

AGRESI DITINJAU DARI PEMBAWAAN DAN LINGKUNGAN

Oleh: *Purwandari*¹

Pendahuluan

Batasan mengenai agresi dapat diberikan oleh para ahli secara berbeda-beda tergantung dari latar belakang keahlian yang digelutinya. Seorang ahli psikologi sosial mengartikan agresi sebagai perilaku yang cenderung merugikan atau menghancurkan orang lain dan bentuk tindakan yang dilakukan dapat membuat orang lain menderita (Myers, 1994; Baron dan Byrne, 1994). Perilaku agresi dalam definisi tersebut tidak termasuk penderitaan yang dialami orang yang mengalami kecelakaan, penderitaan pasien dokter gigi, dan perilaku asertif, tetapi termasuk perilaku menampar, memukul, menghina, dan menyebarkan gosip. Hanya saja yang menjadi persoalan adalah apakah perilaku tersebut dilakukan dengan kepala yang dingin ataukah dengan letupan-letupan emosi. Sebagai ilustrasi, ketika bangsa Irak membunuh bangsa Kuwait untuk menduduki negaranya, dan ketika bangsa Arab membunuh 100.000 bangsa Irak, motif yang menyertai perilaku membunuh tersebut menurut Berkowitz (dalam Koeswara, 1988) dikategorikan sebagai motif instrumental, yakni motif yang menyertai agresi yang dilakukan oleh organisme atau individu sebagai alat atau cara untuk mencapai tujuan tertentu.

Menurut mereka membunuh orang lain adalah hal biasa sebagai alat untuk menguasai suatu wilayah negara, tanpa melakukan pembunuhan tujuan mereka tidak mungkin tercapai. Walaupun demikian tetap saja perilaku mereka adalah perilaku agresi karena disertai dengan ledakan emosi.

Purwandari adalah staf pengajar pada Jurusan Pendidikan Luar Biasa Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP YOGYAKARTA

Agresi seperti perilaku yang lain dari manusia, berkembang dari percampuran antara pembawaan dan lingkungan (Myers, 1994). Benarkah pendapat tersebut?. Ibarat sebuah senjata api yang dapat digunakan untuk menembak, ia tidak mempunyai fungsi bila tidak diledakkan manusia dengan cara menarik pelatuknya. Seseorang yang memegang senjata dengan mudah dapat menarik pelatuknya untuk ditembakkan pada seseorang. Dari sinilah kita akan memperhatikan faktor-faktor biologis yang dapat memengaruhi manusia bagaimana pelatuk dengan mudah dapat ditarik untuk ditembakkan pada lawannya dan faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi manusia bagaimana menarik pelatuk itu.

Pengaruh Biologis pada Manusia

1. Pengaruh insting pada agresi

Pandangan tentang agresi manusia yang paling kuno menyebutkan bahwa manusia sebagai makhluk hidup telah diprogram untuk melakukan kekerasan oleh pembawaan biologisnya. Menurut teori insting, manusia menjadi agresif karena bawaan alamiah untuk melakukan hal yang demikian (Baron dan Byrne, 1994). Pandangan tersebut didukung oleh Sigmund Freud. Ia mengatakan bahwa manusia mempunyai dua insting sekaligus, yakni insting untuk bertahan hidup (*eros*) dan insting untuk menghancurkan diri disebut insting mati (*thanatos*). Menurut Freud agresi berasal dari insting mati yang ditujukan untuk merusak diri, tetapi kemudian secara tidak langsung dimanifestasikan untuk menyerang orang lain.

Pandangan Freud tersebut didukung oleh Konrad Lorenz, ilmuwan pemenang Penghargaan Nobel. Lorenz (dalam Baron dan Byrne, 1994) mengemukakan bahwa agresi terutama muncul dari insting berkelahi yang merupakan faktor bawaan seperti halnya makhluk hidup yang lain. Insting berkelahi berkembang selama evolusi berlangsung, karena hal itu menghasilkan keuntungan yang sangat penting bagi kelangsungan hidup mereka. Mereka mempertahankan sumber alam bagi kehidupannya dengan insting ini.

