

## IMPLEMENTASI PROGRAM ANTI KEKERASAN MELALUI METODE EVI TERHADAP KEMAMPUAN MENGENDALIKAN PERILAKU AGRESIF REMAJA

<sup>1\*</sup>Hilla Lia Romadona, <sup>2</sup>Zidni Nuris Yuhbaba, <sup>3</sup>Wahyi Sholehah Erdah Suswati, <sup>4</sup>M. Elyas Arif

<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

\*E-mail: zidniyuhbaba@gmail.com

### Abstrak

**Tujuan:** Remaja merupakan fase pencarian jati diri yang berdampak terhadap perkembangan emosional dan cenderung menimbulkan konflik. Hal ini menyebabkan remaja terkadang sulit untuk membedakan hal yang bersifat positif ataupun negatif, akibatnya remaja bisa menjadi orang yang memberontak ataupun melakukan perilaku agresif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program anti kekerasan melalui metode EVI (Education, Video, Ice breaking) terhadap kemampuan mengendalikan perilaku agresif pada remaja

**Metode:** Jenis penelitian ini menggunakan quasy experimental, desain penelitian posttest only control group dengan metode kuantitatif, lokasi penelitian di SMPS X Jember dengan jumlah populasi 163 remaja, sampel sebanyak 62 responden dengan menggunakan simple random sampling. Kriteria inklusi yaitu remaja usia 12-15 tahun. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan lembar observasi kemampuan mengendalikan perilaku agresif

**Hasil:** Berdasarkan hasil uji ststistik Mann-Whitney, kemampuan mengendalikan perilaku agresif yaitu p-value sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak. Terdapat pengaruh program anti kekerasan melalui metode EVI terhadap kemampuan mengendalikan perilaku agresif pada remaja.

**Simpulan:** : Bagi sekolah bisa menambahkan program anti kekerasan melalui metode EVI dalam pembelajaran tambahan untuk meminimalisir terjadinya perilaku agresif pada remaja.

**Kata kunci:** Perilaku agresif, Remaja, Edukasi

### Abstract

**Aim:** Adolescence is a phase of searching for identity which has an impact on emotional development and tends to cause conflict. This causes teenagers to sometimes find it difficult to differentiate between positive and negative things, as a result teenagers can become rebellious or engage in aggressive behavior. This research aims to determine the effect of anti-violence programs using the EVI method (Education, Video, Ice breaking) on the ability to control aggressive behavior in adolescents.

**Methods:** This type of research uses quasi experimental, posttest only control group research design with quantitative methods, research location at SMPS X Jember with a population of 163 teenagers, sample of 62 respondents using simple random sampling. Inclusion criteria are adolescents aged 12-15 years. The instrument used in this research was an observation sheet on the ability to control aggressive behavior.

**Results:** Based on the results of the Mann-Whitney statistical test, the ability to control aggressive behavior is a p-value of  $0.000 < 0.05$ , so  $H_0$  is rejected. There is an influence of anti-violence programs through the EVI method on the ability to control aggressive behavior in adolescents..

**Conclusion:** Schools can add anti-violence programs through the EVI method in additional learning to minimize the occurrence of aggressive behavior in adolescence..

**Keywords:** : Aggressive behavior, Adolescence, Education.

## PENDAHULUAN

Keadaan remaja di Indonesia saat ini sangat memprihatinkan. Hal tersebut dapat dilihat dari kondisi remaja saat ini yang cenderung lebih bebas dan jarang memperhatikan nilai moral yang terkandung dalam setiap perbuatan yang mereka lakukan<sup>(1)</sup>. Masa remaja adalah periode penting untuk mengembangkan kebiasaan sosial dan emosional<sup>(2)</sup>. Secara umum resiliensi sangat penting bagi remaja karena perubahan sosial, biologis, dan psikologis yang dialami remaja menuntut mereka untuk adaptif dalam menghadapi permasalahan<sup>(3)</sup>. Perkembangan emosi masa remaja menyebabkan seseorang memiliki keinginan yang tinggi untuk menggali sesuatu yang berada di lingkungan menjadi minat mereka. Hal ini menyebabkan remaja terkadang sulit untuk membedakan hal yang bersifat positif ataupun negatif. Akibat yang terjadi salah satunya adalah remaja bisa menjadi orang yang memberontak ataupun melakukan perilaku agresif<sup>(4)</sup>. Pada masa transisi ini remaja cenderung menimbulkan konflik, frustrasi maupun tekanan sosial lain yang mempermudah remaja untuk bertindak agresif. Banyaknya kasus kekerasan ini merupakan manifestasi dari perilaku agresif baik secara verbal maupun nonverbal<sup>(5)</sup>.

