

## **BIMBINGAN KEDAMAIAAN: IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KEDAMAIAAN DALAM SETING BIMBINGAN UNTUK MEREDUKSI AGRESIVITAS**

**Wike Nurani**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan  
[Wike1600001266@webmail.uad.ac.id](mailto:Wike1600001266@webmail.uad.ac.id)

**Wahyu Nanda Eka Saputra**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan  
[Wahyu.saputra@bk.uad.ac.id](mailto:Wahyu.saputra@bk.uad.ac.id)

**Alif Mu'arifah**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan  
[Alif\\_muarifah@yahoo.co.id](mailto:Alif_muarifah@yahoo.co.id)

**Muya Barida**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan  
[Muya.barida@bk.uad.ac.id](mailto:Muya.barida@bk.uad.ac.id)

### **Abstrak**

Pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 alinea keempat memuat prinsip-prinsip Negara Indonesia bahwa Negara Indonesia memiliki tujuan Negara yang hendak diwujudkan, tujuan Negara tersebut seperti melindungi seluruh tumpah darah Indonesia, memajukan kesejahteraan umum, mencerdaskan kehidupan bangsa dan ikut melaksanakan ketertiban dunia yang berdasar kepada kemerdekaan, perdamaian abadi, dan keadilan. Perdamaian dalam tujuan Negara tersebut memiliki arti yang sesuai dengan konsep kedamaian positif. Kondisi yang seharusnya ada di Indonesia tersebut ternyata mendapat banyak tantangan. Hal ini dibuktikan dengan kondisi yang ada, yaitu sebagian besar masyarakat Indonesia dalam hal ini adalah siswa tidak merasakan kedamaian dan justru menampilkan perilaku agresif seperti memukul temannya, mengejek teman, menghina guru, emosi yang tidak terkontrol, intoleransi, dan menebar informasi negatif. Perilaku agresi memiliki perbedaan dengan agresivitas. Layanan bimbingan dan konseling merupakan salah satu pelayanan di seting sekolah dan memiliki peran yang signifikan terhadap pengembangan karakter siswa. Salah satu kesempatan yang dapat dilakukan konselor adalah dengan mengimplementasikan pendidikan kedamaian dalam layanan bimbingan dan konseling. Beberapa literatur menyebut model bimbingan ini sebagai model bimbingan kedamaian yang dimana model ini berasal dari dua kata yaitu bimbingan dan kedamaian, selain itu model ini juga berakar pada teori pendidikan kedamaian. Metode yang digunakan adalah *literature review* dari berbagai jurnal daritahun 2010 sampai dengan tahun 2020 dengan menggunakan bahasa Inggris maupun Indonesia dan kata kunci agresivitas, *peace education*, kedamaian. Hasil penelitian yaitu bimbingan kedamaian sangat diperlukan untuk mereduksi agresivitas, bimbingan ini merupakan layanan BK yang dapat diterapkan di sekolah. Kesimpulan model bimbingan kedamaian menjadi salah satu alternative solusi konselor untuk membantu konseli mengembangkan pola pikir yang damai sehingga konseli mengurungkan niatnya untuk berperilaku agresi.

**Kata Kunci:** agresivitas, bimbingan kedamaian, pendidikan kedamaian.

### **PENDAHULUAN**

Pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 alinea keempat memuat prinsip-prinsip Negara Indonesia bahwa Negara Indonesia memiliki tujuan Negara yang hendak diwujudkan, tujuan Negara tersebut seperti melindungi seluruh tumpah darah Indonesia, memajukan kesejahteraan umum,

mencerdaskan kehidupan bangsa dan ikut melaksanakan ketertiban dunia yang berdasar kepada kemerdekaan, perdamaian abadi, dan keadilan. Perdamaian dalam tujuan Negara tersebut memiliki arti yang sesuai dengan konsep kedamaian positif seperti yang dikemukakan oleh Galtung bahwa kedamaian sebagai suatu kondisi atau suasana dimana terdapat kesejahteraan (*prosperity*),

kebebasan (*freeness*), dan keadilan (*justice*) (Galtung, 1986). Pernyataan tersebut meyakini bahwa suasana damai tidak hanya ketiadaan perang atau konflik tetapi terdapat juga suasana batin yang sejahtera, bebas, adil serta penuh persahabatan di dalam masyarakat. Tanpa itu, kedamaian sejati tidak akan tercipta dalam masyarakat.

