

Systematic Literature Review: Perilaku Agresif pada Remaja yang Ditinjau dari Pendekatan Psikologi Biopsikologi dan Humanistik

Taufiq Nur Wicaksono¹, Nina Fitriana²

^{1,2}. Magister Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Indonesia
taufiqnurwicaksono28@gmail.com, nina@mercubuana-yogya.ac.id

ABSTRACT.

This study focuses on how adolescents can behave aggressively as reviewed from a biopsychological and humanistic approach. This study uses a literature study method, in this case the researcher looks for references from articles, books, and other references that are in accordance with the discussion of the researcher's article material. Aggressive behavior is caused by genetics, neurotransmitters, the brain, and hormones. individuals with a family history of aggressive problems are more likely to show similar behavior, indicating a hereditary component in aggression, and with low serotonin levels tend to behave aggressively, because serotonin functions in regulating emotions. At the adolescent stage, they really need affection and attention from their family. If they do not get affection and attention, adolescents will take action to be noticed by their parents, one of these actions is aggressive behavior. The ego's need for self-esteem in adolescents arises when treated unpleasantly with aggressive behavior.

Keywords: Aggressive Behavior, Adolescents, Biopsychology, Humanistic

ABSTRAK.

Penelitian ini berfokus pada bagaimana remaja dapat berperilaku agresif yang ditinjau dari pendekatan biopsikologi dan humanistik. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur, dalam hal ini peneliti mencari referensi yang bersumber dari artikel, buku, dan referensi lainnya yang sesuai dengan pembahasan materi artikel peneliti. Perilaku agresif disebabkan oleh genetik, neurotransmitter, otak, dan hormon. individu dengan riwayat keluarganya memiliki masalah agresif lebih cenderung menunjukkan perilaku serupa, menunjukkan adanya komponen hereditas dalam agresi, serta dengan rendahnya kadar serotonin cenderung untuk berperilaku agresif, karena serotonin berfungsi dalam pengaturan emosi. Pada tahap remaja sangat membutuhkan akan kasih sayang serta perhatian dari keluarga. Apabila mereka tidak mendapat rasa kasih sayang dan perhatian, remaja akan melakukan tindakan agar diperhatikan oleh orang tuanya, salah satu tindakan tersebut adalah dengan perilaku agresif. Kebutuhan ego akan harga diri pada remaja muncul ketika diperlakukan dengan tidak menyenangkan dengan perilaku agresif. Kata kunci: Perilaku Agresif, Remaja, Biopsikologi, Humanistik.

Kata kunci: Perilaku Agresif, Remaja, Biopsikologi, Humanistik

PENDAHULUAN

Manusia tidak terlepas dari bagaimana dia berperilaku. Dengan perkembangan zaman saat ini dapat menyebabkan terjadinya perubahan dalam pola berpikir dan cara bertindak. Sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat terpisah dari hidup bermasyarakat, maka perlu kesadaran untuk bisa menjaga perilaku. seperti halnya perilaku yang sesuai dengan norma namun ada juga perilaku yang menyimpang dari normal sosial. Dan salah satu yang berkembang dalam kehidupan yakni perkembangan remaja (Wulandari & Wahyudi, 2023).

Remaja merupakan salah satu tahap perkembangan di kehidupan diantara anak - anak menuju ke dewasa. Menurut WHO remaja atau disebut juga adolesens adalah masa dari anak - anak sampai dewasa, dengan perubahan pada kondisi fisik, mental, emosional dan cara bersosial (Anggraini et al., 2022). Menurut Wulandari & Wahyudi (2023) remaja adalah masa dari tahap anak - anak menuju dewasa, berkisar antara usia 10 - 19 tahun. Remaja merupakan usia pertumbuhan baik pada fisik, daya berfikir, dan cara bersosial (Pratama & Sari, 2021). Sejalan dengan Khaira (2022) remaja didefinisikan sebagai perkembangan masa anak - anak dan dewasa, meliputi kognitif, biologis serta sosial). Sedangkan pendapat Fahrizqi et al. (2021) remaja adalah periode unik yang perkembangannya tidak terjadi pada tahapan yang lain di periode kehidupan.

Sesuai dengan tahap perkembangannya, remaja diharapkan mampu memiliki perilaku sosial yang bertanggung jawab serta hanya fokus pada sekolahnya (Hurlock, 2004). Remaja lebih menekankan pada perkembangan di ruang lingkup pendidikan, dengan memiliki keterampilan intelektual dan cara bersosial, maka hal tersebut guna menunjukkan pencapaian prestasi belajar mereka (Hurlock, 2004). Hakikatnya masa remaja seharusnya, digunakan untuk mengeksplorasi kompetensi dalam diri dan mengembangkannya, hal tersebut guna untuk bisa menjadi bekal di masa depan.

