiknya, wanita yg menyerang pemerkosa, perlawanan thd criminal.



# Sumber Marah



## SERANGAN

Adanya serangan dr orang lain spt org menumpahkan minuman Anda, bunyi klakson berkali-kali di belakang Anda, ejekan di medsos.

## FRUSTASI

Pembendungan atau pencegahan perilaku yg diarahkan ke tujuan. Misalnya konflik dlm kehidupan keluarga, tekanan ekonomi bangsa, suhu udara panas, perlakuan tidak adil di masyarakat atau di sekolah (diejek, dikucilkan & dilecehkan byk orang)

# Sumber Marah



## EKSPEKTASI PEMBALASAN

Motivasi utk balas dendam akan menimbulkan marah. Orang yg mampu membalas dendam lebih lama marahnya terhadap banyak hal

## KOMPETISI

Situasi kompetisi sering memicu pola kemarahan, perbantahan & agresi destruktif, situasi kooperasi jarang terjadi agresi

# PERILAKU AGRESIF

## BELAJAR JADI AGRESIF

1. Imitasi: bentuk pembelajaran yg berkaitan dgn pemikiran, perasaan dan perilaku orang lain. Perilaku agresif anak dibentuk dan ditentukan oleh apa yg diamatinya
2. Penguatan: proses belajar respon dengan diberi imbalan bila respon itu ditunjukkan. Perilaku agresif muncul pada saat anak melakukan perilaku agresif dapat penguatan (pujian) dari lingkungannya.



# PERILAKU AGRESIF

## ATRIBUSI

- Kemarahan akan muncul bila serangan atau frustrasi dianggap sbg sesuatu yg diniatkan oleh orang lain.

## ATRIBUSI dan AGRESI KRONIS

- Agresi tetap stabil dari waktu ke waktu
- Anak yg agresif ketika masuk sekolah akan cenderung menunjukkan perilaku agresif
- Bias atribusi atas niat akan menimbulkan perilaku balas dendam

# PERILAKU AGRESIF

## KULTUR & AGRESI

- Orang yang hidup dalam budaya yang memperbolehkan kekerasan akan lebih agresif
- Anak mengenal kekerasan untuk mengatasi konflik melalui proses pembelajaran dan norma sosial





# REDUKSI PERILAKU AGRESIF



- **HUKUMAN dan PEMBALASAN:** ketakutan akan hukuman dan pembalasan dendan akan mereduksi perilaku agresif. Sisi lain hukuman dengan kekerasan juga akan menimbulkan perilaku agresif.
- **MENGURANGI FRUSTRASI & SERANGAN:** perlu adanya pemerataan ekonomi, memberi kebebasan dalam berekpresi.
- **ALKOHOL & NARKOBA:** konsumsi alcohol dan narkoba membuat orang lebih agresif, maka hindari alcohol dan narkoba

# REDUKSI PERILAKU AGRESIF

- **AGRESI yang DIALIHKAN:** ekspresi agresi terhadap target pengganti, umumnya yg lebih mudah. Misal anak dimarahi kemudahan menumpuhkan susu karena tidak berani dg orang tuanya.
- **KATARSIS:** mengekspresikan agresi misalnya dengan berteriak