Selain kedamaian positif, juga terdapat konsep lain yaitu kedamaian negatif. Kedamaian negatif yaitu kondisi atau keadaan ketidakadaan perang atau kondisi tanpa adanya konflik langsung (*absent of conflict*) (Galtung, 1986). Definisi tersebut dapat diartikan sebagai kondisi berakhirnya suatu perang yang terjadi atau berhentinya kekerasan yang dapat dilakukan dalam situasi konflik yang baru terjadi, artinya tidak untuk jangka waktu yang lama. Sedangkan kedamaian diartikan sebagai suatu kondisi atau suasana nyaman yang bebas dari gangguan pihak lain, bebas dari permusuhan, kebencian, dendam, dan segala perilaku yang menyusahkan orang lain (Rachman, 2010). Berdasarkan kedua bentuk kedamaian di atas, yang menjadi fokus dari tujuan pendidikan adalah perdamaian positif.

Kondisi yang seharusnya ada di Indonesia tersebut ternyata mendapat banyak tantangan. Hal ini dibuktikan dengan kondisi yang ada, yaitu sebagian besar masyarakat Indonesia dalam hal ini adalah siswa tidak merasakan kedamaian dan justru menampilkan perilaku agresif seperti memukul temannya, mengejek teman, menghina guru, emosi yang tidak terkontrol, intoleransi, dan menebar informasi negatif. Perilaku agresi memiliki perbedaan dengan agresivitas. Agresivitas, didefinisikan sebagai kecenderungan seseorang untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun verbal (Gunawan, Kertawidana, Noorfutriyani, 2018). Sedangkan perilaku agresi adalah perilaku berupa fisik atau verbal yang memiliki tujuan menyakiti orang lain dengan sengaja (Myers & Smith, 2015). Sehingga dapat dipahami bahwa konsep agresivitas belum berbentuk perilaku, akan tetapi lebih condong ke dorongan atau kecenderungan. Berbeda dengan perilaku agresi yang sudah berbentuk perilaku.

Beberapa hasil penelitian terkait dengan agresivitas yaitu seperti hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat agresivitas siswa SMP

di DIY dalam kategori sangat tinggi yaitu 1%, kategori tinggi 13%, kategori sedang 37%, kategori rendah 43%, dan kategori sangat rendah 6% (Alhadi, Purwadi, Muyana, Saputra, Supriyanto, 2018). Penelitian lain menunjukkan bahwa tingkat perilaku agresi siswa SMK di Kota Yogyakarta kategori sangat tinggi yaitu 5%, kategori tinggi 26%, kategori sedang 40%, kategori rendah 21%, dan kategori sangat rendah 8% (Saputra & Handaka, 2018). Selain itu, agresivitas siswa SMK di Yogyakarta antara siswa laki-laki dan perempuan memiliki kecenderungan yang sama (Saputra, Hanifah, Widagdo, 2017).

Kondisi di atas menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan antara kondisi yang diharapkan dengan kenyataan. Bahwa cita-cita atau tujuan Negara Indonesia untuk menjaga ketertiban dan perdamaian dunia ternyata berbanding terbalik dengan permasalahan yang terjadi pada siswa di sekolah yang justru memiliki agresivitas dan berperilaku agresi. Agresivitas pada diri siswa tidak muncul dengan sendirinya, tetapi disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang menyebabkan munculnya agresivitas adalah tidak adanya kedamaian hati dan pikiran dalam diri. Jika kedamaian ada dalam diri seseorang maka lingkungan orang tersebut akan cenderung damai (Kartadinata, 2015). Maksudnya adalah jika pikiran seseorang ramah dan penuh rasa hormat, maka tidak akan muncul kecenderungan untuk berperilaku menyakiti orang lain dengan kata-kata atau berperilaku agresi.

Permasalahan agresivitas di kalangan siswa ini memerlukan suatu upaya untuk menyikapinya, jika tidak maka dapat berdampak pada iklim sekolah yang tidak kondusif karena munculnya berbagai perilaku agresif yang pada akhirnya juga berdampak pada menurunnya prestasi akademik siswa (Kosciw, Palmer, Kull, Greytak, 2013). Semakin baik iklim sekolah maka akan semakin rendah tingkat kekerasan (agresivitas) yang terjadi di sekolah (Umaroh, 2017).