Namun pada kenyataannya remaja saat ini tidak seperti itu. Remaja saat ini kondisinya memprihatinkan, hal tersebut karena remaja belum mempunyai kematangan dalam hal mental, karena masa remaja masih mencari jati diri mereka. Saat ini remaja cenderung dalam proses pencarian mencari jati diri sehingga remaja lebih sering meniru perilaku (Verhoeven et al., 2019). Remaja yang meniru perilaku menimbulkan masalah emosional, harga diri, dan minat yang tinggi untuk mencoba hal baru dapat mengakibatkan munculnya perilaku agresif (Ekayamti et al., 2020). Sejalan dengan pendapat Isnaeni (2021) bahwa remaja dalam masa berkembang condong memunculkan konflik, tekanan sosial lain, dan berakibat mudah perilaku agresif.

Perilaku agresif merupakan tindakan dalam upaya menyakiti atau melukai orang lain ataupun merusak barang dengan kesengajaan, baik dari fisik atau psikis (Yanizon &

Sesriani, 2019). Perilaku agresif yaitu sebagai luapan terhadap emosi dari respon kegagalan individu yang ditunjukkan dengan merusak barang atau orang dengan diikuti unsur sengaja yang diekspresikan melalui perkataan dan tindakan (Susantyo, 2016). Agresif merupakan perilaku yang dilakukan individu yang bisa menyebabkan luka secara fisik maupun psikologis pada orang lain atau bahkan mengakibatkan kerusakan pada benda (Putri, 2019). Khaninah & Widjanarko (2016) berpandangan bahwa perilaku agresif merupakan perilaku negatif yang disebabkan adanya rangsangan, dan rangsangan yang berasal dari lingkungan seringkali dampaknya lebih besar.

Wujud dari remaja berperilaku agresif dapat dijumpai mampir disetiap media massa atau terjadi dalam kehidupan sehari - hari, sepertihalnya perkelahian atau tawuran, bullying atau bahkan seringkali menimbulkan kematian, dan sangat umum terjadi. Menurut data KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia), jumlah kejadian agresivitas yang dilakukan oleh remaja pada 2019 mencapai 947 kasus, dan pada tahun 2020 mencapai 240 kasus (Sa'adah & Ariana, 2022). Tahun 2022 berjumlah 330 kasus remaja tawuran (Mamik & Islamarida, 2022). kekerasan seksual anak dan perempuan di Pandeglang pada 2020 berjumlah 28 kasus, 2021 mencapai 70 kasus, tahun 2022 mencapai 55 kasus. Sementara di 2023 dari Januari sampai September berjumlah 74 kasus (Rangga & Bayu, 2023). Jumlah ini menunjukkan bahwa perilaku agresif pada remaja terbilang tinggi. Menurut Subqi (2019) sebab umum perilaku agresif terjadi dikarenakan remaja tidak mempunyai sikap serta keterampilan dalam tugas - tugas perkembangan remaja sehingga remaja mengabaikan akan norma yang ada di masyarakat. Sedangkan Yunalia & Etika (2020) perilaku agresif yang tinggi pada remaja disebabkan karena dimasa remaja adalah tahap baru dalam mengalami perubahan, dari perubahan fisik ataupun perubahan psikis.

Perilaku agresif tentu memiliki dampak negatif. Perilaku agresif menyebabkan dampak negatif terhadap individu yang baik pelaku perilaku agresif maupun yang korban perilaku agresif. (Yunalia & Etika, 2020). Menurut Khaira (2022) dampak perilaku agresif bagi pelaku sulit berteman dengan orang-orang di sekitar, bisa mengganggu belajar, akan dihindari dan tidak disukai oleh orang lain, sedangkan bagai anak yang sering menjadi korban cenderung sulit untuk percaya pada orang lain, membuat mereka mudah tersinggung dan menyendiri, serta berisiko mengalami sakit fisik dan mental. Dampak perilaku agresif pada pelaku yakni dibenci maupun dijauhi orang lain, sedangkan dampaknya bagi korban perilaku agresif adalah menimbulkan trauma psikis maupun sakit secara fisik. Menurut Isnaeni (2021) dampak perilaku agresif terhadap pelakunya sendiri adalah dijauhi oleh teman-temannya dan mempunyai citra diri yang kurang baik masyarakat, dengan hal tersebut pelaku agresif akan merasa kurang nyaman dan terabaikan, perilaku agresif juga berdampak pada lingkungan masyarakat yakni dapat

mengganggu ketenangan dan keamanan lingkungan, hal tersebut dikarenakan remaja yang berperilaku agresif cenderung untuk merusak sesuatu yang berada di sekitarnya.

