

BAB V

PEMBAHASAN

A. Karakteristik Agresivitas Remaja Di Dusun Krajan Desa Rejosari Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung

Karakteristik agresivitas dapat dari penelitian ini diambil dari aspek-aspek agresivitas dari Buss dan Perry yang dibagi empat faktor yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan. Sedangkan karakteristik perilaku agresif remaja dusun Krajan ini dapat dilihat ketika pengisian kuesioner dan pada saat proses terapi. Hal tersebut dilihat dari kelompok eksperimen.

Karakteristik agresivitas pada kelompok eksperimen antara lain yaitu sebagai berikut:

1. Agresi fisik, agresi fisik yang dilakukan oleh kelompok eksperimen antara lain remaja terlibat adu jotos dengan yang lainnya, baik berupa pukulan, tendangan, maupun cubitan. Selain itu, mereka pernah melakukan pembulian saat di sekolah pada orang lain yang dirasa lemah. Baik pembulian tersebut bersifat fisik maupun psikis.
2. Agresi verbal, karakteristik agresi ini banyak dilakukan oleh kelompok eksperimen ini. Seperti halnya mengucapkan sumpah serapah, menghujat, mengejek, berkata kotor maupun mengumpat. Dalam hal ini banyak yang kurang bisa mengendalikan emosinya ketika mendapatkan suatu hal yang kurang begitu menyenangkan. Mereka

akan langsung memberikan respon dengan cara mengucapkan sumpah serapah maupun yang lainnya. Selain itu banyak juga yang mengejek orang lain.

3. Kemarahan, pada karakteristik ini remaja juga pernah mengalaminya. Ketika mendapati sesuatu yang kurang menyenangkan mereka akan langsung emosional dan menimbulkan sikap marah. Mereka akan lebih melampiyaskan kemarahan tersebut pada sesuatu terdekatnya. Seperti halnya ketika seseorang marah, mereka melampiyaskan membanting Handphone, membanting pintu maupun yang lainnya. Terkadang cara melampiyaskan kemarahan mereka dengan pelayampiyasan terhadap suatu barang.

Dari ketiga hal tersebut perilaku agresif yang sering muncul yaitu agresi verbal, agresi fisik, dan kemarahan. Berawal dari agresi verbal juga akan memberikan efek pada suatu kemarahan dan menimbulkan agresi fisik yang berakibat perkelahian.

B. Terapi Shalawat untuk Mengurangi Tingkat Agresivitas Remaja di Dusun Krajan Desa Rejosari Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung

Berdasarkan penghitungan yang telah dilakukan yakni dengan uji *mann whitney*, sebelumnya telah diketahui uji beda nilai *gain score* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selanjutnya dilakukan pengujian dengan uji *mann whitney* dengan perolehan nilai asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,004. Karena nilai asymp. Sig yang diperoleh $< 0,05$, maka

dapat disimpulkan bahwa nilai asymp. Sig $0,004 < 0,05$. Hal tersebut sesuai dengan dasar pengambilan keputusan yang mengartikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada kuesioner agresivitas antara eksperimen dengan kelompok kontrol.

Selain itu, terdapat uji yang dilakukan dengan *wilcoxon signed ranks test*, dengan hasil hitung uji beda kuesioner agresivitas saat *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dengan perolehan nilai asymp. Sig $0,002$, karena nilai asymp. Sig $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai asymp. Sig yang diperoleh $0,002 < 0,05$. Sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon signed ranks test* dapat ditarik kesimpulan bahwa perbedaan yang signifikan dengan pengisian kuesioner agresivitas saat *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen.

Dari paparan hasil hitung uji beda di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi shalawat memiliki pengaruh untuk mengurangi agresivitas remaja di Dusun Krajan Desa Rejosari Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung.

Apabila dilihat dari hasil data yang telah diperoleh, yaitu terapi yang telah digunakan yakni terapi shalawat ini menunjukkan perubahan yang cukup signifikan. Walaupun penelitian tersebut dilakukan sekitar dua minggu dan terapi dilakukan selama 6 hari. Perubahan awal tersebut dilihat saat terapi, yaitu subyek merasa tenang setelah melakukan terapi shalawat.

Teknik terapi shalawat yang digunakan dalam penelitian ini seperti halnya teknik berdzikir. Dengan cara memejamkan mata dan memusatkan

konsentrasi kita pada satu hal. Ada beberapa tahapan yang dilakukan sebelum puncak terapi shalawat, yaitu berintrospeksi diri atas sikap buruk yang telah dilakukan maupun kesalahan-kesalahan, kemudian setelah itu baru dilakukan visualisasi shalawat dengan menceritakan tentang kisah Nabi Muhammad yang menjadi suri tauladan bagi umatnya, tentang bagaimana sikap yang akan dilakukan saat diejek maupun diperlakukan kurang baik oleh orang lain. Dan pada puncaknya subyek akan dibimbing oleh terapis untuk mengucapkan shalawat dalam hati maupun diucapkan secara perlahan. Tahapan Terapi tersebut dilakukan berdasarkan pada konsep tasawuf, yakni takhalli, tahalli, dan tajalli. Pada tahapan takhalli yakni mengosongkan dari hal-hal yang buruk, tahapan ke dua yakni tahalli yakni mengisi sesuatu dengan hal-hal yang baik, hal tersebut dilakukan dengan cara mengisi dengan kebaikan-kebaikan seperti suri tauladan Nabi. Dan yang terakhir tajalli yakni tersingkapnya Tabir, dengan harapan subyek mendapatkan ketenangan dan dapat menyadari perilaku buruk yang telah dilakukan.