Kondisi di atas membutuhkan upaya dari berbagai pihak khususnya sekolah untuk mewujudkan cita-cita Negara dengan cara mereduksi agresivitas siswa. Guru BK berperan sebagai pendidik berperan juga sebagai pembuat perdamaian dan gerakan perdamaian. Layanan

bimbingan dan konseling merupakan salah satu pelayanan di seting sekolah dan memiliki peran yang signifikan terhadap pengembangan karakter siswa. Salah satu kesempatan yang dapat dilakukan konselor adalah dengan mengimplementasikan pendidikan kedamaian dalam layanan bimbingan dan konseling. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yaitu layanan bimbingan baik dalam format klasikal maupun kelompok. Beberapa literatur menyebut model bimbingan ini sebagai model bimbingan kedamaian yang dimana model ini berasal dari dua kata yaitu bimbingan dan kedamaian, selain itu model ini juga berakar pada teori pendidikan kedamaian (Saputra, Supriyanto, Astuti, Ayriza, 2019).

Bimbingan kedamaian memiliki tujuan untuk membantu siswa berlatih memiliki pikiran damai ketika berhadapan dengan situasi yang berpotensi memunculkan perilaku agresi. Sehingga, siswa mampu mengurungkan keinginan yang ada pada dirinya untuk melakukan agresi atau tindakan kekerasan secara sengaja dengan cara tertentu. Hal tersebut dikarenakan bimbingan pada umumnya memiliki tujuan untuk mencegah, pencegahan tersebut merupakan tujuan bersama yang harus dicapai dan untuk mencapainya memerlukan unit-unit kecil seperti *resolving conflict with people* (Myrick, 2011). Terkait *resolving conflict with people* dalam penelitian ini yaitu agresivitas. Bimbingan kedamaian juga sebagai salah satu alternatif pilihan yang dapat digunakan oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah untuk mereduksi agresivitas. Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku agresi dapat dicegah dan diminimalisir dengan mengembangkan pikiran damai ditelaah dari tokoh Markesot (Waluyo, Suryani, Syammari, Saputra, 2016). Pada penelitian tersebut menekankan pada perilaku agresi yang dapat dicegah dengan mengembangkan pikiran damai melalui tokoh markesot sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menekankan pada mereduksi agresivitas dengan bimbingan kedamaian.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review*, peneliti melakukan analisis

untuk mendeskripsikan ketepatan konsep bimbingan kedamaian dalam mereduksi agresivitas. Sumber pustaka yang digunakan dalam penulisan ini adalah dengan menelaah jurnal dan buku referensi yang terkait dengan bimbingan kedamaian dan agresivitas. Proses pencarian jurnal dengan menggunakan bahasa Inggris dan mengumpulkan keyword agresivitas, *peace education*. Tahun penerbitan jurnal yang digunakan untuk *literature review* adalah 2010-2020. Kata kunci yang digunakan, agresivitas, *peace education*, dan kedamaian. Berdasarkan dari beberapa penelitian, didapatkan bahwa perilaku agresi dapat dicegah dan diminimalisir dengan mengembangkan pikiran damai ditelaah dari tokoh Markesot (Waluyo, Suryani, Syammari, Saputra, 2016). Selanjutnya berdasarkan salah satu faktor yang menyebabkan munculnya agresivitas adalah tidak adanya kedamaian hati dan pikiran dalam diri. Jika kedamaian ada dalam diri seseorang maka lingkungan orang tersebut akan cenderung damai (Kartadinata, 2015).

## **PEMBAHASAN**

### **Agresivitas**

Istilah agresi sering kali di sama artikan dengan agresivitas. Istilah agresi merupakan perilaku verbal atau non verbal yang bertujuan untuk menyakiti orang lain (Myers & Smith, 2015). Berdasarkan pendapat di atas maka agresi memiliki dua bentuk yaitu verbal dan non verbal dengan tujuan untuk menyakiti orang lain. Agresi adalah fenomena kompleks yang beroperasi pada beberapa tingkat, dengan berbagai macam makna dengan dimunculkan dalam bentuk perilaku (Ramirez, 2009). Maksudnya adalah, agresi merupakan peristiwa yang tidak bisa berdiri sendiri artinya ada makna di dalamnya dan dimunculkan dalam bentuk perilaku menyakiti orang lain. Perilaku agresif juga merupakan salah satu perilaku kekerasan yang memiliki maksud atau tujuan untuk membahayakan orang lain (Alhadi & Mulyana, 2017). Dari beberapa pendapat ahli tersebut maka dapat disimpulkan bahwa agresi merupakan suatu tindakan yang tidak menyenangkan baik berupa verbal maupun non verbal yang bertujuan untuk melukai orang lain yang sejatinya tindakan tersebut sengaja dilakukan.