Perilaku agresif adalah perilaku yang memiliki tujuan untuk menyakiti orang lain dengan cara menyakiti secara fisik ataupun verbal, sehingga dapat mengakibatkan sakit fisik dan psikis pada individu<sup>(6)</sup>. Pada kalangan remaja, bentuk tindakan agresif yang sering muncul adalah tawuran antar pelajar dengan tindakan saling menyerang, berkelahi, merusak fasilitas umum. Tindakan agresi ini seringkali tidak hanya menimbulkan ketakutan antar remaja itu sendiri tetapi juga menimbulkan kekhawatiran bagi masyarakat sekitar<sup>(7)</sup>. Adapun perilaku agresif verbal yang dilakukan remaja seperti, membully orang lain dengan berkata kasar, tidak sopan, mengejek, dan memfitnah<sup>(8)</sup>. Remaja sebagai pelaku agresif mengalami resiko lebih besar untuk kecemasan, depresi, dan perilaku bunuh diri serta risiko terkait dengan hukum, sementara

remaja sebagai korban mengalami traumatis psikologis dan emosional serta gangguan kejiwaan, seperti serangan panik, fobia. Dampak sosial perilaku agresif remaja adalah bekurangnya penghargaan terhadap toleransi, perdamaian dan nilai-nilai hidup orang lain<sup>(9)</sup>.

Di Indonesia, berbagai bentuk perilaku agresif sering terjadi di kalangan remaja termasuk perkelahian antar geng, pembunuhan, pemerkosaan, dan penyiksaan). Pada tahun 2018, kasus perilaku agresif di kalangan remaja mencapai 294.281 kejadian. Pada tahun 2019 terdapat 269.324 kejadian, dan pada tahun 2020 terdapat 247.218 kejadian. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Perilaku agresif di Indonesia meningkat sebesar 1,1% pada tahun 2022 dibandingkan tahun sebelumnya. Pada tahun 2021, jumlah kasus sebesar 12,9%, dan pada tahun 2022 meningkat sebesar 14%<sup>(10)</sup>.

Beberapa kasus dengan *highlight* perilaku agresif sebagai penyebabnya sering terjadi pada para remaja bahkan beberapa kasus mengakibatkan adanya korban jiwa, contohnya kasus *bullying* yang menghebohkan publik. Kejadian ini sempat viral di media sosial dengan beredarnya sebuah video yang berisi kekerasan antar siswa. Peristiwa kekerasan yang terjadi di Kabupaten Jember terdapat di Kecamatan Umbulsari, tepatnya di sekolah SMPS X Jember, dari hasil wawancara peneliti dengan salah satu subjek mengatakan, aksi kekerasan yang dilakukan oleh teman kelasnya dua orang siswa, tindakan yang di lakukan oleh siswa tersebut yakni berkata kasar, dan mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas sehingga membuat emosi hingga melakukan tindakan kekerasan dengan cara saling berkelahi, menendang, memukul, dan mendorong hingga jatuh. Kejadian ini dilatarbelakangi karena masalah asmara dan juga kesalahpahaman antar siswa (hasil wawancara dengan kepala sekolah pada bulan oktober tahun 2023).