Banyak faktor yang memunculkan perilaku agresif pada remaja. Pembahasan mengenai faktor penyebab perilaku agresif, tergantung pada pendekatan yang digunakan (Susantyo, 2016), diantaranya pendekatan biopsikologis dan pendekatan humanistik. Biopsikologi merupakan pendekatan yang berfokus pada menganalisis bagaimana aspek biologis mampu mempengaruhi individu dalam berperilaku. Menurut Diponegoro (2012) biopsikologi adalah ilmu pengetahuan yang berhubungan terkait studi tentang biologi dan perilaku. Biopsikologi juga meliputi tiga komponen penting, diantaranya otak, neurotransmitter, sistem saraf, selain pemahaman tentang proses biologis, anatomi dan fisiologi (Damayanti et al., 2020,). Sedangkan humanistik merupakan pendekatan yang lebih menekankan untuk melihat pada bagaimana individu dalam membentuk dirinya dalam mengerjakan hal positif (Kurdi, 2018). Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan, adapun rumusan permasalahan yang diajukan penulis bagaimana perilaku agresif pada remaja tinjauan dari pendekatan biopsikologi dan humanistik melalui pendekatan SLR (*Systematic Literature Review*).

TINJAUAN LITERATUR

A. Perilaku Agresif

Perilaku agresif merupakan tindakan mencederai atau menghancurkan benda dengan sengaja, secara fisik ataupun secara psikis. (Yanizon & Sesriani, 2019). Perilaku agresif yaitu sebagai ungkapan emosi dari kegagalan individu yang ditunjukkan dengan merusak barang atau orang dengan diikuti unsur sengaja yang diekspresikan melalui perkataan dan dengan tindakan (Susantyo, 2016). Agresif merupakan perilaku yang dilakukan individu yang bisa menyebabkan luka fisik maupun psikologis ke orang lain atau bahkan mengakibatkan kerusakan pada barang (Putri, 2019). Khaninah & Widjanarko (2016) berpandangan bahwa perilaku agresif merupakan perilaku negatif yang disebabkan adanya rangsangan, dan rangsangan yang berasal dari lingkungan seringkali dampaknya lebih besar. Menurut Buss & Perry (dalam Ferdiansa & S., 2020) perilaku agresif memiliki bentuk;

1. Agresif fisik yaitu ketika individu cenderung menyerang secara fisik untuk mengekspresikan amarah, seperti menyakiti orang lain secara fisik.
2. Agresif verbal yaitu ketika individu menyerang atau merugikan kepada orang lain, seperti menyakiti orang lain dengan kata-kata.
3. Marah yaitu ekspresi emosi atau perasaan yang melibatkan reaksi fisiologis sebagai persiapan untuk agresi.

4. Permusuhan yaitu merasa tidak adil merupakan bagian dari cara berpikir seseorang, seperti merasa benci atau curiga pada orang lain, atau merasa hidupnya tidak adil dan iri hati.

B. Remaja

Remaja adalah satu tahap perkembangan kehidupan manusia antara anak - anak ke dewasa. Menurut WHO remaja atau disebut juga adolesens adalah tahap transisi dari masa kanak - kanak menuju dewasa, dengan perubahan pada fisik, mental, emosi dan sosial (Anggraini et al., 2022). Menurut Wulandari & Wahyudi (2023) remaja adalah masa anak - anak ke dewasa yang berkisaran antara usia 10 - 19 tahun. Remaja merupakan usia pertumbuhan baik pada fisik, daya berfikir, dan cara bersosial (Pratama & Sari, 2021). Sejalan dengan Khaira (2022) remaja adalah tahap perkembangan dari masa anak - anak dan dewasa, hal ini terkait perubahan biologis, kognitif, serta sosial-emosional). Sedangkan pendapat Fahrizqi et al., (2021) masa remaja adalah periode yang unik karena tanda perkembangannya tidak seperti pada tahap perkembangan yang lain dalam kehidupan. Karakteristik remaja menurut Pratama & Sari (2021);

1. Perkembangan fisik, remaja mengalami perubahan terkait keadaan tubuhnya, meningkat mencapai kekuatan yang maksimal jika mereka menggunakan otot-ototnya, demikian juga kemampuan dalam belajar keterampilan gerak.
2. Kognitif, remaja sudah mulai berfikir logis, sudah bisa menyusun rencana dalam memecahkan masalah secara sistematis.
3. Afektif, remaja menuju perkembangan fisik dan mental, serta mempunyai keinginan baru akibat dari perubahan pada tubuhnya.
4. Psikomotor, kemampuan remaja berkembang sejalan dengan pertumbuhan ukuran tubuh, fisik, fisiologi.

C. Biopsikologi

Biopsikologi merupakan pendekatan yang berfokus pada menganalisis bagaimana aspek biologis mampu mempengaruhi individu dalam berperilaku. Menurut Diponegoro (2012) biopsikologi adalah ilmu pengetahuan yang berhubungan terkait studi tentang biologi dan perilaku. Biopsikologi juga meliputi tiga bagian penting, yaitu otak, neurotransmitter, dan sistem saraf, selain terkait pemahana tentang biologis, anatomi dan fisiologi (Damayanti et al., 2020,).

