

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada hakikatnya, manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan untuk dapat bertahan hidup sehingga, dalam melakukan aktivitas sosial sehari-hari membutuhkan kemampuan bersosial yang baik dalam berinteraksi. Namun, berbeda dengan anak dengan hambatan emosi dan perilaku atau anak tunalaras, kemampuan bersosialnya relatif tidak berkembang sesuai dengan norma kehidupan pada umumnya. Anak dengan hambatan emosi dan perilaku didefinisikan sebagai anak yang menunjukkan perilaku mengganggu dan membangkang. Bagi orang tua anak dan guru pada umumnya, dengan adanya perilaku-perilaku tersebut menyebabkan anak diberi label nakal atau pembangkang, dan perlu memperingatkan teman-teman sebayanya untuk berhati-hati bahkan menjauhinya. Pada akhirnya kesulitan-kesulitan perkembangan yang dialami oleh anak dengan hambatan emosi dan perilaku yang tidak teridentifikasi, tidak akan teratasi dan semakin parah hingga mengakibatkan perilaku menetap sampai mereka dewasa. Samuel A. Kirk (dalam Sunardi, 2006, hlm. 3) mengemukakan bahwa, anak tunalaras atau anak dengan hambatan emosi dan perilaku adalah mereka yang terganggu perkembangan emosi, menunjukkan adanya konflik dan tekanan batin, menunjukkan kecemasan, penderita neorotis atau bertingkah laku psikotis. Kauffman (dalam Sujtihat Somantri, 2012, hlm. 140) mengemukakan bahwa penyandang tunalaras adalah anak yang secara kronis dan mencolok berinteraksi dengan lingkungannya dengan cara yang secara sosial tidak dapat diterima atau secara pribadi tidak menyenangkan tetapi masih dapat diajar untuk bersikap yang secara sosial dapat diterima dan secara pribadi menyenangkan. Berdasarkan dari pengertian tersebut anak dengan hambatan emosi dan perilaku memiliki karakteristik yang ditunjukkan ketika berinteraksi dengan lingkungan sosial yaitu, tidak bisa menahan diri ketika sedang frustrasi, kecewa atau sedih atas suatu kondisi, perasaan anak sangat sensitif sehingga mudah terbawa emosi yang berlarut-larut, tidak dapat mengutarakan konflik

yang terjadi dengan baik, tidak mampu memahami perasaan diri sendiri dan orang lain, kesulitan dalam mengungkapkan perasaan atau emosi yang sedang dirasakannya, kesulitan dalam belajar mengelola pikiran dan emosinya demi menjaga perasaan seseorang, kesulitan dalam memilah mana yang salah dan mana yang benar, kesulitan dalam mencari solusi untuk menyelesaikan sebuah konflik, kesulitan dalam menjalin hubungan dengan teman-temannya.

Perilaku yang ditunjukkan anak dengan hambatan emosi dan perilaku dalam berinteraksi akan terlihat ketika menginjak usia 7-8 tahun. Merianti dan Nuine (2018) mengemukakan bahwa pada umumnya, anak dengan usia 7-8 tahun sudah mampu menginternalisasikan rasa bangga dan malu terhadap sesuatu, anak dapat mengutarakan konflik yang terjadi melalui verbalnya, anak semakin mampu untuk memahami perasaan diri sendiri dan orang lain. Menurut Izzaty (2008) salah satu ciri-ciri emosi pada anak sekolah dasar yaitu emosi anak mudah berubah. Hal tersebut terlihat ketika kita menjumpai anak yang sedang menangis, ia akan menangis dengan tersedu-sedu namun emosi tersebut hanya sebentar, dia akan kembali tertawa ketika ada sesuatu yang lucu. Selain itu, pada usia *late primary* (7-8 tahun), anak juga mengalami perkembangan bahasa yang sangat pesat. Anak telah memahami tata bahasa, sekalipun terkadang menemui kesulitan dan menunjukkan kesalahan tetapi anak dapat memperbaikinya, anak telah mampu menjadi pendengar yang baik, anak mampu menyimak cerita yang didengarnya, dan mampu mengungkapkan kembali dengan urutan dan susunan yang logis (Surna, Nyoman & Pandeiro, D, 2014). Ormrod (dalam Dwi, M.P., dkk. 2020) mengemukakan bahwa karakteristik perkembangan bahasa anak usia 6-8 tahun adalah sudah berkembangnya kemampuan melakukan interpretasi, mengetahui penggunaan kata kerja dan bentuknya, serta anak memahami jika terdapat adanya kata-kata sindiran atau arah pembelotan kata menjadi sindiran, anak sudah mulai dapat berkomunikasi dengan panjang meski masih bersifat abstrak, berkembangnya pengetahuan tentang dasar-dasar bahasa dan hakikat bahasa secara signifikan, seperti kemampuan menganalisa dasar-dasar perkembangan bahasa yang menjadi pengetahuan terstruktur dalam kognitif.

Pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku memiliki permasalahan dalam perkembangan kognitif dan juga bahasa yang bukan disebabkan oleh intelegualitas melainkan disebabkan oleh perkembangan emosi dan perilakunya yang terganggu. Hal tersebut memicu terjadinya permasalahan-permasalahan dalam kemampuan komunikasi verbal pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku. Anak menjadi tidak bisa mengolah tata bahasa yang sebaiknya digunakan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial. Terlebih lagi, anak dengan hambatan emosi dan perilaku tidak dapat meluapkan dan mengungkapkan emosinya dengan baik, sehingga menyebabkan ketika anak mendapati suatu kondisi yang menyedihkan atau mengecewakan, anak tidak dapat menahan diri untuk melakukan suatu tindakan yang agresif yang dapat mengganggu lingkungan sekitar. Salah satu tindakan agresif yang dilakukan oleh anak dengan hambatan emosi dan perilaku adalah perilaku agresi verbal. Buss (Dayakisni dan Hudaniah, 2011:93) mengemukakan bahwa perilaku agresi verbal adalah suatu perilaku yang dilakukan untuk menyakiti, mengancam atau membahayakan individu atau objek yang menjadi sasaran tersebut secara verbal melalui kata-kata seperti memaki, menghina, menyebar fitnah, dan berkata kotor atau kasar. Berkowitz (2003) mendefinisikan perilaku agresi verbal sebagai suatu bentuk perilaku atau aksi agresif yang diungkapkan untuk menyakiti orang lain, perilaku agresi verbal dapat berbentuk umpatan, celaan atau makian, ejekan, fitnahan, dan ancaman melalui kata-kata. Perilaku tersebut, dapat membahayakan dan mengganggu kenyamanan lingkungan sekitar anak apabila tidak segera diatasi.

Dalam menangani perilaku agresi verbal pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku membutuhkan intervensi, salah satunya yaitu dengan teknik *expressive writing*. *Expressive writing* pertama kali dicetuskan oleh Pennebaker pada tahun 1989. Pennebaker yang merupakan seorang professor di bidang psikologi sosial banyak meneliti manfaat menulis pada klien dengan gangguan *Post Traumatic and Stress Disorder*. Kemudian Pennebaker memperluas penemuannya dengan melakukan eksperimen bidang psikososia, yaitu mengenai relasi sosial dan hubungan romantis (Lidwiana Florentina, 2016).

Menurut Pennebaker & Chung (2012), *expressive writing* adalah metode yang dapat membantu individu dalam mengungkapkan pergolakan batin yang dialaminya dengan melepaskan, memikirkan dan merasakan kembali masalah yang ia alami, sehingga aspek kognitif dan afeksi individu terstimulasi ke arah yang lebih positif. Dalam (Fitria, dkk., 2017) menurut (Money, Espie, Brommfield, 2009) dikatakan bahwa *expressive writing* adalah sebuah kegiatan atau suatu proses yang memerlukan integrasi dari pikiran, afeksi, dan motorik seseorang. Ketika seseorang menulis secara ekspresif mengenai perasaannya terhadap suatu kejadian, maka hal yang akan dirasakannya kembali adalah perasaan yang dirasakannya saat itu, penilaiannya terhadap kejadian itu, serta pikiran yang mengarahkannya pada persepsi baru.

Tujuan dari teknik *expressive writing* adalah untuk meningkatkan pemahaman pada diri sendiri dan orang lain, meningkatkan kreatifitas, ekspresi diri dan harga diri, meningkatkan kemampuan komunikasi dan interpersonal, mengekspresikan emosi atau katarsis, menurunkan ketegangan, serta meningkatkan kemampuan dalam menyelesaikan masalah (Malchiodi, 2005). *Expressive writing therapy* dapat membantu individu dalam memahami dirinya lebih baik, menghadapi depresi, distress, kecemasan, adiksi, ketakutan terhadap penyakit, kehilangan dan perubahan dalam kehidupannya (Bolton, 2011). *Expressive writing* berguna untuk individu yang sulit mengungkapkan permasalahannya secara verbal dan bagi individu yang mengalami stres, gelisah, kecemasan ringan, serta depresi ringan, hal tersebut dikarenakan selama menulis, individu dapat meluapkan ekspresi emosinya (Niman dkk., 2019). Pada anak dengan hambatan emosi sering kali mengalami kesulitan dalam mengungkapkan dan meluapkan ekspresi emosinya sehingga perilakunya mengganggu lingkungan sekitar ketika sedang emosi, salah satu perilakunya adalah perilaku agresi verbal. Maka dari itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan memberikan fasilitas untuk anak dapat meluapkan emosinya secara tepat yaitu dengan menuliskan perasaannya mengenai suatu kejadian yang melekat, emosional, maupun traumatis dalam hidup anak agar anak dapat mengenali emosi nya sendiri dan anak dapat mengendalikan emosi

nya secara perlahan sekaligus anak dapat mengembangkan kemampuan bahasanya, sehingga dapat mengurangi emosi yang terkeluarkan melalui verbal yang dapat membahayakan dan mengganggu lingkungan sekitar.