Adapun beberapa penanganan yang dapat mengendalikan perilaku agresif, yaitu terapi relaksasi napas dalam, kontrol diri, dan terapi komunikasi asertive. Dari beberapa penanganan

tersebut peneliti tertarik untuk menerapkan salah satu program yaitu program EVI. Program EVI merupakan program yang terdiri dari *education*, merupakan suatu proses belajar menuju perubahan ke arah yang lebih baik pada setiap individu pada edukasi memaparkan materi tentang perilaku agresif. Selanjutnya Video yang menayangkan video yang dikemas dalam film pendek berisi tentang bagaimana cara untuk mengendalikan perilaku agresif dengan cara berhitung, tarik napas dalam dan latihan asertif. *Ice breaking* (permainan). Permainan yang akan dilakukan adalah jenis permainan bernyanyi dengan menyanyikan potong bebek angsa dan meletus balon duar.

Manfaat edukasi sendiri dapat memberikan dan meningkatkan pengetahuan bagi siswa, dengan menggabungkan teknologi dan pendidikan salah satunya menggunakan media video dalam pembelajaran menggunakan media video dapat mempermudah siswa dalam memahami konteks dari materi yang di berikan, dari pembelajaran melalui edukasi dan video tersebut peneliti tertarik untuk melakukan *ice breaking*, dengan adanya *ice breaking* dalam pembelajaran, maka siswa dapat membangun suasana yang dinamis dengan penuh semangat dan dapat menghilangkan keletihan, meningkatkan konsentrasi. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh program anti kekerasan melalui metode EVI terhadap kemampuan mengendalikan perilaku agresif.

## METODE

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret 2024, lokasi penelitian dilakukan di SMPS X Kabupaten Jember, Jawa Timur. Jenis penelitian ini adalah *quasy experimental* desain *posttest-only control group* dengan metode kuantitatif. Populasi pada penelitian yaitu remaja sekolah yang berusia 12-15 tahun. Populasi berjumlah 163 siswa, dan di ambil sampel sebanyak 62 sampel berdasarkan perhitungan rumus slovin, pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Sampel kemudian dibagi menjadi 2 kelompok

yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, masing-masing berjumlah 31 orang. Peneliti sebelumnya telah melakukan uji normalitas dan uji homogenitas terhadap kedua kelompok data. Hasil uji normalitas dengan uji *Kolmogorov-Smirnov* didapatkan nilai sig kelompok kontrol 0,027, dan kelompok eksperimen 0,037 yang artinya  $<0,05$  sehingga data tidak berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas dengan uji *levene* didapatkan nilai sig 0,563 yang artinya  $>0,05$  sehingga data homogen. Dari kedua uji tersebut peneliti menggunakan analisis data menggunakan uji statistik *Mann-Whitney*.

Instrumen pada penelitian ini yaitu menggunakan lembar observasi kemampuan mengendalikan perilaku agresif yang sudah melalui tahap uji pakar dengan 2 orang *expert* di bidang keperawatan jiwa dan keperawatan komunitas untuk pengukuran kemampuan mengendalikan perilaku agresif, dengan kategori pengukuran 1= Sangat tidak baik, 2= Tidak baik, 3= Baik, 4= Sangat baik dan di dapatkan hasil rata-rata uji 3,5 sehingga layak untuk digunakan. Prosedur pengumpulan data dengan pemberian program anti kekerasan melalui metode EVI kepada kelompok eksperimen dengan 3 kegiatan yaitu, Kegiatan yang pertama diberikan edukasi berisi materi tentang perilaku agresif selama 15 menit. Kegiatan kedua yaitu menonton video film pendek tentang bagaimana cara untuk mengendalikan perilaku agresif yang meliputi teknik napas dalam, teknik berhitung dan latihan asertif dengan durasi waktu 8 menit. Kegiatan yang ketiga yaitu *ice breaking* selama 15 menit yang berhubungan tentang perilaku agresif. Penelitian ini dilakukan selama satu minggu dengan melakukan intervensi sebanyak 2 kali pertemuan, dalam satu kali intervensi terdapat 3 sesi kegiatan. Pada kelompok kontrol diberikan intervensi standar berupa edukasi perilaku agresif dengan metode ceramah.

