

## Colouring activities untuk mereduksi agresivitas pada siswa kelas 3 SD

**Najwa Maharani Zahra**

Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat

**Tiara Marsela Triyani**

Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat

**Syifa Aryani**

Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat

**Harta Prima Meza**

Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat

**Muhammad Firly**

Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat

Naskah masuk:  
29-Mei-2024

Naskah diterima:  
25-Juni-2024

Korespondensi:  
najwamaharanzahra  
@gmail.com

**Abstract:** *The research design used in this study was two-group posttest design. The population in this study were 3rd grade students in one of the public elementary schools in Padang City. The sample in this study amounted to 30 people in which, the sample was divided into two groups, namely the coloring and non-coloring groups, so that it was obtained in one group of 15 samples. The analysis techniques used include normality test, homogeneity test and hypothesis testing using t-test, where the results are processed using the JASP 16.0 application. The results obtained are that there is a significant difference in aggression levels between classes given coloring activities and classes that are not given coloring activities because the p value = 0.001.*

**Keywords:** *colouring, activities, aggression, experiment.*

**Abstrak:** Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *two-group posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 3 SD di salah satu SD negeri di Kota Padang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 orang yang dimana, sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok *colouring* dan *non colouring*, sehingga didapatkan dalam satu kelompok berjumlah 15 orang sampel. Teknik analisis yang digunakan meliputi uji normalitas, uji homogenitas dan uji hipotesis dengan menggunakan t-test, dimana hasil diolah menggunakan aplikasi JASP 16.0. Hasil yang didapatkan yaitu terdapat perbedaan tingkat agresivitas yang signifikan antara kelas yang diberikan *colouring activities* dan kelas yang tidak diberikan *colouring activities* dikarenakan nilai  $p < 0,001$ .

**Kata kunci:** *colouring, activities, agresifitas, eksperimen.*

### Pendahuluan

Rata-rata usia siswa kelas 3 SD adalah 7 hingga 10 tahun, pada usia 7 hingga 8 tahun anak sudah dapat menginternalisasikan perasaan bangga dan malu terhadap suatu hal, anak dapat mengungkapkan secara verbal konflik yang muncul (Merianti dan Nuine, 2018). Anak usia 9 sampai 10 tahun akan mampu mengelola ekspresi emosi yang ditemuinya dalam lingkungan sosial dan mampu merespons ekspresi emosi orang lain (Ilham, 2020). Pada

masa ini, anak juga sudah bisa menyesuaikan perasaan takut, marah, dan sedihnya. Anak akan memahami apa yang membuat mereka takut, marah, atau sedih sehingga mereka bisa belajar cara mengatasinya

Setiap anak memiliki kepribadian dan perkembangan yang berbeda beda. Dalam perjalanan perkembangan tidak jarang anak melakukan perilaku yang tidak sesuai dari keadaan sosial (Putri & Cahyanti, 2021). Perilaku tersebut mereka lakukan untuk

mencapai tujuan yang mereka inginkan (Buss dan Perry, 1992 dalam (Sentana & Kumala, 2017)). Perilaku yang mereka lakukan seperti menyerang orang lain, tidak akur dengan teman, tidak patuh akan aturan, dan mengucapkan kata atau perilaku yang tidak baik.

Perilaku yang tidak sesuai itu disebut dengan perilaku agresif (Nugraha, 2020). Faktor yang menyebabkan anak berperilaku agresif yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan sekolahnya yang sangat berpengaruh besar terhadap pembentukan karakter anak. Tingginya konflik anak dilingkungan keluarga dan sekolah mampu mempengaruhi anak berperilaku agresif. Perilaku agresif pada anak dapat menghambat perkembangan anak tersebut, serta dapat berpengaruh pada akademis anak disekolah. Perilaku agresif dapat berdampak buruk pada prestasi akademik dan kehidupan bersosial anak (Ashidiq, 2019). Banyak hal yang dapat kita lakukan untuk mereduksi perilaku agresif tersebut, salah satunya adalah dengan cara melakukan kegiatan *colouring activities*.