Berdasarkan temuan lapangan di SD Tridaya Tunas Bangsa Kota Cimahi, didapatkan anak dengan hambatan emosi dan perilaku yang berinisial FF memiliki keterbatasan dalam mengontrol emosi yang menyebabkan terganggunya aktivitas belajar serta hubungan dengan lingkungan sekitar. Anak dijauhi oleh teman-temannya karena sering berkata kasar, mengumpat, menghina, mengejek, mencaci dan membantah. Anak seringkali emosi terhadap hal-hal sepele seperti, kalah dalam sebuah permainan yang dibuat oleh gurunya, ketika guru sedang memilih salah satu anak untuk menjawab pertanyaan, dan guru tidak memilih anak tersebut untuk menjawab, maka anak akan emosi dengan mengeluarkan kata-kata buruk dan mencoret-coret di papan tulis dengan coretan atau kalimat-kalimat yang tidak bagus. Guru anak tersebut sudah berupaya untuk mengurangi perilaku anak dengan cara memberikan hukuman, akan tetapi perilaku anak belum juga berkurang. Maka dari itu, peneliti ingin membantu anak untuk dapat mengontrol emosi dan meluapkan emosi nya secara tepat agar tidak mengganggu aktivitas belajarnya dengan menerapkan Teknik *expressive writing*.

Dengan permasalahan dan tinjauan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **“Penggunaan Teknik *Expressive Writing* Terhadap Penurunan Perilaku Agresi Verbal Anak dengan Hambatan Emosi dan Perilaku di SD Tridaya Tunas Bangsa Kota Cimahi”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, terdapat beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Anak dengan hambatan emosi dan perilaku cenderung kesulitan dalam mengendalikan dan meluapkan emosi sehingga menyebabkan perilaku anak tidak diterima oleh lingkungan sekitar.
2. Tingginya perilaku agresi verbal seperti mengejek dan mengumpat sebagai salah satu bentuk emosi anak yang sulit dikendalikan.

3. Guru sudah melakukan penanganan untuk mengurangi perilaku agresi verbal pada anak menggunakan teknik *punishment* akan tetapi belum berhasil.
4. Guru belum menemukan solusi atau metode yang sesuai untuk mengurangi perilaku agresi verbal pada anak.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, peneliti membatasi masalahnya pada penggunaan teknik *expressive writing* terhadap penurunan perilaku agresi verbal (mengejek dan mengumpat) pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku di SD Tridaya Tunas Bangsa Kota Cimahi.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan gambaran pada latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah penggunaan teknik *expressive writing* berpengaruh terhadap penurunan perilaku agresif verbal pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku di SD Tridaya Tunas Bangsa Kota Cimahi?”. Rumusan masalah penelitian ini secara rinci dibuat dalam pertanyaan sebagai berikut :

1. Apakah penggunaan teknik *expressive writing* berpengaruh terhadap penurunan perilaku mengejek pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku ?
2. Apakah penggunaan teknik *expressive writing* berpengaruh terhadap penurunan perilaku mengumpat pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku ?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Secara umum, tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah teknik *expressive writing* berpengaruh terhadap penurunan perilaku agresi verbal pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku di SD Tridaya Tunas Bangsa Kota Cimahi.

1.5.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

1. Mengetahui penurunan perilaku agresi verbal mengejek pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku melalui penggunaan teknik *expressive writing*.
2. Mengetahui penurunan perilaku agresi verbal mengumpat pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku melalui penggunaan teknik *expressive writing*.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai berikut :

1.6.1 Manfaat Teoretis :

Dari segi teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai salah satu sumber informasi dan pemikiran dalam pengembangan pengetahuan, khususnya dalam pengembangan pendidikan khusus.

1.6.2 Manfaat Praktis :

Penelitian ini dapat membantu anak dalam menurunkan perilaku agresi verbal pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku. Serta *teknik expressive writing* dapat dijadikan sebagai referensi teknik pembelajaran untuk mengurangi perilaku agresi verbal pada anak dengan hambatan emosi dan perilaku.