Setelah intervensi kemudian dilakukan pengukuran kemampuan mengendalikan perilaku agresif kepada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Data yang diperoleh kemudian diolah dengan menggunakan SPSS

(*Statistical Product and Service Solutions*) versi 27 yang selanjutnya data di *edit, coding*, tabulasi dan analisis. Penelitian ini sudah melakukan uji etik di KEPPKN UDS dengan nomor etik : 45/KEPK/UDS/I/2024.

## HASIL PENELITIAN

Data ini menyajikan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia.

**Tabel 1**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia (n= 62).**

Karakteristik	Kategori	Kelas			
		Kontrol		Eksperimen	
		n	Jumlah (%)	n	Jumlah (%)
Jenis Kelamin	Perempuan	11	35,5	31	100
	Laki-Laki	20	64,5	0	0
Total		31	100	31	100
Usia	13 Tahun	13	41,9	8	25,8
	14 Tahun	9	29,0	15	48,4
	15 Tahun	9	29,0	8	25,8
Total		31	100	31	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa jenis kelamin pada kelompok kontrol sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 20 responden dan pada kelompok eksperimen seluruhnya berjenis kelamin perempuan sebanyak 31 responden. Pada usia kelompok kontrol sebagian besar berusia 13 tahun dan kelompok eksperimen sebagian besar berusia 14 tahun

**Tabel 2**  
**Kemampuan Mengendalikan Perilaku Agresif pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen Sesudah Perlakuan (n=62)**

Variabel	Hasil	Frekuensi	(%)
Kelas Kontrol	Kurang	31	100,0
	Cukup	7	22,6
Kelas Eksperimen	Baik	24	77,4
	Total	31	100,0

Berdasarkan tabel di atas sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol seluruh responden menunjukkan hasil kemampuan mengendalikan perilaku agresif yang kurang sebanyak 31 responden, dan kelompok eksperimen sebagian besar responden menunjukkan hasil kemampuan mengendalikan perilaku agresif yang baik sebanyak 24 responden.

**Tabel 3**  
**Perbedaan Kemampuan Mengendalikan Perilaku Agresif pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen (n=62)**

Variabel	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Min-Max	CI-95%
Kelas Kontrol	31	1,00	1,00	0,000	1-1	7,51-8,43
Kelas Eksperimen	31	2,77	3,00	0,425	2-3	15,38-15,36

Berdasarkan data tabel di atas rata-rata pada kelompok kontrol sebanyak 1,00 dan pada kelompok eksperimen sebanyak 2,77. Sehingga rata-rata kemampuan mengendalikan perilaku agresif lebih besar kelompok eksperimen daripada kelompok kontrol.

**Tabel 4**  
**Pengaruh Program Anti Kekerasan Melalui Metode EVI Terhadap Kemampuan Mengendalikan Perilaku Agresif (n=62)**

Variabel	n	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	P Value
Kelas Kontrol	31	16,00	496,00	-6,804	0,000
Kelas Eksperimen	31	47,00	1457,00		
Total	62				

Berdasarkan tabel di atas, tentang statistik *mann- whitney* menunjukkan nilai *pValue* 0,000 < 0,05 sehingga  $H_0$  ditolak. Jadi dapat disimpulkan ada pengaruh program anti kekerasan melalui metode EVI terhadap kemampuan mengendalikan perilaku agresif.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan jenis kelamin dapat diketahui bahwa responden berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari pada laki-laki. Menurut Crick & Grotpeter mengatakan bahwa anak perempuan dapat lebih bersikap agresif dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan lebih cepat mengalami ketegangan emosi sehingga menimbulkan reaksi emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Adapun penelitian lain menjelaskan bahwa responden laki-laki dan perempuan mempunyai peluang yang sama untuk melakukan perilaku agresif. Meskipun bentuk perilaku agresif yang dilakukan oleh laki-laki dan perempuan berbeda, jika remaja laki-laki perilaku agresif yang dilakukan cenderung proaktif dan reaktif terhadap situasi tertentu dengan teman sebaya, sedangkan remaja perempuan lebih kearah perilaku agresif yang ada kaitannya dengan relational-emotional atau romantis<sup>(11)</sup>. Maka dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin laki-laki dan perempuan sama-sama mempunyai perilaku agresif tapi tindakan nya yang berbeda.