Setelah terapi, terapis memberikan konseling kepada subyek apabila terdapat pertanyaan setelah merasakan terapi. Ternyata subyek memiliki ketertarikan dengan terapi yang digunakan oleh peneliti, hal tersebut bisa dilihat karena pada saat proses terapi pada hari selanjutnya subyek meminta mematikan lampu agar terapi yang dilakukan lebih khusyuk. Dan beberapa hal tersebut bisa membuat subyek merasakan ketenangan, sehingga dapat menyadari perilaku kurang baik yang telah dilakukan.

Dengan demikian terapi shalawat dirasa memiliki pengaruh untuk mengurangi tingkat agresivitas pada remaja di Dusun tersebut.

Perubahan-perubahan yang terjadi pada subyek setelah terapi antara lain saat mengobrol dengan temannya banyak yang mengejek maupun mengucapkan sumpah serapah, subyek langsung menyadari bahwa hal tersebut bukan suatu hal yang baik dan tidak perlu dilakukan. Selain itu, subyek banyak yang ringan tangan, seperti halnya mencubit maupun memukul temannya. Setelah terapi subyek menyadari setelah mencubit atau memukul temannya, bahwa hal tersebut merupakan suatu tindakan yang buruk yang akan membawa pada sesuatu hal yang negative.

Dengan bekal moralitas yang telah ditambah terapis dapat menjadikan subyek ke depannya memiliki suatu pencegahan saat akan melakukan perilaku agresif. Faktor yang mendukung turunnya tingkat agresivitas remaja antara lain adalah kefokusannya subyek saat mengikuti terapi, keseriusannya subyek dan keinginan subyek ingin memperbaiki diri.

Dalam catatan Witmer dalam buku Manajemen Emosi mengatakan bahwa praktik-praktik spiritual seperti terapi shalawat dapat memberikan tindakan pencegahan atau coping yang dapat memberikan dampak positif bagi seseorang. Shalawat tersebut digunakan sebagai tindakan pencegahan yang memberikan ketenangan bagi seseorang. Selain itu pada proses sistematika tubuh ketika seseorang melakukan shalawat dengan konsentrasi, maka akan terjadi interpretasi limbic system dari pengaruh keadaan meditasi yang dilakukan, yang akan mempengaruhi hipotalamus, selanjutnya mempengaruhi system saraf otonom, dari system saraf otonom

mempengaruhi system saraf otonom sehingga mengakibatkan penurunan detak jantung, kemudian terjadi vasokonstriksi pada arteri yang mengakibatkan penurunan tekanan darah, dari beberapa hal tersebut dapat menciptakan keadaan yang tenang dan merilekskan tubuh.¹ Sesuai dengan terapi yang dilakukan yakni terapi shalawat ini memberikan ketenangan pada subyek penelitian.

Pengulangan dalam pengucapan diperlukan saat bershalawat, dikarenakan ketika bershalawat maka akan melatih otak berfungsi lebih kuat dan sehat. Pengulangan pengucapan shalawat itu juga diperlukan untuk melepaskan emosi negative yang ada pada diri seseorang, sehingga emosi negative yang ada pada diri seseorang dapat diselaraskan dengan bershalawat.²

Konsep tasawuf yang dilakukan pada penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan konsep baru tentang perilaku yang baik. Dengan cara menceritakan kisah Nabi yang selalu berperilaku baik walaupun diperlakukan buruk oleh kaumnya. Hal tersebut akan memberikan suatu pemahaman bahwa perilaku agresivitas yang dilakukan itu kurang baik, dan membantu subyek untuk menyadari bahwa perilaku tersebut tidak perlu dilakukan.

Selain itu, pada penelitian terdahulu yang memiliki variabel yang sama yakni penelitian yang dilakukan oleh Zainul Muttaqin dari Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Semarang dengan judul penelitian pengaruh shalawat fatih terhadap agresivitas siswa Madrasah Aliyah Negeri Lasem.