D. Humanistik

Humanistik merupakan pendekatan yang lebih menekankan untuk melihat pada bagaimana individu dalam membentuk dirinya dalam melakukan hal - hal yang positif (Kurdi, 2018). pendekatan yang terfokus pada pengalaman dan perilaku manusia, yang bertujuan untuk mencapai aktualisasi diri seseorang. Salah satu tokoh

pendekatan humanistik adalah Abraham Maslow. Abraham Maslow menjelaskan lima hierarki kebutuhan manusia, diantaranya kebutuhan akan fisiologis, akan rasa aman, akan sosial, ego, dan aktualisasi diri (Bari & Hidayat, 2022);

1. Kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan penting individu, untuk tetap bisa hidup. misalnya makanan, air, udara, tempat tinggal, pakaian, serta hubungan seks.
2. Kebutuhan rasa aman merupakan kebutuhan penting setelah kebutuhan di fisiologis. Manusia butuh perlindungan dari kejahatan supaya hidup terasa aman dan nyaman.
3. Kebutuhan sosial merupakan keinginan untuk merasa memiliki serta diakui oleh orang lain agar diterima di sekitarnya. Kebutuhan itu muncul karena manusia perlu berinteraksi dengan orang lain.
4. Kebutuhan ego merupakan hal penting dalam mencapai tingkat yang lebih tinggi. Manusia berupaya untuk mencapai reputasi dan status yang lebih baik. Manusia mempunyai dorongan yang kuat dalam meraih prestasi lebih dari orang lain serta untuk dirinya sendiri.
5. Kebutuhan aktualisasi diri merupakan keinginan seseorang untuk menjadi yang paling terbaik sesuai dengan potensi dan kemampuannya merupakan suatu kebutuhan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) sebagai pendekatan utama. Metode SLR memungkinkan peneliti melakukan tinjauan dan identifikasi jurnal secara sistematis dengan mengikuti tahapan atau protokol tertentu di setiap fase penelitian (Kitchenham et al., 2009). Pendekatan ini dilakukan secara terstruktur untuk menyeleksi jurnal, buku dan referensi lainnya yang relevan, sesuai dengan prosedur dalam metode SLR. Tahapan SLR diawali dengan merumuskan *Research Question* (RQ), yakni pertanyaan penelitian yang disusun berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan sebelumnya. Dalam penelitian ini, RQ yang diajukan adalah: "Bagaimana perilaku agresif pada remaja dijelaskan melalui pendekatan biopsikologi dan humanistik?" Untuk menjawab pertanyaan tersebut, dilakukan pencarian literatur yang relevan sebagai sumber referensi. Proses pencarian jurnal dilakukan melalui beberapa basis data seperti Google Scholar, Sinta dan PubMed.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pencarian data dilakukan melalui tiga database jurnal elektronik dengan kata kunci yang digunakan meliputi "perilaku agresif", "remaja", "biopsikologi", dan

“pendekatan humanistik”. Dari proses pencarian tersebut, ditemukan sebanyak 8 jurnal yang relevan dan sesuai dengan topik penelitian.

Tabel 1. Hasil Review Jurnal Penelitian

No	Judul	Penulis	Metode	Hasil Penelitian
1.	Serotonin and impulsive aggression	(Coccaro et al., 2015)	<i>Systematic Literature Review</i>	Aktivitas serotonin yang rendah, khususnya di area otak seperti korteks prefrontal ventromedial dan amigdala, berkorelasi dengan perilaku agresif impulsif. Individu dengan gangguan impulsif-agresif menunjukkan disregulasi sistem serotonin, ditandai dengan penurunan reseptor atau transporter serotonin
2.	Testosterone and aggressive behavior in man	(Batrinos, 2012)	<i>Systematic Literature Review</i>	Testosteron memiliki korelasi moderat dengan perilaku agresif, terutama dalam konteks dominasi sosial dan respons terhadap provokasi. Agresi tidak semata-mata dipicu oleh kadar testosteron tinggi, melainkan juga

				dipengaruhi oleh interaksi antara hormon dan faktor lingkungan serta psikologis. Testosteron mempengaruhi struktur otak seperti amigdala dan korteks prefrontal, yang berperan dalam regulasi emosi dan impuls.
3.	The Modulatory Role of Serotonin on Human Impulsive Aggression	(Cunha-Bang & Knudsen, 2021)	<i>Systematic Literature Review</i>	Penurunan kadar serotonin (5-HT) di otak dikaitkan dengan peningkatan perilaku agresif impulsif. Peran Obat Serotonergik: meningkatkan aktivitas serotonergik, seperti selective serotonin reuptake inhibitors (SSRIs), dapat mengurangi perilaku agresif pada individu dengan gangguan tertentu.
4.	Serotonergic Contributions to Human Brain Aggression Networks.	(Klasen et al., 2019)	Eksperimental dengan desain double-blind, cross-over, placebo-controlled.	penurunan kadar serotonin dalam otak (melalui metode Acute Tryptophan Depletion/ATD) menyebabkan melemahnya konektivitas antara amigdala dan area frontal otak yang