Berdasarkan usia dapat diketahui sebagian besar respondennya adalah remaja awal dengan usia 14 tahun. Terdapat penelitian yang menyatakan “masa remaja awal merupakan suatu masa di mana fluktuasi emosi (naik dan turun) berlangsung lebih sering, remaja tidak dapat mengatasi stres dan fluktuasi emosional secara efektif, meskipun pada masa ini kemampuan kognitif dan kesadaran remaja meningkat, sehingga dapat mempersiapkan mereka mengatasi stres dan fluktuasi emosional secara lebih efektif. Perilaku agresif subjek yang berusia 14 tahun dipandang sebagai perilaku bermasalah dan perlu diberikan suatu penanganan<sup>(12)</sup>. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa responden pada usia 14 tahun cenderung berperilaku agresif daripada usia anak-anak dan dewasa dikarenakan pada usia remaja awal ini terdapat masalah pada perkembangan emosional, harga diri dan keinginan mencoba hal yang baru sangat tinggi

sehingga berdampak pada munculnya perilaku agresif.

### **Kemampuan Mengendalikan Perilaku Agresif pada Kelompok Kontrol**

Kelompok kontrol menunjukkan bahwa seluruh responden kemampuan mengendalikan perilaku agresif berada pada kategori yang kurang, dikarenakan responden hanya di berikan edukasi melalui metode ceramah, sehingga responden hanya dapat mengetahui tanpa menerapkan. Dibuktikan dengan observasi bahwa responden tidak bisa mensimulasikan kemampuan mengendalikan perilaku agresif dengan teknik berhitung, tarik napas dalam dan latihan asertif. Responden mendapatkan pemberian edukasi dengan metode ceramah sehingga responden tidak mendapatkan kesempatan untuk simulasi mengendalikan perilaku agresif dan hanya mendengarkan saja, dalam pemberian materi terjadi suatu proses belajar dimana sesuatu yang tidak tahu berubah menjadi tahu dan dari tidak mengerti menjadi mengerti. Ini sejalan dengan teori belajar bahwa suatu usaha untuk memperoleh hal-hal baru dalam tingkah laku meliputi pengetahuan, kecakapan, keterampilan, dan nilai-nilai dengan aktivitas kejiwaan sendiri. Sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa proses pembelajaran melalui metode ceramah yang diberikan kepada siswa mampu meningkatkan tingkat pengetahuan siswa. Tetapi pada kondisi dimana materi pembelajaran melibatkan suatu tahapan-tahapan kegiatan yang membutuhkan daya imajinasi siswa untuk memahami dengan mencerna dan menggambaranya maka bentuk intervensi pembelajaran dengan metode ceramah akan memberikan hasil pemahaman pengetahuan yang kurang maksimal<sup>(13)</sup>. Contohnya seperti pada proses pembelajaran yang bersifat kemampuan mengendalikan perilaku agresif. Konsep pemahaman responden terbatas pada konsep yang diterangkan saja, tetapi responden masih sulit dalam memahami penjelasan terhadap tahapan-tahapan tindakan yang dilalui dari materi tersebut. Responden tidak tergambarkan dengan jelas tentang materi yang sudah dijelaskan.