Sedangkan agresivitas merupakan salah satu bentuk dorongan bawaan atau naluri untuk berkelahi sebagaimana sama dengan pengalaman fisiologis rasa lapar, haus, atau dorongan seksual, maka dibuktikan bahwa manusia mempunyai naluri bawaan untuk berperilaku agresif (Lorenz, 2005). Agresivitas merupakan dorongan dasar yang dimiliki manusia dan hewan yang bertujuan untuk menyakiti fisik atau melukai perasaan orang lain (Robert, 2005). Selanjutnya, Freud mengungkapkan bahwa agresivitas bersumber pada naluri kematian atau *death insting* yang mengarah pada perilaku merusak diri atau menyakiti diri (Koeswara, 1988). Dari beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa agresivitas adalah sebuah dorongan yang dimiliki oleh setiap individu, dorongan tersebut berupa dorongan untuk berperilaku agresif atau dorongan untuk menyakiti diri sendiri atau melukai orang lain.

Berdasarkan beberapa definisi menurut para ahli di atas, maka dapat disimpulkan perbedaan antara agresi dan agresivitas. Agresi adalah perilaku yang dimaksudkan untuk membuat orang lain mengalami bahaya atau kesakitan, sedangkan agresivitas adalah dorongan dasar yang dimiliki oleh manusia dan hewan dengan maksud untuk menyakiti atau melukai orang lain.

Ciri-ciri agresivitas ada enam yaitu perilaku menyerang, perilaku menyakiti diri sendiri atau orang lain atau objek pengganti, perilaku yang tidak diinginkan menjadi objek sasaran, perilaku melanggar norma sosial, sikap bermusuhan terhadap orang lain, dan perilaku agresif yang dipelajari (Anantasari, 2006). Penjelasan dari enam aspek tersebut yaitu sebagai berikut:

- a. Perilaku menyerang. Pada aspek ini seseorang memiliki kecenderungan untuk memiliki perilaku menyerang. Perilaku yang menekankan pada menyakiti hati, merusak barang milik orang lain dan secara sosial perilaku menyerang ini terkadang tidak dapat diterima.
- b. Perilaku menyakiti atau merusak diri sendiri, orang lain atau objek-objek pengganti. Kecenderungan perilaku agresif yang dilakukan apabila sudah berbentuk perilaku agresi maka dapat menimbulkan bahaya berupa kesakitan yang dialami oleh pelaku agresif tersebut maupun orang lain. Ketika seseorang

melakukan tindakan agresi maka seseorang tersebut termasuk dalam menyakiti diri sendiri, serta orang lain.

- c. Perilaku yang tidak diinginkan orang yang menjadi sasaran. Kecenderungan berperilaku agresif dimaksudkan agar korban atau orang yang dikenai agresi dapat merasakan ketidaknyamanan sehingga terganggu dalam kehidupannya yang mana hal ini tidak diinginkan korban.
- d. Perilaku yang melanggar norma sosial. Kecenderungan berperilaku agresif pada kenyataannya selalu dikaitkan dengan pelanggaran norma-norma sosial yang ada di masyarakat. Contohnya seperti meminta uang saku temannya secara paksa.
- e. Sikap bermusuhan terhadap orang lain. Kecenderungan berperilaku agresif mengacu pada sikap permusuhan terhadap orang lain karena adanya tindakan melukai orang lain. Ketika sikap permusuhan itu muncul maka dorongan untuk menyakiti kelompok tersebut juga muncul.
- f. Perilaku agresif yang dipelajari. Kecenderungan berperilaku agresif yang dipelajari melalui pengalaman di masa lalu, hal tersebut berdasarkan kondisi sosial dan lingkungan yang merupakan proses pembelajaran yang mempengaruhi perwujudan perilaku agresif.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa ciri-ciri agresivitas yaitu perilaku atau tindakan menyerang atau menyakiti orang lain baik verbal maupun non verbal yang dilakukan dengan sengaja, merusak objek-objek disekitar sebagai luapan dari amarahnya, melanggar norma-norma sosial sehingga menimbulkan ketidaknyamanan dan permusuhan dengan orang lain.