Kegiatan mewarnai secara tidak langsung menjadi aspek perkembangan sosial dan emosi untuk anak, dikarenakan anak dapat mengekspresikan aspek tersebut melalui warna. Saat mewarnai, anak sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan kepribadiannya (Setyohadi, 2018). Selain itu warna juga dapat memberikan efek tersendiri bagi anak, ada warna yang dapat memberikan rasa nyaman, tenang, dan semangat yang tentunya berimbas pada emosi anak tersebut. Kegiatan mewarnai juga melatih anak untuk bersabar menyelesaikan tugasnya, dan melatih kepercayaan pada diri sendiri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ullathifah (2017) *colouring activities* efektif dalam mereduksi stress sekolah pada anak kelas 4-6 SD. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Alavinezhad, Mousavi, & Sohrabi (2014), anak yang menjalani art therapy menunjukkan penurunan kemarahan dan perilaku agresif secara signifikan. Penelitian lain juga dilakukan oleh Wijaya & tirta (2018) menunjukkan bahwa pendekatan art therapy dapat menurunkan agresivitas pada anak periode

*middle childhood*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wallin dan Duur (2002) diketahui bahwa aktivitas menggambar dapat meningkatkan kemampuan belajar sosial dan emosional pada anak (dalam Mukhtar dkk 2006).

Kegiatan mewarnai dapat menstimulasi banyak aspek (Tilong, 2019). Pertama, untuk aspek perkembangan fisik motorik, melalui kegiatan mewarnai. Chani (dalam Wahdini, dan Ruqoyyah, 2019) berpendapat bahwa kegiatan mewarnai dapat menstimulasi kemampuan berkoordinasi, dalam kegiatan ini diperlukan kerja sama antara mata dengan tangan. kedua, untuk aspek perkembangan kognitif, Permendikbud No 137 Tahun 2014 memberikan petunjuk indikator keberhasilan kognitif anak, yaitu mengklasifikasikan benda berdasarkan ukuran, fungsi, bentuk, dan warna. ketiga, aspek perkembangan sosial dan emosi pada kegiatan mewarnai, secara tidak langsung anak berekspresi melalui warna. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti seberapa efektif *colouring activities* dapat mereduksi agresivitas pada masa kanak-kanak. Dalam penelitian ini peneliti ingin melihat efektivitas *colouring activities* untuk mereduksi agresivitas pada siswa kelas 3 SD”.

## Metode

Variabel dalam penelitian ini ada dua, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Dimana variabel dalam penelitian ini adalah: 1) variabel bebas (X): *colouring activities*, 2) variabel terikat (Y): agresivitas. Metode pada penelitian ini adalah penelitian eksperimen yang dimana dalam penelitian eksperimen ini menggunakan *two-group posttest design*, untuk mengetahui perbedaan antara group yang di berikan *colouring activities* dengan group yang tidak diberikan *colouring activities*. Pada penelitian ini peneliti berupaya mengungkap data aktivitas menggambar pada siswa kelas tiga SD dan pengaruhnya terhadap agresi, data dan fenomena tersebut kemudian dianalisis dan ditarik kesimpulan.

Penelitian ini juga menggunakan penelitian lapangan (*field research*), yaitu peneliti turun

langsung ke dalam lingkungan subjek penelitian agar mendapatkan data-data yang dibutuhkan dalam penelitian. Penelitian ini tentunya melibatkan beberapa siswa kelas 3 SD dari umur 7-10 tahun. Dalam desain penelitian eksperimen dalam menentukan sampel menggunakan 15 elemen perkelompok. Pada penelitian ini terdapat populasi sebanyak 136 siswa yang dibagi menjadi 5 kelas, yang dimana pada penelitian ini akan di gunakan sebanyak 2 kelas, sehingga jumlah sample pada penelitian ini yaitu sebanyak 30 siswa.