				bertanggung jawab atas kontrol emosi dan impuls. Akibatnya, individu menjadi lebih rentan terhadap perilaku agresif impulsif
5.	Aggression in Women: Behavior, Brain and Hormones	(Denson et al., 2018)	<i>Systematic Literature Review</i>	Perempuan cenderung mengekspresikan agresi secara tidak langsung, seperti melalui perilaku sosial negatif, daripada agresi fisik. Aktivitas otak dan fluktuasi hormon seperti estrogen dan progesteron memengaruhi tingkat agresi mereka. Dalam situasi provokasi yang kuat, perempuan juga bisa menunjukkan agresi fisik, sehingga perbedaan agresi antara laki-laki dan perempuan menjadi lebih kecil. Agresi pada perempuan dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara faktor biologis dan lingkungan sosial.
6.	Is testosterone linked to human aggression? A meta-analytic examination of the relationship between baseline,	(Geniole et al., 2020).	Meta - analisis	menunjukkan bahwa testosteron berhubungan dengan agresi, namun hubungannya lemah dan kontekstual. Testosteron basal

	dynamic, and manipulated testosterone on human aggression			memiliki korelasi kecil dengan agresi ($r = 0,054$), lebih kuat pada pria. Perubahan testosteron akibat situasi sosial menunjukkan hubungan lebih besar ($r = 0,108$), terutama pada pria. Sementara itu, pemberian testosteron secara eksogen tidak berpengaruh signifikan terhadap agresi ($r = 0,046$).
7.	Pendekatan eksistensial-humanistik berbasis nilai budaya kesenian pencak silat dalam mereduksi perilaku agresif	(Haryanti., 2018).	Kajian literatur atau studi konseptual	Salah satu cara untuk mereduksi perilaku agresif adalah dengan mengikuti kesenian bela diri pencak silat, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Pencak silat mengandung nilai-nilai budaya penting sebagai warisan budaya Indonesia, serta berfungsi sebagai pendidikan bagi remaja, ilmu bela diri untuk perlindungan diri, dan olahraga yang bermanfaat bagi kesehatan.
8.	Perilaku agresif Siswa dari keluarga broken home	(Pratama et al., 2016).	Penelitian deskriptif kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku agresif siswa berada pada tingkat

				rata-rata dengan variasi bentuk agresi berupa agresi fisik (memukul, menendang), agresi verbal (mengumpat, mengancam), dan perusakan properti (merusak barang-barang milik orang lain).
--	--	--	--	---

1. Pendekatan Biopsikologi

Biopsikologi merupakan pendekatan yang berfokus pada menganalisis bagaimana aspek biologis mampu mempengaruhi individu dalam berperilaku. Biopsikologi meliputi tiga bagian penting, yakni otak, neurotransmitter, serta sistem saraf, selain pemahaman tentang proses biologis, anatomi serta fisiologi (Damayanti et al., 2020,). Yanizon & Sesriani (2019) perilaku agresif merupakan tindakan untuk menyakiti atau mencederai orang lain atau bahkan menghancurkan benda dengan kesengajaan baik fisik maupun psikis. Perilaku agresif yaitu sebagai ungkapan emosi dari kegagalan individu yang ditunjukkan dengan merusak barang atau orang dengan diikuti unsur sengaja yang diekspresikan melalui perkataan dan dengan tindakan (Susantyo, 2016). Agresif merupakan perilaku yang dilakukan individu yang bisa menyebabkan luka secara baik fisik ataupun secara psikologis pada orang lain atau bahkan mengakibatkan merusak benda (Putri, 2019). Khaninah & Widjanarko (2016) berpandangan bahwa perilaku agresif merupakan perilaku negatif yang disebabkan adanya rangsangan, dan rangsangan yang berasal dari lingkungan seringkali dampaknya lebih besar.

Perilaku agresif disebabkan oleh genetik, neurotransmitter, otak, dan hormon. Genetik berperan penting. Penelitian yang dilakukan oleh (Rhee & Waldman, 2002) menunjukkan bahwa individu dengan riwayat keluarganya memiliki masalah agresif lebih cenderung menunjukkan perilaku serupa, menunjukkan adanya komponen hereditas dalam agresi. Selain itu, neurotransmitter seperti serotonin dan dopamin berkontribusi secara signifikan terhadap perilaku agresif. Rendahnya kadar serotonin telah dikaitkan dengan impulsivitas dan peningkatan kecenderungan untuk berperilaku agresif, karena serotonin berfungsi dalam pengaturan emosi (Coccaro et al., 2015). Serotonin yang rendah akan memicu munculnya perilaku agresif, menyebabkan berkurangnya

kontrol terhadap impuls dan emosi, sehingga meningkatkan risiko respons agresif yang cepat dan tidak terkendali, terlepas dari jenis kejahatan dan masalah kesehatan mental (Cunha-Bang & Knudsen, 2021).