2. Pengaruh syaraf pada agresi

Agresi merupakan perilaku yang kompleks, sehingga tidak satu pun tempat di bagian otak dapat mengontrolnya. Meskipun demikian, para ahli menemukan adanya sistem syaraf yang memungkinkan munculnya agresi. Ketika daerah di bagian otak paling dalam diaktifkan, maka ada peningkatan rasa permusuhan. Sebaliknya pada saat daerah itu dikurangi aktivitasnya, maka rasa permusuhan menjadi berkurang (Myers, 1994). Percobaan yang pernah dilakukan dengan hewan coba ditemukan bahwa binatang yang jinak dapat distimulasi menjadi garang dan mengamuk, dan binatang yang liar dapat menjadi jinak dan penurut.

Percobaan lain, seorang peneliti menstimulasi bagian inti otak (*amygdala*) seorang wanita dengan menggunakan sebuah elektroda, hasilnya menunjukkan bahwa wanita tersebut menjadi marah dan memukulkan sebuah gitar ke dinding serta menyerang kepala eksperimenternya (Myers, 1994).

3. Pengaruh genetik pada agresi.

Individu sebagai spesies mempunyai taraf sensitivitas sistem syaraf yang berbeda-beda untuk memanifestasikan sifat agresinya. Salah satu penyebab perbedaan sensitivitas tersebut adalah faktor hereditas. Ada spesies tertentu yang dilahirkan sudah membawa sifat agresi, sehingga kadang-kadang hal ini dimanfaatkan untuk tujuan-tujuan yang menyenangkan (misalnya adanya peradaban adu ayam).

Kirsti Lagerspetz (1979), seorang ahli psikologi bangsa Finlandia membuat percobaan dengan menggunakan tikus putih. Tikus-tikus tersebut dibuat sangat agresif. Hasilnya ditemukan bahwa pengulangan generasi yang ke 26 didapatkan satu kelompok tikus yang ganas dan satu kelompok lagi tikus yang jinak. Hal ini menunjukkan adanya faktor genetik yang mempengaruhi agresi.

4. Pengaruh kimia dalam darah pada agresi

Unsur kimia dalam darah adalah pengaruh lain pada sensitivitas syaraf untuk menstimulasi munculnya agresi. Eksperimen laboratorium

dan data-data dari kepolisian di Amerika Serikat memberikan indikasi bahwa pada saat orang diprovokasi dan konsumsi alkohol dikurangi, maka mereka dapat menahan munculnya agresi (Myers, 1994). Data lain yang disajikan Desmond (dalam Myers, 1994) dari Departemen Kehakiman Amerika Serikat menunjukkan hampir 1/3 dari 523.000 tahanan negara mengalami mabuk berat sebelum mereka melakukan perkosaan, pencurian dan pembunuhan. Hal tersebut menunjukkan pengaruh alkohol yang dapat melemahkan kesadaran diri, dan berakibat pada meningkatnya agresivitas.

Ada pengaruh biokimia yang lain, yakni gula dalam darah. Kadar gula darah yang rendah dapat mendorong munculnya agresi. Agresivitas laki-laki juga dipengaruhi oleh hormon seks laki-laki, yakni testosteron (Moyer, 1983). Meskipun tingkat agresi pada manusia dipengaruhi hormonal, namun tingkat agresi binatang lebih kuat dibandingkan dengan manusia. Obat-obatan yang dapat digunakan untuk mengurangi kadar testosteron yang mempengaruhi agresi, akan bermanfaat untuk mengurangi kecenderungan agresinya.