## Kemampuan Mengendalikan Perilaku Agresif pada Kelompok Eksperimen

Kelompok eksperimen menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden kemampuan mengendalikan perilaku agresif berada pada kategori baik, dikarenakan pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan program EVI, sehingga responden mampu untuk mengetahui, memahami, menerapkan. Dibuktikan dengan observasi bahwa responden bisa mensimulasikan teknik berhitung, teknik napas dalam dan latihan asertif. Responden diberikan metode pembelajaran dengan tiga kegiatan yaitu edukasi untuk menambah wawasan dan pengetahuan bagi responden. Ini sejalan dengan teori belajar bahwa suatu usaha untuk memperoleh hal-hal baru dalam tingkah laku meliputi pengetahuan, kecakapan, keterampilan, dan nilai-nilai dengan aktivitas kejiwaan sendiri. Menurut notoatmodjo semakin banyak informasi dapat mempengaruhi atau menambah pengetahuan seseorang dan dengan pengetahuan menimbulkan kesadaran yang akhirnya seseorang akan bersikap dan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki<sup>(14)</sup>. Maka dengan edukasi responden mampu untuk menambah pengetahuan tentang materi pembelajaran.

Pembelajaran melalui audiovisual dengan memberikan video film pendek tentang perilaku agresif dan bagaimana cara mengendalikannya. Adapun penelitian lain menjelaskan bahwa responden dapat meningkatkan pengetahuan melalui berbagai metode dan media, seperti hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa penggunaan media film sebagai media pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan responden<sup>(15)</sup>. Penelitian lain juga menjelaskan dalam pemberian pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan menggunakan metode media audiovisual mempunyai pengalaman yang logis, pengalaman yang diperoleh dari kontak melalui model, benda tiruan, atau simulasi dapat mengingat 90%

setelah dilakukan intervensi penayangan video<sup>(16)</sup>. Menurut Edgar Dale dalam dunia pendidikan, penggunaan media, bahan, sarana belajar seringkali menggunakan prinsip kerucut pengalaman yang membutuhkan media belajar seperti buku teks, bahan belajar yang dibuat oleh pengajar dan “audio-visual”. Pemberian metode yang melibatkan pendengaran mampu menyerap informasi sebesar 20%, sedangkan yang melibatkan penglihatan mampu menyerap informasi sebesar 30%<sup>(17)</sup>. Teori ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa responden mengalami peningkatan pengetahuan yang lebih daripada edukasi media *power point* dengan metode ceramah yang hanya mendengarkan saja. Dari beberapa penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan media video akan meningkatkan tingkat pengetahuan terhadap materi pembelajaran khususnya yang bersifat tindakan.

*Ice breaking* yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan jenis permainan bernyanyi. Banyak model pembelajaran yang bisa diterapkan dalam usaha mengoptimalkan proses pembelajaran. Proses pembelajaran yang efektif itu sendiri memerlukan konsentrasi belajar dari responden. Responden kadang kala dapat saja kehilangan fokus saat belajar. Maka salah satu cara untuk menumbuhkan konsentrasi siswa dengan *ice breaking*. Salah satu penelitian terdapat hasil yang menunjukkan bahwa menumbuhkan motivasi belajar dengan menerapkan *ice breaking* siswa mengalami peningkatan hasil pembelajaran setelah melakukan kegiatan *ice breaking*, sehingga dalam kegiatan ini *ice breaking* dapat berguna untuk memfokuskan siswa, membuat senang, terhibur, tidak monoton, serta memberikan kesempatan siswa untuk mensimulasikan materi yang sudah di pelajari<sup>(18)</sup>.

## Pengaruh Program Anti Kekerasan Melalui Metode EVI Terhadap Kemampuan Mengendalikan Perilaku Agresif

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan terdapat pengaruh yang sangat signifikan pada program

EVI terhadap kemampuan mengendalikan perilaku agresif. Menurut Capter dan Dale, “belajar memerlukan partisipasi dan latihan”. Betapa pentingnya media pembelajaran dalam proses belajar para siswa, adanya media pembelajaran tentang penyampaian materi di dalam kelas akan menambah minat belajar siswa. Salah satu upaya meningkatkan minat dan motivasi belajar, yaitu menggunakan media pembelajaran yang baik dan benar serta menarik. Pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan minat dan keinginan yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap pembelajaran<sup>(19)</sup>.