Agresi tercermin dalam bentuk agresi instrumental dan agresi benci atau impulsif. Agresi instrumental adalah agresi yang dilakukan oleh individu sebagai alat atau cara untuk mencapai tujuan tertentu. Sedangkan agresi impulsif adalah agresi yang dilakukan oleh individu semata-mata sebagai pelampiasan keinginan untuk menimbulkan efek kerusakan, kesakitan, atau kematian pada sasaran atau korban (Koeswara, 1988). Selain itu agresi juga tercermin dalam tingkah laku verbal dan

non verbal. Contoh tingkah laku verbal seperti berkata kasar, bertengkar panggilan nama yang jelek, jawaban yang kasar, sarkasme (pernyataan yang menyakiti hati), dan kritikan yang tajam. Sementara contoh nonverbal yaitu seperti menolak atau melanggar aturan (tidak disiplin), memberontak, berkelahi (tawuran), mendominasi orang lain, dan membunuh (Yusuf dkk., 2014).

Agresivitas juga diklasifikasikan mejadi empat kategori, yaitu: agresif fisik, agresif verbal, rasa marah dan sikap permusuhan (Buss & Perry, 1992). Adapun penjelasan mengenai uraian di atas yaitu:

- a. Agresi Fisik. Agresi fisik merupakan perilaku motorik, seperti melukai dan menyakiti orang secara fisik. Contohnya terjadinya perkelahian antar pelajar yang mengakibatkan orang terluka parah dengan cara memukul atau menendang.
- b. Agresi Verbal. Agresi verbal merupakan seperti melukai dan menyakiti orang lain dengan menggunakan verbal/perkataan. Misalnya, seperti mencaci maki, berkata kasar, berdebat, menunjukkan ketidaksukaan atau ketidaksetujuan, menyebarkan gosip, dan lain-lain.
- c. Rasa marah. Rasa marah merupakan emosi atau afektif, seperti munculnya kesiapan psikologis untuk bertindak agresif. Misalnya kesal, hilang kesabaran dan tidak mampu mengontrol rasa marah.
- d. Sikap permusuhan. Sikap permusuhan disini meliputi komponen kognitif, seperti benci dan curiga pada orang lain, iri hati dan merasa curiga terhadap orang lain yang dikiranya menaruh dendam pada dirinya, padahal orang lain tersebut tidak dendam terhadapnya.

Berdasarkan pemaparan di atas, bentuk-bentuk agresivitas meliputi agresif fisik, agresi verbal, kemarahan, dan sikap permusuhan.

Agresivitas dipengaruhi oleh beberapa faktor. Terdapat tujuh faktor yaitu korban kekerasan, terlalu dimanja, televisi atau video, sabotase orang tua, kemarahan, ketegangan dan frustrasi (Saputra dkk., 2019). Adapun penjelasannya yaitu sebagai berikut:

- a. Korban kekerasan. Pengalaman yang diperoleh dari lingkungan membuat anak menjadi modeling atau meniru perbuatan yang

dilihatnya. Anak yang menjadi korban akan menjadikan anak lain untuk menjadi korbannya.

- b. Terlalu dimanja. Anak yang dimanja merasa berkuasa dan tak ingin berbagi atau tidak bisa menerima jika keinginannya tak segera dipenuhi.
- c. Televisi atau video. Televisi atau game mendorong anak menjadi agresivitas karena banyak adegan yang mengandung kekerasan, sehingga anak dapat meniru adegan-adegan tersebut.
- d. Sabotase orang tua. Apabila salah satu orang tua memihak kepada anak yang menentang orang tua lainnya, ini akan membangkitkan sikap manipulative dan agresivitas pada anak karena anak menjadi lebih berkuasa dari orang tua yang ditentangnya.
- e. Kemarahan. Agresivitas bisa muncul karena kemarahan yang timbul dalam diri anak yang muncul karena ada sesuatu yang tidak dapat dipahami oleh anak. Misalnya anak adopsi, sikap taraumatis, dan lain sebagainya.
- f. Frustrasi. Frustrasi ang timbul akibat penyakit, alergi atau kelemahan yang tak disadari orang tua menjadi anak agresif. Frustrasi adalah pengalaman yang tidak menyenangkan yang dapat menimbulkan agresivitas.

Selain itu, Agresivitas siswa juga dipengaruhi oleh kedamaian dalam dirinya. Ketiadaan kedamaian dalam dirinya maka akan terjadi kekerasan (agresivitas) dalam berbagai bentuk apapun. Kondisi damai berarti bahwa suasana dimana terdapat kesejahteraan, kebebasan dan keadilan (Kartadinata, 2015).