Pengaruh Lingkungan Psikologis pada Agresi

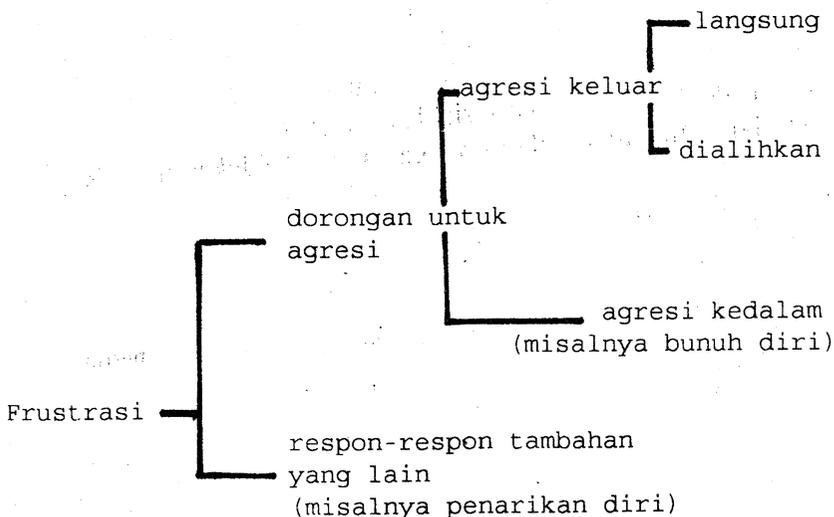
1. Frustrasi dan agresi

Suatu sore anda ingin menyampaikan berita penting pada seorang kawan. Anda menuju pesawat telpon dan mengangkat gagang telpon dan selanjutnya mulai menekan nomornya. Harapan anda adalah akan mendengarkan suara dari seberang, tetapi ternyata anda tidak mendengar suara apa-apa. Anda mencoba lagi, kemudian anda mulai menekan nomor dengan keras. Masih tidak terdengar suara apa-apa. Keinginan anda untuk menyampaikan berita penting menjadi sangat mendesak. Kemudian nomor ditekan lagi dengan lebih keras, bahkan boksnya ikut anda goyang-goyangkan. Masih tidak terdengar suara. Apakah yang terjadi pada diri anda?. Tujuan anda untuk menyampaikan berita tidak terlaksana. Haruskah mendatangi rumahnya yang jauh atau menuju Wartel dan menelepon dari sana?. Apabila semua kemungkinan tersebut tidak anda laksanakan apakah anda akan merasa frustrasi?

Salah satu teori agresi yang terkenal yang pertama kali adalah *frustration-aggression theory*, akan menjawab permasalahan di atas dengan jawaban "ya". Frustrasi menurut Dollard (dalam Myers, 1994) adalah sesuatu yang memblok pencapaian tujuan kita. Frustrasi akan muncul: (a) ketika kita mempunyai motivasi kuat untuk mencapai tujuan, (b) ketika kita mengharapkan akan mencapai kepuasan, dan (c) ketika terjadi rintangan.

Teori frustrasi-agresi memandang bahwa kondisi eksternal lebih banyak berpengaruh dari pada bawaan lahir untuk kecenderungan terbentuknya agresi, sehingga teori ini akan nampak lebih optimis untuk mencegah perilaku agresif daripada teori insting.

Bagan berikut menggambarkan bahwa energi agresif adakalanya tidak dapat ditimpakan secara langsung pada sumber penyebab agresi, tetapi dialihkan kepada objek lain. Agresi yang dialihkan tersebut biasa disebut *displacement*. Sebagai ilustrasi yang dianggap klise, seorang laki-laki yang dimarahi bossnya, maka dia tidak langsung membalas kemarahan pada bossnya, tetapi dorongan agresi yang keluar kemudian ditimpakan pada istrinya.



Menurut teori frustrasi-agresi klasik, frustrasi dapat menimbulkan motif untuk agresi. Ketakutan akan hukuman dan celaan apabila agresi dikeluarkan untuk menyerang sumber frustrasi dapat menyebabkan dorongan agresi dialihkan untuk menyerang target lain yang bukan merupakan sumber frustrasi. Selain itu dorongan agresi dapat juga dikeluarkan secara langsung untuk melawan dirinya sendiri (sumber dari Dollar, dkk., 1939 dan Miller, 1941 dalam Myers, 1994).

2. Faktor belajar sosial pada agresi

Teori agresi yang mendasarkan diri pada insting dan frustrasi berasumsi bahwa rasa permusuhan meledak dari emosi yang paling dalam, yang secara alami mendorong keluarnya agresi. Sedangkan ahli psikologi sosial berpendapat bahwa agresi dapat muncul karena faktor belajar.