¹ Triantoro Safaria Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi : Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*, Hal. 248-249

² Rima Olivia, *Shalawat Untuk Jiwa*, (Jakarta : Transmedia Pusaka, 2016), Hal. 9

Dengan hasil penelitian dengan cara analisis Uji T dengan hasil yang diperoleh $t=-12,311$. Dari nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen terhadap perubahan agresivitas. sehingga perlakuan shalawat fatih yang digunakan dapat menurunkan agresivitas siswa Madrasah Aliyah Lasem.³

Hasil temuan dari penelitian ini membuktikan bahwa terapi shalawat berpengaruh untuk mengurangi tingkat agresivitas pada remaja. Hal tersebut sesuai dengan yang dijelaskan oleh Witmer bahwa shalawat memberikan ketenangan bagi seseorang. Serta penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Zainul Muttaqin mendukung bahwa shalawat dapat mengurangi tingkat agresivitas remaja.

C. Tingkat Pengaruh Terapi Shalawat untuk Mengurangi Tingkat Agresivitas Remaja di Dusun Krajan Desa Rejosari Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung

Tabel 5.1
Sumbangan Efektif Regresi Linier

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.731 ^a	.535	.489	13.027

a. Predictors: (Constant), POST-TEST

Berdasarkan hasil hitung dari hipotesis 3 yakni dengan uji sumbangan efektif regresi linier yang berfungsi untuk mengetahui seberapa tingkah

³ Zainul Muttaqin,., Hal. 46

pengaruh Terapi Shalawat untuk mengurangi tingkat agresivitas remaja di Dusun Krajan Desa Rejosari Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung, mendapatkan hasil nilai *R Square* sebesar 0,535 atau 53,5%. Dari hasil angka 53,5% dapat ditarik kesimpulan bahwa besar tingkat pengaruh terapi shalawat untuk mengurangi tingkat agresivitas remaja di Dusun Krajan Desa Rejosari Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung sebesar 53,5% sedangkan sisanya yaitu sebesar 46,5% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian, antara lain seperti keseriusan subyek saat terapi, kefokusannya saat terapi dan keinginan subyek untuk berubah serta memperbaiki diri.

Besarnya tingkat pengaruh terapi shalawat disebabkan karena cara terapis membawa subyek menyadari perilaku buruk yang dilakukannya pada setiap sesi terapi. Selanjutnya, adanya *role play* (Bermain Peran) tentang agresivitas membuat subyek menyadari bahwa hal tersebut adalah suatu perilaku yang buruk dan harus dihindari. Kemudian tahapan terapi dengan konsep takhali, tahali, dan tajali, yakni takhalli (berintrospeksi diri tentang perilaku buruk yang telah dilakukan yakni perilaku agresif), tahalli (Memasukkan cerita Nabi tentang perilaku-perilaku baik yang dilakukan Sang Nabi), dan Tajalli (Tersingkapnya tabir, dengan harapan terapi shalawat yang dilakukan dapat bermanfaat pada diri subyek). Dan yang terakhir adalah bimbingan terapis terhadap subyek, keseriusan dan kefokusannya saat mengikuti terapi, suasana yang mendukung, dan kemauan subyek untuk berubah.

Perlu adanya kesadaran yang terjadi pada diri subyek seperti halnya yang dilakukan pada sesi *role play* maupun proses tahapan terapi. Karena apabila tidak terdapat kesadaran dalam diri subyek akan perilaku agresivitas yang dialami, maka setelah terapi pun subyek akan mengulangnya kembali. Tujuan dari membantu menyadari kesadaran bagi subyek yakni agar kedepannya subyek selalu ingat bahwa hal tersebut tidak baik dilakukan. Dengan demikian perilaku agresif tersebut dapat dicegah.

Selain tingkat pengaruh yang mencapai nilai 53,5%, namun masih terdapat sisa sebesar 46,5% merupakan faktor diluar penelitian yang membuat terapi shalawat pada sesi terapinya kurang begitu maksimal. Adapun faktor diluar penelitian tersebut kemungkinan disebabkan oleh beberapa hal antara lain sebagai berikut:

1. Jangka waktu dalam pemberian terapi yang cukup singkat yakni hanya 6 hari, dan pada setiap harinya minimal dilakukan selama 30 menit, sehingga memungkinkan kurangnya maksimal pada pengaruh terapinya.
2. Terkait tentang waktu pemberian terapi, karena penelitian ini dilaksanakan pada saat ramadhan, maka waktu terapi dilakukan setelah shalat tarawih. Hal tersebut memungkinkan subyek kurang begitu semangat dalam mengikuti terapi.
3. Kurangnya kerja sama antara subyek dengan peneliti pada saat terapi sedang berlangsung.

4. Kurangnya konsentrasi subyek pada saat mengikuti terapi, sehingga pengaruh terapi kurang begitu maksimal.
5. Kurangnya perhatian terapis terhadap subyek sehingga tidak bisa memantau perilaku subyek dengan baik.
6. Terkait tempat penelitian, disebuah desa jadi tidak memungkinkan terapi dilakukan dalam durasi lama karena terapi dilakukan pada saat malam hari.