Dopamin terlibat dalam motivasi, penghargaan, dan regulasi emosi. Dopamin sering disebut sebagai "neurotransmitter penghargaan" karena perannya dalam sistem penghargaan otak. Dalam hal ini dopamin dalam motivasi dan respons terhadap ancaman, yang secara langsung berhubungan dengan perilaku agresif. Ketika otak menghadapi situasi yang dianggap berbahaya atau menantang, dopamin dilepaskan untuk meningkatkan kewaspadaan dan mempercepat reaksi (Koob & Volkow, 2010). Struktur otak juga penting dalam memahami perilaku agresif. Amigdala, yang terlibat dalam pengolahan emosi, sering menunjukkan aktivitas berlebihan pada individu dengan perilaku agresif, memicu reaksi emosional yang kuat (Davidson et al., 2000). Di sisi lain, di bagian prefrontal korteks terlebih di korteks prefrontal orbital dan korteks ventral media yang bersebelahan memiliki peran dalam mengatur perilaku agresif, apabila di area ini mengalami dapat mengurangi kemampuan individu untuk mengekang dorongan agresif, sehingga meningkatkan risiko tindakan agresif (Andri & Kusumawardhani, 2007). Hubungan antara aktivitas amigdala dan korteks prefrontal menjadi kunci dalam memahami mengapa beberapa individu lebih mudah terpicu untuk berperilaku agresif. Sejalan dengan penjelasan Klasen et al., (2019) bahwa serotonin yang diturunkan secara eksperimental menggunakan metode *Acute Tryptophan Depletion (ATD)*, yang menurunkan produksi serotonin di otak, dan menunjukkan bahwa kadar serotonin yang rendah membuat konektivitas antara amigdala dan area frontal otak menjadi lemah, sehingga kontrol terhadap emosi menjadi terganggu dan perilaku agresif lebih mudah muncul.

Hormon testosteron juga mendorong munculnya perilaku agresif. Perilaku agresif cenderung muncul bukan karena testosteron secara tunggal, melainkan ketika kadar testosteron berubah secara kontekstual, misalnya dalam situasi kompetitif, ancaman, atau tekanan sosial, dan biasanya berinteraksi dengan faktor psikologis seperti kemarahan atau impulsivitas (Geniole et al., 2020). Testosteron penting dalam membangkitkan perilaku di pusat otak yang terlibat dalam agresi (Batrinos, 2012). Selain itu perilaku agresif pada laki - laki dan perempuan memiliki perbedaan. Seperti hasil penelitian dari Denson et al., (2018) bahwa Perempuan cenderung agresif secara tidak langsung, dipengaruhi oleh hormon dan lingkungan. Dalam situasi provokatif, mereka juga bisa menunjukkan agresi fisik.

2. Pendekatan Humanistik

Humanistik merupakan pendekatan yang lebih menekankan untuk melihat pada bagaimana individu dalam membentuk dirinya untuk melakukan hal - hal

yang positif (Kurdi, 2018). Tokoh pendekatan humanistik salah satunya adalah Abraham Maslow. Abraham Maslow menjelaskan lima hierarki kebutuhan manusia, diantaranya kebutuhan fisiologis, akan rasa aman, akan sosial, akan ego, dan aktualisasi diri (Bari & Hidayat, 2022). Perilaku agresif pada remaja muncul ketika kebutuhan dasar individu, seperti kebutuhan fisiologis, akan rasa aman, cinta, dan penghargaan, tidak terpenuhi.

Remaja merupakan tahapan perkembangan yang sangat perlu diperhatikan oleh keluarga terutama ibu dan ayah. Pada tahap remaja mereka membutuhkan rasa kasih sayang dan perhatian dari keluarga terutama ibu dan ayah. Apabila mereka tidak mendapat rasa kasih sayang dan perhatian, remaja akan melakukan tindakan agar diperhatikan oleh orang tuanya, salah satu tindakan tersebut adalah dengan berperilaku agresif. Perilaku agresif pada remaja merupakan perilaku yang muncul diakibatkan oleh rasa cemas yang bersumber dari unsur manusia, yang disebabkan oleh sedikitnya hubungan yang memiliki dengan orang lain, serta tidak mampu untuk mengaktualkan dirinya sebagai manusia (P., 2018). Keluarga menjadi salah satu yang menyebabkan remaja melakukan perilaku agresif (Pratama et al., 2016). Remaja ketika mengalami ketidaknyamanan dalam berteman, seperti halnya di bully, remaja akan berperilaku agresif untuk mendapatkan kebutuhan ego akan harga dirinya dan mempertahankan diri. Perkataan yang menyakitkan secara tiba-tiba dapat menimbulkan perilaku agresif terhadap lawan demi menjaga harga dirinya (Rahmawati & Asyanti, 2017).