Berdasarkan suatu pengalaman dan pengamatan terhadap orang lain, seseorang dapat belajar bahwa dengan agresi ia akan memperoleh reward. Menurut Myers (1994) pemain hockey Kanada yang berusia belasan yang disupport orangtuanya menunjukkan permainan yang agresif secara fisik baik pada sikap maupun gaya bermain. Dalam kasus ini agresi dapat dianggap sebagai instrumen dalam pencapaian *reward* tertentu.

Teori yang lebih berkembang dalam meninjau agresi adalah teori belajar sosial. Pendekatan ini menekankan kenyataan bahwa agresi merupakan bentuk lain yang kompleks dari perilaku sosial yang dipelajari secara luas. Lebih lanjut didapatkan banyak cara yang sama untuk memperoleh model-model perilaku sosial lainnya yang kompleks melalui pengalaman langsung atau melalui pengamatan. Pendekatan *social learning* ini mendapat tanggapan lebih positif dalam kemungkinannya untuk mencegah dan mengontrol munculnya agresi.

Menurut teori belajar sosial yang dikemukakan Alfred Bandura tersebut (dalam Myers, 1994) dalam kehidupan sehari-hari model-model agresi nampak pada (a) keluarga, (b) subkebudayaan, dan (c) media massa.

Anak-anak yang mendapat hukuman fisik dari orangtuanya cenderung menggunakan agresi yang sama ketika berhubungan dengan anak lain. Orangtua yang melakukan kekerasan dan mencaci maki anaknya yang berusia belasan dikarenakan dahulu dirinya juga mendapat hukuman fisik dari orangtuanya. Kekerasan yang sering dilakukan dalam keluarga dapat dijadikan model anak untuk berbuat agresi.

Lingkungan di luar rumah juga sering dijadikan model agresi. Misalnya, di kalangan masyarakat sedang berkembang model "*macho*" yang sangat dikagumi, maka model "*macho*" yang akrab dengan kekerasan ini akan dijadikan model bagi generasi mudanya. Contoh lain, kekerasan subkultur di kalangan gang remaja akan memberikan sejumlah model agresi kepada anggota juniornya.

Meskipun keluarga dan subkultur dapat menjadi model agresi, media massa juga menawarkan model-model kekerasan secara luas. Tayangan kekerasan di televisi atau bioskop dapat menyebabkan perilaku agresif pada penontonnya. Contoh klasik adalah hasil penelitian Bandura (dalam Martani, W. dan Adiyanti, M.G., 1992) yang menunjukkan bahwa anak-anak yang menonton program televisi bertema kekerasan bertingkah laku lebih agresif bila dibandingkan dengan anak-anak yang menonton program bersifat netral.

Penelitian lain yang dilakukan di laboratorium oleh Bandura, Ross, dan Ross (dalam Baron dan Byrne, 1994) menggunakan dua kelompok anak muda. Kelompok pertama diperlihatkan model orang dewasa yang sedang menunjukkan agresinya pada sebuah boneka yang disebut *Bobo Doll*. Model tersebut melawan *Bobo Doll* dengan cara meninju, memukul dan mendudukinya. Kemudian di hadapan kelompok kedua, model tadi menunjukkan perilaku dengan perangai yang tenang dan tidak agresif. Akhirnya kedua kelompok tersebut secara bersama-sama diminta untuk bermain-main secara bebas di suatu ruangan yang terdapat berbagai boneka termasuk *Bobo Doll* dan boneka lainnya sebagai model. Berdasarkan pengamatan, perilaku anak-anak pada kelompok pertama menunjukkan perilaku yang lebih agresif yang ditujukan pada boneka *Bobo Doll* dari pada kelompok kedua.

Di Indonesia penelitian mengenai minat terhadap film kekerasan di televisi terhadap kecenderungan perilaku agresif remaja dilakukan oleh Fauzan H. Santhoso (1995). Hasilnya menunjukkan adanya korelasi yang positif. Hal ini berarti minat terhadap film kekerasan di televisi memang berkaitan dengan perilaku agresif remaja.