### **Bimbingan Kedamaian**

Bimbingan kedamaian berakar dari teori pendidikan kedamaian (*peace education*). Pendidikan kedamaian sendiri didasarkan pada asumsi bahwa kedamaian bisa dikembangkan dengan membiasakan pikiran untuk mengontrol keinginan, mencocokkan antara yang pantas diterima dan yang diinginkan, mengembangkan keikhlasan dan rasa hormat terhadap perbedaan, peduli dan cinta orang lain, dan bergerak maju dari permusuhan menuju kolaborasi (Kartadinata, 2015). Pendidikan kedamaian menjadi salah satu konsep yang dapat diimplementasikan dalam seting layanan

bimbingan dan konseling. Beberapa literatur menyebutnya dengan nama bimbingan kedamaian, yang dimana bimbingan kedamaian berasal dari dua kata yaitu bimbingan dan kedamaian (Saputra dkk., 2019).

Bimbingan dalam konsep pelayanan bimbingan dan konseling yaitu suatu proses pemberian bantuan kepada orang lain untuk mencapai perkembangan dan juga pertumbuhan sosial, mental, fisik, intelektual, kejiwaan, emosi, dan juga kerohanian (Saputra dkk., 2019). Kedamaian diambil dari teori pendidikan kedamaian dan tujuan dari pendidikan kedamaian yaitu membantu mengembangkan pola pikir damai pada diri siswa (Anand, 2014). Pola pikir damai pada diri siswa ini mampu menjembatani mereka agar terhindar dari agresivitas yang sering muncul dalam diri mereka. Berdasarkan kedua konsep tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan kedamaian adalah upaya konselor atau guru BK untuk membelajarkan dan mengembangkan pikiran damai pada diri siswa melalui layanan bimbingan dan konseling yang merupakan implementasi dari pendidikan kedamaian.

Bimbingan kedamaian sejatinya mendorong siswa untuk mengembangkan budaya damai. Ketika budaya damai muncul, maka bentuk-bentuk agresivitas dapat terminimalisir. Budaya damai memiliki beberapa komponen yaitu berkomitmen untuk menghormati kehidupan dan semua hak asasi manusia serta menolak terhadap kekerasan dalam segala bentuk, melakukan dialog dan negosiasi untuk mencegah konflik kekerasan, berkomitmen untuk partisipasi penuh dalam proses pemenuhan kebutuhan generasi sekarang dan masa depan, pengakuan atas hak setiap orang untuk kebebasan berekspresi, mempromosikan hak dan peluang yang setara bagi perempuan dan laki-laki, kebebasan dalam beropini dan memberikan informasi, toleransi, solidaritas, kerjasama, pluralisme (Saputra dkk., 2019). Budaya damai bertujuan untuk memberikan kenyamanan bagi seluruh warga sekolah khususnya siswa agar siswa dapat meningkatkan performa akademik serta beraktualisasi dengan baik.

Budaya damai dapat terwujud apabila konselor memiliki atribut perdamaian. Peserta didik sering mengingat sikap, nilai, dan tindakan guru itu

sendiri di dalam dan di luar kelas. Konselor perdamaian harus berperilaku sebagai model untuk peserta didik dan menjadikan ruang kelas yang damai serta sekolah yang damai. Atribut konselor berikut ini diambil dari buku (Saputra et al., 2019) sebagai berikut: konselor perdamaian adalah seseorang yang bertanggung jawab, agen budaya damai, orang yang memiliki visi, yang mampu membuat citra positif, aktif dalam masyarakat, pembelajar seumur hidup, pemancar sekaligus transformator budaya, memelihara perdamaian dan rasa kebersamaan, peka terhadap gender dan waspada terhadap segala kemungkinan bias gender dalam diri atau siswa, konstruktif kritis, memiliki keterampilan belajar reflektif, memiliki keterampilan komunikasi dan resolusi konflik, mempraktikkan pembelajaran kooperatif.

Bimbingan kedamaian terdiri dari tujuh komponen, yaitu rendah hati terhadap idealisme, kontrol diri terhadap persamaan, toleransi terhadap perbedaan, memaafkan kesalahan orang lain, memilih kekuatan daripada kelemahan, mengatur emosi diri, mengatur perilaku diri (Saputra dkk., 2019). Penjelasannya seperti yang di bawah ini:

- a. Rendah hati terhadap idealisme. Rendah hati terhadap idealisme adalah setiap individu memiliki cita-cita atau keinginan yang tinggi terkait kehidupannya masing-masing maka ia akan berambisi untuk mencapai hal tersebut, bahkan sampai berbuat kasar kepada orang lain (berperilaku agresif) namun dengan kerendahan hati individu tersebut memiliki makna bahwa ia mengakui kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya. Komponen-komponen dalam karakter rendah diri yaitu a) mengembangkan kesadaran akan kekuatan pribadi serta keterbatasan yang muncul, b) secara aktif terlibat dalam memanfaatkan informasi yang dikumpulkan dalam interaksi dengan orang lain, tidak hanya untuk memahami, tetapi jika perlu untuk memodifikasi diri c) menganggap diri mereka dalam kaitannya dengan keseluruhan yang lebih besar (Saputra dkk., 2019).
- b. Kontrol diri terhadap persamaan. Kontrol diri merupakan kemampuan mengatur perilakunya sedemikian rupa agar sesuai dengan norma yang berlaku, serta menahan keinginan atau

- dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai norma (Suhartanti, 2016). Remaja akan merasa kuat dan superior untuk menindas orang lain apabila mereka bersama-sama dengan kelompoknya. Aspek-aspek dalam control diri yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol dalam mengambil keputusan (Saputra dkk., 2019).
- c. Toleransi terhadap perbedaan. Toleransi terhadap perbedaan yaitu saling menghormati dan menghargai perbedaan antara satu individu dengan individu lainnya. Aspek-aspek toleransi yaitu perdamaian, menghargai perbedaan individu, dan kesadaran. Wujud dari aspek kesadaran ini adalah menghargai kebaikan orang lain, terbuka terhadap perbedaan, reseptif, memiliki kenyamanan dalam kehidupan, dan nyaman dengan orang lain (Saputra dkk., 2019).
  - d. Memaafkan kesalahan orang lain. Memaafkan kesalahan orang lain yaitu menyadari bahwa siapa saja dapat berbuat kesalahan. Selain itu, memaafkan orang lain membuat individu semakin tenang, nyaman, dan bahagia. Proses memaafkan orang lain terdiri dari tahapan pertama, membalut rasa sakit hati. Kedua, meredakan kebencian. Ketiga, penyembuhan diri sendiri. Keempat, berjalan berama (Saputra dkk., 2019).
  - e. Memilih kekuatan daripada kelemahan. Memilih kekuatan daripada kelemahan yaitu berfokus pada kekuatan akan menjadikan diri semakin tangguh. Hal ini dilakukan dengan tujuan mencari dan menunjukkan kebaikan dalam dirinya daripada harus meributkan kelemahan yang menjadi cacian dan hinaan orang lain.
  - f. Mengatur emosi diri. Mengatur emosi diri dapat memfasilitasi agar siswa mampu untuk mengontrol diri mereka ketika memiliki emosi negatif. Emosi yang tidak stabil cenderung mudah memancing agresivitas sehingga emosi individu perlu diatur agar dapat menampilkan kedamaian bukan malah agresivitas. Di sekolah, konselor dapat memberikan layanan bimbingan yang bertujuan untuk melatih siswa dapat meregulasi emosinya (Saputra dkk., 2019).

- g. Mengatur perilaku diri. Pola pikir damai ini memiliki makna bahwa manusia memiliki kemampuan untuk mengatur perilakunya sesuai dengan keinginan dan nilai yang dipegang oleh manusia tersebut. Prosedur mengatur perilaku diri yaitu a) menentukan sasaran tingkah laku, b) memonitor tingkah laku, c) mengevaluasi perkembangan tingkah laku. Di sekolah, konselor dapat menerapkan layanan bimbingan yang bertujuan untuk melatih siswa dapat meregulasi perilaku dirinya (Saputra dkk., 2019).

## PENUTUP

### Simpulan

Agresivitas yaitu kecenderungan seseorang untuk berperilaku menyakiti orang lain dengan sengaja baik secara verbal maupun secara non verbal. Agresivitas juga masih menjadi hal yang belum terentaskan dengan maksimal. Padahal jika agresivitas ini tidak segera diatasi maka akan menjadi perilaku agresi yang menyebabkan berbagai dampak negatif. Model bimbingan kedamaian menjadi salah satu alternatif solusi konselor untuk membantu konseli mengembangkan pola pikir yang damai sehingga konseli mengurungkan niatnya untuk berperilaku agresi.