Program EVI merupakan program yang terdiri dari tiga kegiatan dimana kegiatan pertama yaitu *education* dalam pembelajaran edukasi yang memberikan tentang materi pengenalan perilaku agresif dan cara mengendalikannya dengan media *power point* selama 15 menit, sehingga responden dapat memperoleh pengetahuan yang mendalam dan berkelanjutan. Menurut notoatmodjo pengetahuan merupakan langkah awal dari seseorang untuk menentukan sikap dan perilakunya. Jadi tingkat pengetahuan akan sangat berpengaruh terhadap penerimaan suatu program<sup>(20)</sup>.

Kegiatan kedua yaitu pembelajaran melalui media video. Video film pendek menayangkan tentang seseorang yang berperilaku agresif dan bagaimana cara mengendalikannya. Dengan adanya media video tersebut disajikan cara-cara yang efektif untuk mengendalikan perilaku agresif selama 8 menit. Hal ini memungkinkan responden memperoleh pemahaman yang lebih jelas dan konkret tentang strategi yang dapat diterapkan dalam mengatasi perilaku tersebut. Terdapat penelitian yang menjelaskan bahwa siswa sangat senang dan bersemangat jika dalam proses pembelajaran menggunakan media audiovisual. Selain siswa mendapat materi pembelajaran secara audiovisual, mereka juga dapat menikmati pembelajaran secara visual. Hal ini mengaktifkan

penglihatan, pendengaran dan daya ingat siswa<sup>(19)</sup>.

Kegiatan yang ketiga yaitu *ice breaking* atau yang sering dikenal dengan permainan. Dalam pembelajaran pemberian *ice breaking* berfungsi untuk mengubah suasana yang tegang menjadi lebih rileks dan juga tidak membosankan. Dalam kegiatan *ice breaking* dalam penelitian ini meliputi permainan bernyanyi selama 15 menit. Pada kegiatan ini responden diberi kesempatan untuk berpartisipasi dalam simulasi mengendalikan perilaku agresif. Setelah itu, responden juga dapat merefleksikan materi-materi yang telah dipelajari selama kegiatan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam mengatasi perilaku tersebut. adanya perbedaan dalam pendekatan pembelajaran antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen secara langsung memengaruhi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh kedua kelompok tersebut.

Dengan adanya program EVI, pembelajaran menjadi lebih efektif dan dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan pengetahuan individu. Dikarenakan pada tiga kegiatan tersebut tidak hanya memberikan pengetahuan kepada responden, tetapi juga memfasilitasi pemahaman mendalam dan penerapan praktis dari konsep-konsep yang dipelajari. Hal ini menciptakan peningkatan pengetahuan individu dalam konteks yang relevan dan berkelanjutan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh program anti kekerasan melalui metode EVI terhadap kemampuan mengendalikan perilaku agresif pada remaja.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

1. Kemampuan mengendalikan perilaku agresif pada kelompok kontrol seluruhnya berada pada kategori kurang.
2. Kemampuan mengendalikan perilaku agresif pada kelompok eksperimen sebagian besar berada pada kategori baik.
3. Ada pengaruh yang sangat signifikan

program anti kekerasan melalui metode EVI terhadap kemampuan mengendalikan perilaku agresif.

### Saran

1. Bagi sekolah dapat menerapkan program ini sebagai salah satu alternatif untuk mengurangi resiko terjadinya perilaku agresif hingga bisa menyebabkan kekerasan yang terjadi di sekolah.
2. Bagi responden hasil penelitian ini diharapkan responden dapat mengendalikan perilaku agresif dengan beberapa teknik yang sudah di pelajari pada program EVI dan dapat menerapkan pada kehidupan sehari-hari atau di saat perilaku agresif muncul.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti topik yang sama, diharapkan dapat menggunakan sebagai informasi, bahan acuan dalam penelitian. Peneliti menyarankan untuk memperluas ruang lingkup lebih lanjut sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas penelitian dengan memperluas populasi, mencari lokasi, dan design penelitian yang berbeda.