Total sampel pada penelitian ini yaitu 30 siswa. Teknik pengambilan sampel yang peneliti gunakan adalah *non probability sampling*, yaitu *purposive sampling* dengan memperhatikan karakteristik antara dua kelompok (*matching and blocking sample*). Alasan mengapa penelitian ini mengambil sampel kelas 3 SD adalah anak berumur 7 hingga 10 tahun, pada usia ini anak sudah dapat menginternalisasikan perasaan bangga dan malu terhadap suatu hal. Anak dapat mengungkapkan secara verbal konflik yang muncul. Pada tahap ini, anak semakin memahami emosi dirinya sendiri dan orang lain (Merianti dan Nuine, 2018).

Penelitian ini dilaksanakan sebanyak dua kali, hal ini bertujuan agar tercapainya keefektivitasan dari *colouring activities*. Pada setiap pertemuan peneliti akan membandingkan antara 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan eksperimen. Pada kelompok eksperimen diberikan *colouring activities* sedangkan, pada kelompok kontrol hanya diberikan pembelajaran. Berbagai peralatan yang digunakan adalah krayon dan kertas bergambar (Sugiyono, 2011). Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi yang merupakan pengamatan langsung terhadap objek penelitian dengan tujuan untuk mengetahui lebih jauh tentang kegiatan yang dilakukan. Metode observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan mengamati dan mencatat secara sistematis aktivitas melukis serta pengaruhnya terhadap agresivitas anak.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan JASP 16.0 dalam mengolah data untuk

mengetahui normalitas, asumsi homogenitas, dan uji test dari agresivitas yang di berikan *colouring* dan tidak diberikan *colouring activities*.

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Penelitian ini dilaksanakan sebanyak dua kali dimana dengan satu kelompok *colouring* dan satu kelompok control. Pada hari pertama di kelas A, peneliti memasuki ruang kelas dan melakukan observasi terhadap subjek yang sedang mendengarkan gurunya mengajar. Setelah 30 menit melakukan observasi subjek di berikan kertas yang berisi gambar untuk diberi warna sesuai dengan kreatifitas subjek. Sedangkan pada kelas B, peneliti hanya melakukan observasi terhadap agresivitas yang terjadi pada subjek.

Pada hari kedua di kelas A, peneliti masih melakukan kegiatan yang sama seperti hari pertama. Peneliti memasuki ruang kelas dan melakukan observasi terhadap subjek yang sedang mendengarkan gurunya mengajar. Setelah 30 menit melakukan observasi subjek di berikan kertas yang berisi gambar untuk diberi warna sesuai dengan kreatifitas subjek. Sedangkan pada kelas B, peneliti juga masih melakukan kegiatan yang sama seperti pada hari pertama. Peneliti hanya melakukan observasi terhadap agresivitas yang terjadi pada subjek.

### Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan Shapiro Wilk test untuk uji normalitas dari data yang didapatkan. Hasil analisis didapatkan  $W = .928$ ,  $p = .251$ ) pada data *non colouring* dan  $W = 0.940$ ,  $p = .386$  pada data *colouring*. dari hasil tersebut dapat peneliti bisa menarik kesimpulan bahwa kedua data tersebut terdistribusi secara normal.

### Uji Hipotesis

#### Uji T-test

Berdasarkan analisis yang dilakukan, didapatkan hasil analisis uji T tidak berpasangan dan dapat di tarik kesimpulan dari data yang telah di analisis bahwa terdapat adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok

yang di beri *colouring activities* dengan data yang jika dijabarkan adalah (Mean = 40,00 SD=9.820) dengan kelompok yang tidak diberi *colouring activities* dengan data yang dijabarkan adalah (Mean = 111,7 SD=7.943)  $t(28) = 21.976$ ,  $p = < 0,001$ ,  $d = 8.025$ .

### Pembahasan

Agresifitas terbagi atas 3 aspek, yaitu aspek fisik, aspek verbal serta aspek merusak harta benda (Atkinson 1999). Dimana aspek fisik cenderung menggunakan kekerasan fisik dalam melampiaskan kemarahan dan emosi yang muncul dari dalam diri dan itu ditujukan kepada individu lain, seperti memukul, menampar, menendang. Aspek verbal ditunjukkan individu dalam bentuk pelaksanaan atau ucapan terhadap individu lain yang dianggap tidak menyenangkan, seperti mencaci maki, umpatan, menghina, berkata kasar. Sedangkan, aspek merusak harta benda diwujudkan dalam bentuk pengerusakan harta benda milik individu lain dan secara tidak langsung melukai individu yang menjadi korban dalam bentuk kerugian, seperti melempar, menendang, dan menghancurkan benda-benda di sekitar.