### Saran

Konselor hendaknya melakukan model bimbingan kedamaian sesuai dengan prosedur agar dapat berlangsung dengan baik dan dapat mencapai hasil yang maksimal. Model bimbingan kedamaian sendiri terdiri dari tujuh pertemuan yang mengacu pada komponen bimbingan kedamaian yaitu meliputi: (1) rendah hati terhadap idealisme, (2) kontrol diri terhadap persamaan, (3) toleransi terhadap perbedaan, (4) memaafkan kesalahan orang lain, (5) memilih kekuatan daripada kelebihan, (6) mengatur emosi diri, (7) mengatur perilaku diri..

## DAFTAR PUSTAKA

- Alhadi, S., & Muyana, S. (2017). *Memahami Perilaku Agresif Siswa Di Sekolah*. 7.
- Alhadi, S., Purwadi, P., Muyana, S., Saputra, W. N. E., & Supriyanto, A. (2018). Agresivitas Siswa SMP di Yogyakarta. *Jurnal Fokus*

- Konseling, 4(1), 93.  
<https://doi.org/10.26638/jfk.507.2099>
- Anand, S. (2014). *The Contemporary Issues And Significance Of Peace Education In India*. 8.
- Anantasari. (2006). *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*. Kanisius.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). *Physical Aggression, Verbal Aggression, Anger, and Hostility. Correlational analysis revealed that*.
- Galtung, J. (1986). *On The Anthropology of the United Nations System*. Croom Helm.
- Gunawan, D., Kertawidana, I. D. K., & Noorfitriyani, L. (2018). *Pencegahan Perilaku Agresif: Pengaruh Pendidikan Perdamaian Dan Literasi Media Terhadap Pemahaman Siswa Tentang Agresivitas*. 20.
- Kartadinata, S. (2015). *Pendidikan Kedamaian*. PT Remaja Rosdakarya.
- Koeswara, E. (1988). *Agresi Manusia*. Rosda Offset.
- Kosciw, J. G., Palmer, N. A., Kull, R. M., & Greytak, E. A. (2013). The Effect of Negative School Climate on Academic Outcomes for LGBT Youth and the Role of In-School Supports. *Journal of School Violence*, 12(1), 45–63.  
<https://doi.org/10.1080/15388220.2012.732546>
- Lorenz, K. (2005). *On aggression*. Taylor & Francis e-Library.  
<http://www.myilibrary.com?id=11160>
- Myers, D., & Smith, S. M. (2015). *Exploring Social Psychology*. NY.
- Myrick, R. D. (2011). *Developmental guidance and counseling: A practical approach* (5th ed). Educational Media Corporation.
- Rachman, B. M. (2010). *Argumen Islam untuk Liberalisme: Islam Progresif dan Perkembangan Diskursusnya*. Grasindo.
- Ramirez, J. M. (2009). Some dychotomous classifications of aggression according to its function. *Journal of Organisational Transformation & Social Change*, 6(2), 85–101. [https://doi.org/10.1386/jots.6.2.85\\_1](https://doi.org/10.1386/jots.6.2.85_1)
- Robert, B. (2005). *Psikologi Sosial*. Erlangga.
- Saputra, W. N. E., & Handaka, I. B. (2018). Perilaku Agresi Pada Siswa SMK di Yogyakarta. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.26638/jfk.475.2099>
- Saputra, W. N. E., Hanifah, N., & Widagdo, D. N. (2017). Perbedaan Tingkat Perilaku Agresi Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Kota Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(4), 142–147. <https://doi.org/10.17977/um001v2i42017p142>
- Saputra, W. N. E., Supriyanto, A., Astuti, B., & Ayriza, Y. (2019). *Bimbingan Kedamaian Strategi Konselor Mereduksi Agresivitas*. K-Media.
- Suhartanti, L. (2016). *Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Narcisctic Personality Disorder pada Pengguna Instagram di SMA Negeri 1 Seyegan*. 12.
- Umaroh, S. K. (2017). Agresivitas Siswa Ditinjau Berdasarkan Iklim Sekolah Dan Keyakinan Normatif Mengenai Agresi. *Jurnal Ecopsy*, 4(1), 17. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v4i1.3411>
- Waluyo, T. A., Suryani, E. L., Syammari, S., & Saputra, W. N. E. (2016). Pikiran Damai Berdasarkan Pitutur Markesot: Modal Remaja untuk Meminimalisir Perilaku Agresi. *Prosiding Seminar Nasional 'Membangun Karakter Untuk Memperkokoh Persatuan Dan Kesatuan Bangsa'*.
- Yusuf, L. N. S., M. Sugandhi, & Nani. (2014). *Perkembangan Peserta Didik*. PT Raja Grafindo Persada.