KESIMPULAN DAN SARAN

Gabungan pendekatan biopsikologi dan humanistik memberikan gambaran yang lebih holistik mengenai perilaku agresif pada remaja. Pendekatan biopsikologi memberikan dasar ilmiah dari aspek neurobiologis, Perilaku agresif disebabkan oleh genetik, neurotransmitter, otak, dan hormon. Individu dengan riwayat keluarganya memiliki masalah agresif lebih cenderung menunjukkan perilaku serupa, menunjukkan adanya komponen hereditas dalam agresi, serta dengan rendahnya kadar serotonin cenderung untuk berperilaku agresif, karena serotonin berfungsi dalam pengaturan emosi. Sedangkan pendekatan humanistik menekankan aspek psikososial dan kebutuhan individu. Pada tahap remaja sangat membutuhkan akan kasih sayang serta perhatian dari keluarga. Apabila mereka tidak mendapat rasa kasih sayang dan perhatian, remaja akan melakukan tindakan agar diperhatikan oleh orang tuanya, salah satu tindakan tersebut adalah dengan perilaku agresif. Kebutuhan ego akan harga diri pada remaja muncul ketika diperlakukan dengan tidak menyenangkan dengan perilaku agresif. Implikasi penelitian ini dapat digunakan untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam

mengatasi perilaku agresif pada remaja dengan mempertimbangkan kedua aspek tersebut.

Berdasarkan hasil yang sudah dipaparkan dapat diuraikan terkait saran yakni diperlukan pendekatan yang holistik dalam upaya pencegahan dan penanganannya. Intervensi yang diterapkan sebaiknya tidak hanya berfokus pada aspek biologis seperti regulasi neurotransmitter atau hormon, tetapi juga harus mempertimbangkan faktor psikososial dan pengalaman subjektif remaja dalam kehidupannya sehari-hari. Keluarga, khususnya orang tua, memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk kestabilan emosi remaja. Di sisi lain, institusi pendidikan juga perlu mengambil peran aktif dalam menyediakan program pembelajaran yang mendukung pengembangan keterampilan sosial dan kemampuan regulasi emosi. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas kajian mengenai perilaku agresif pada remaja dengan mengintegrasikan lebih banyak pendekatan psikologi lainnya, seperti psikologi sosial, kognitif, atau psikodinamika, agar memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Andri, & Kusumawardhani, A. (2007). Neurobiologi gangguan kepribadian ambang: pendekatan biologis perilaku impulsif dan agresif. *Maj Kedokt Indon*, 57(4).
- Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh video edukasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja awal tentang kesehatan reproduksi. *Jurnal Menara Medika*, 5(1), 109-120.
- Bari, A., & Hidayat, R. (2022). Teori hirarki kebutuhan Maslow terhadap keputusan pembelian merek gadget. *MOTIVASI Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 7, 8-14.
- Batrinis, M. L. (2012). Testosterone and aggressive behavior in man. *International Journal of Endocrinology & Metabolism*, 10(3), 563-568.
- Coccaro, E. F., Fanning, J. R., Phan, K. L., & Lee, R. (2015). Serotonin and impulsive aggression. *CNS Spectrums*, 20(3), 295-302. 10.1017/S1092852915000310
- Cunha-Bang, S. d., & Knudsen, G. M. (2021). The Modulatory Role of Serotonin on Human Impulsive Aggression. *Biological Psychiatry*, 90(7), 447-457. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2021.05.016>
- Damayanti, E., Alamsyah, N., Jamilah, & Taufiq, A. U. (2020). Penggunaan warna terhadap memori jangka pendek: pendekatan biopsikologi dalam pembelajaran. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 10, 99-112.