Sebelum dilakukannya *colouring activities* seluruh perilaku itu muncul, yang dimana bisa dikatakan perilaku yang muncul tersebut termasuk dalam kategori tingkat agresivitas yang tinggi pada 15 anak tersebut. Namun setelah dilakukannya *colouring activities* dapat dilihat penurunan tingkat agresivitas pada 15 anak menurun, yaitu berkurangnya perilaku perilaku yang tidak diinginkan tadi. Pada penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat agresifitas antara kelas yang diberikan kegiatan mewarnai dan kelas yang tidak diberikan kegiatan mewarnai. Penelitian memiliki peran penting dalam pendekatan untuk mereduksi perilaku agresif pada anak.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat

disimpulkan bahwa, terdapat perbedaan tingkat agresifitas yang signifikan antara kelas yang diberikan *colouring activities* dan kelas yang tidak diberikan *colouring activities*. Kelebihan pada penelitian ini yaitu belum adanya peneliti yang meneliti *colouring activities* untuk mereduksi agresifitas.

### Daftar Rujukan

- Alavinezhad, R., Mousavi, M. & Sohrabi, N. (2014). Effects of art therapy on anger and self-esteem in aggressive children. *Procedia – Social and Behavioral Science*, 113(5), 111-117.
- Atkinson, R. (1999). Pengantar Psikologi. Jakarta: Erlangga.
- Bambang, R. M., & Kp, S. (2010). Pengaruh Warna Terhadap Kamar Tidur Anak. *Teknik Sipil Dan Perencanaan*, 12(1), 79–90.
- Fadhilah, N. (2014). *Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Melalui Kegiatan Mewarnai di Kelompok B TK KKLKMD Sedyo Rukun Bambanglipuro Bantul*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ilham. (2020). Perkembangan Emosi Dan Sosial Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Dasar*, 4(1), 162–180.
- lilia, & Djalali, M. A. (2014). Pola Asuh Otoriter, Intensitas Menonton Tayangan Kekerasan Dan Kecenderungan Agresif Anak Sekolah Dasar M. As'ad Djalali. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 176–182.
- Lubis, H. Z., Fadila, R., Mastina, M., Daulay, F., & Fadhilah, N. (2022). Stimulasi Kegiatan Mewarnai Untuk Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal PEMA Tarbiyah*, 1(1).  
<http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/pematarbiyah>.

- Marsari, H., Neviyarni, & Irdamurni. (2021). Perkembangan Emosi Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1816–1822.
- Nugraha, ahmad aldi. (2020). *Faktor Penyebab Perilaku Agresif Pada Peserta Didik Terhadap Guru dan Tenaga Kelas V di SD Negeri 2 Pakuan Agung Muara Sungkai Lampung Utara*. Universitas islam Negeri Raden Intan lampung.
- Putri, A. F. (2019). Konsep Perilaku Agresif Siswa. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(1), 28. <https://doi.org/10.23916/08416011>
- Putri, N. D. P., & Cahyanti, I. Y. (2021). Terapi Bermain untuk Menurunkan Perilaku Agresi pada Anak-anak di Pesantren X, Surabaya. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(3), 259–267. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i3.121>
- Schick, A., & Cierpka Manfred. (2016). Risk factors and prevention of aggressive behavior in children and adolescents. *PeDOSC*, 8(1), 90–109.
- Ullathifah, N. (2017). *Coloring Activities Untuk Mereduksi Stres Sekolah Pada Siswa SD*. Universitas Negeri Semarang.
- Wallin, K & Durr, M. (2002). Creativity an expressive art in social emotional learning. *Journal of Reclaiming Children and Youth*, 11(1).
- Wijaya & tirta (2018). penerapan art therapy dalam menurunkan perilaku agresi pada anak periode middle childhood di panti asuhan. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, (2)1, 395-403.