### REFERENSI

1. Yanizon A, Sesriani V. Penyebab Munculnya Perilaku Agresif Pada Remaja. *KOPASTA J Progr Stud Bimbing Konseling*. 2019;6(1):23–36.
2. Suswati WSE, Yuhbaba ZN, Budiman ME. Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember. *J Keperawatan Jiwa Persat Perawat Nas Indones*. 2023;11(3):537–44.
3. Budiman MEA, Yuhbaba ZN, Suswati WSE. Stress Adaptation to the Mental Resilience of Urban and Rural Adolescents in the Jember Regency. *Dunia keperawatan J Keperawatan dan Kesehat*. 2023;11(2):271–8.
4. Yuhbaba ZN. Perilaku Agresif Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember. *Prof Heal J*. 2023;4(2):198–205.
5. Isnaini I, Malfasari E, Devita Y, Herniyanti R. Intensitas bermain game online berhubungan dengan perilaku agresif verbal remaja. *J Keperawatan Jiwa*. 2021;9(1):235–42.
6. Khaira W. Kemunculan Perilaku Agresif Pada Usia Remaja. *J Intepekt Prodi MPI [Internet]*. 2022;11:99–112. Available from: [www.ilib.usm.ac.id](http://www.ilib.usm.ac.id),
7. Noviadi R, Budiningsih T., Martiarini N. Agresivitas Remaja Di Sekolah Menengah Atas Swasta Kabupaten “X.” *Intuisi J Psikol Ilm*. 2018;10(1):79–88.
8. Anggraini W, Rifani E, Prasetyo A. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Agresif Pada Remaja : Studi Literatur. *Jambura Guid Couns J*. 2023;4(1):39–44.
9. Enopadaria C. Hubungan Kontrol Sosial dengan Perilaku Agresif Pada Remaja di Kota Padang. *J Inov Penelit*. 2021;1(1):37–42
10. Muarifah A, Rofiah NH, Oktaviani F, Mujidin M. The Effect of Islamic Maternal Parenting Style on Adolescent Aggressiveness by Modulating Peer Social Interaction. *Islam Guid Couns J*. 2023;6(1):183–95.
11. Ferdiansa G, S N. Analisis perilaku agresif siswa. *J Ris Tindakan Indones*. 2020;5(2):8–12.
12. Nitakusminar M, Kesejahteraan P, Bandung S, Susilowati E, Koswara H. Intervensi Kontrol-Diri Terhadap Perilaku Agresif Anak Jalanan Di Kota Cimahi. *PEKSOS J Ilm Pekerj Sos*. 2020;19(2).
13. Sustiyono A. Perbedaan Efektifitas Metode Ceramah dan Media Video dalam Meningkatkan Pengetahuan Pembelajaran Praktikum Keperawatan Effectiveness Difference of Lecture Method and Video Use in Increasing Knowledge of Nursing Practice Learning. *Faletehan Heal J*. 2021;8(2):71–6.
14. Notoatmodjo S. Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. *rineka cipta*, 193. 2012;
15. Pertiwi WE, Annissa A. the Evaluation of Health Promotion Media Availability in



- Elementary Schools. J PROMKES. 2019;7(1):100.
16. Ashari AE, Ganing A, Mappau Z. Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun. J Ilm Permas J Ilm STIKES Kendal. 2020;10(1):11–8.
  17. Dinengsih S, Hakim N. Pengaruh Metode Ceramah Dan Metode Aplikasi Berbasis Android Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja. J Kebidanan Malahayati. 2020;6(4):515–22.
  18. Arif Rahman Sholeh AR. Penerapan Ice Breaking Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar pada Kelas V Madrasah Ibtidaiyah Guppi Cinini Indramayu. J Biol Educ Lang Res. 2022;20(1):105–23.
  19. Adam A. Pengaruh Media Pembelajaran Audio Visual Terhadap Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar. J Contemp Issue Elem Educ. 2023;1(1):29–37.
  20. Notoatmodjo S. Journal Article, Jakarta. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan, Penerbit Rineka Cipta.