Berdasarkan uraian dan penelitian yang pernah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pengungkapan kekerasan melalui media seperti film di televisi maupun bioskop kenyataannya dapat menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan tindak kekerasan.

Pertanyaan yang muncul kemudian adalah "bagaimana tayangan kekerasan di media dapat merangsang perilaku agresif penontonnya?". Beberapa hal dapat dijelaskan sebagai berikut. Pertama, tayangan kekerasan di media dapat mengurangi kontrol penonton untuk menggunakan perilaku seperti yang ditayangkan. Kedua, tayangan di media memberi penonton cara-cara baru untuk menyerang dan merugikan orang lain, yang sebelumnya belum pernah dilakukan. Ketiga, melihat orang lain dapat bertindak agresif dapat mempengaruhi kognisi penonton pada cara-cara agresi yang berbeda. Keempat, pengulangan tayangan kekerasan di media dapat mengurangi perasaan sensitif terhadap kekerasan.

Mengurangi Agresi

1. Hukuman

Menurut sejarah, kebanyakan masyarakat telah menggunakan hukuman untuk mengurangi kekerasan manusia. Negara-negara telah memberikan hukuman yang keras bagi orang-orang yang melakukan kejahatan seperti pembunuhan, perkosaan dan penyerangan dengan pukulan. Saat ini hukuman dianggap sebagai cara yang tepat dan efektif untuk mencegah kekerasan. Agar upaya tersebut berhasil, maka perlu kondisi-kondisi terpadu.

Pertama, hukuman harus cepat diberikan setelah orang melakukan agresi. Kedua, hukuman bagi pelaku harus tegas dan kuat. Ketiga, hukuman harus memungkinkan untuk diberikan pada pelaku agresi.

2. Katarsis

Mengurangi agresi dapat dilakukan dengan katarsis atau pelepasan emosi. Individu diberi kesempatan melepaskan kemarahannya dan sikap bermusuhan dengan beberapa cara yang relatif aman. Teknik pelepasan emosi tidak hanya melalui *recalling* dan menghidupkan kembali peristiwa di masa lampau, tetapi juga melalui ekspresi emosi dan berbagai tindakan. Secara nyata cara-cara katarsis dapat mengurangi agresi. Aktivitas-aktivitas tersebut menghasilkan dua keuntungan yang penting, yaitu: (a) membantu untuk mengurangi tekanan emosi, (b) setelah rasa marah hilang, maka hal ini dapat mengurangi kemungkinan bentuk agresi yang lebih serius.

3. Pendekatan belajar sosial

Salah satu cara mengurangi agresi adalah dengan memberikan latihan keterampilan untuk melawan efek-efek kekerasan yang ditayangkan di film dan televisi. Hasilnya menunjukkan bahwa anak-anak yang diberi latihan kurang dipengaruhi oleh kekerasan yang ditayangkan televisi dari pada anak-anak yang tidak diberi latihan.

Kepustakaan

- Baron, R.A., dan Byrne, D. (1994). *Social Psychology: Understanding Human Behavior*. Boston: Allyn and Bacon.
- Koeswara, E. (1988). *Agresi Manusia*. Bandung : PT. Eresco.
- Lagerspetz, K. (1979). Modification of aggressiveness in mice, dalam Feshbach, S., dan Fraczek, A. (Eds). *Aggression and behavior change*. New York: Praeger.
- Martani, W., dan Adiyanti, M.G. (1992). Pengaruh film televisi terhadap tingkah laku agresif anak. *Jurnal Psikologi*, No. 1:1-4.

- Moyer, K.E. (1983). The physiology of motivation: Aggression of a model, dalam Scheier, C.J., dan Rogers, A.M. (Eds). *Stanley Hall Lecture Series*, Vol. 3. Washington DC: American Psychological Association.
- Myers, D.G. (1994). *Exploring Social Psychology*. New York: McGraw-Hill Inc.
- Santhoso, F.H. (1995). Minat terhadap film kekerasan di televisi terhadap kecenderungan perilaku agresif remaja. *Jurnal Psikologi*, No. 1:1-13.