- Davidson, R. J., Jackson, D. C., & Kalin, N. H. (2000). Emotion, plasticity, context, and regulation perspektif from affective neuroscience. *Psychological Bulletin*, 126(6), 890-909.
- Denson, T. F., O'Dean, S. M., Blake, K. R., & Beames, J. R. (2018). Aggression in Women: Behavior, Brain and Hormones. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 12(81), 1-20. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2018.00081>.
- Diponegoro, A. M. (2012). Peran biopsikologi untuk bimbingan konseling. *PSIKOPEDAGOGIA*, 1, 1-10
- Ekayanti, E., Margono, H. M., & Nihayati, H. E. (2020). Peningkatan keterampilan sosial dan harga diri rema retardasi mental ringan melalui modeling partisipan teman sebaya. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11, 43-50.
- Fahrizqi, E. B., Agus, R. M., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2021). The learning motivation and physical fitness of University students during the implementation of the new normal covid-19 pandemic. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 6(1), 88-100.
- Ferdiansa, G., & S., N. (2020). Analisis perilaku agresif siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5, 8-12.
- Geniole, S. N., Bird, B. M., McVittie, J.S. S., Purcell, R. B., Archer, J., & Carré, J. M. (2020). Is testosterone linked to human aggression? A meta-analytic examination of the relationship between baseline, dynamic, and manipulated testosterone on human aggression. *Hormones and Behavior*, 123, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2019.104644>.
- Haryanti., F. P. (2018). Pendekatan eksistensial-humanistik berbasis nilai budaya kesenian pencak silat dalam mereduksi perilaku agresif. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling)*, 2, 104-112.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (edisi kelima)* (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Isnaeni, P. (2021). Konformitas terhadap perilaku agresif pada remaja. *Psikoborneo Jurnal Imiah Psikologi*, 9, 121-128.
- Khaira, W. (2022). Kemunculan perilaku agresif pada usia remaja. *Jurnal Intelektualita*, 11, 99-122.
- Khaninah, A. N., & Widjanarko, M. (2016). Perilaku agresif yang dialami korban kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 151-160.
- Klasen, M., Wolf, D., Eisner, P. D., Eggermann, T., Zerres, K., Zepf, F. D., Weber, R., &

EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies

Vol 5 No 2 (2025) 1035 - 1049 P-ISSN 2774-5058 E-ISSN 2775-7269

DOI: 47467/eduinovasi.v5i2.8164

- Mathiak, K. (2019). Serotonergic Contributions to Human Brain Aggression Networks. *Frontiers in Neuroscience*, 13(42), 1-11. <https://doi.org/10.3389/fnins.2019.00042>.
- Koob, G. F., & Volkow, N. D. (2010). Neurocircuitry of addiction. *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 6, 23-36.
- Kurdi, M. S. (2018). Evaluasi implementasi desain pendidikan karakter berbasis pendekatan humanistik. *Elementary*, 4, 125-138.
- Malau, T. F., Sinaga, Y. L., Silitonga, R. L., Padang, S. A., Gultom, H. S., & Widiastuti, M. (2023). Studi kasus peserta didik yang bertingkah laku agresif di salah satu sekolah SMA. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 1(1), 15-24.
- Mamik, & Islamarida, R. (2022). Analisis perilaku agresif pada remaja di Depok Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 11, 135-141. *Neuropsychopharmacology*, 35, 217.
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). Karakteristik perkembangan remaja. *Edukasimu.org*, 1(3), 1-9.
- Pratama, R., Syahniar, & Karneli, Y. (2016). Perilaku agresif Siswa dari keluarga broken Home. *Konselor*, 5, 238-245.
- Putri, A. F. (2019). Konsep prilaku agresif siswa. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(1), 28-32.
- Rahmawati, A., & Asyanti, S. (2017). Fenomena perilaku agresif pada remaja dan penanganan secara psikologis. *Prosiding*, 1-10.
- Rangga, & Bayu, K. (2023, September 14). Pandeglang teratas kasus kekerasan seksual anak- perempuan di Banten. *ANTARA News*. <https://www.antaraneews.com/berita/3727104/pandeglang-teratas-kasus-kekerasan-seksual-anak-perempuan-di-banten>.
- Rhee, S. H., & Waldman, I. D. (2002). Genetic and environmental influences on antisocial behavior: a meta-analysis of twin and adoption studies. *Psychological Bulletin*, 128(3), 490-529.
- Sa'adah, N. L., & Ariana, A. D. (2022). Hubungan antara Menonton Film Kekerasan dengan

EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies

Vol 5 No 2 (2025) 1035 - 1049 P-ISSN 2774-5058 E-ISSN 2775-7269

DOI: 47467/eduinovasi.v5i2.8164

Agresivitas pada Remaja Awal. *BRPKM Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1), 31-36.

Subqi, I. (2019). Perilaku agresif remaja dalam tinjauan pola asuh keagamaan orang tua di Desa Baleadi Pati. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 186-214.

Susantyo, B. (2016). Faktor - faktor determinan penyebab perilaku agresif remaja di permukiman kumuh di kota Bandung. *SOSIO KONSEPSIA*, 6(1), 1-17.

Verhoeven, M., Poorthuis, A. M. G., & Volman, M. (2019). The role of school in adolescents' identity development. a literature review. *Educational Psychology Review*, 31, 35-63.

Wulandari, P., & Wahyudi, A. (2023). Analisis bibliometrik perilaku agresif remaja di Indonesia tahun 2019-2023. *PROSIDING*, 1520-1528.

Yanizon, A., & Sesriani, V. (2019). Penyebab munculnya perilaku agresif pada remaja.

Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020). Analisis perilaku agresif pada remaja di sekolah menengah pertama. *Journal Health of Studies*, 4, 38-45.