

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. *Anger issues* pada Peserta Didik

a. Pengertian *Anger Issues*

Menurut Lestari dkk (2021) *Anger issues* pada peserta didik merupakan kondisi emosional disfungsi yang ditandai dengan ledakan kemarahan berulang, tidak proporsional, dan sulit dikendalikan, yang mengganggu proses belajar, interaksi sosial, dan kesejahteraan psikologis di lingkungan sekolah. Fenomena ini sering kali memicu perilaku agresif seperti memukul, mengumpat, atau kurang menghormati guru, terutama pada masa remaja yang penuh gejolak emosi (*sturm und drang*). Teori manajemen kemarahan dari Novaco (1975) menjelaskan bahwa *anger issues* muncul dari interaksi stimulus pemicu, respons fisiologis, dan distorsi kognitif, yang relevan dengan konteks peserta didik di bawah tekanan akademik atau sosial.

Sedangkan pendapat ahli terbaru seperti dalam jurnal Sostech (2023) mendefinisikan *anger issues* sebagai kesulitan mengontrol kemarahan yang diekspresikan agresif, berkorelasi negatif dengan *self-control* dan keterampilan sosial. Jurnal Insight UNJ mengukur melalui indikator Spielberger (*Anger In*, *Anger Out*, *Anger Control*), sementara Pendidikan Dasar UNPAS menyoroti

ekspresi negatif pada siswa SD akibat tekanan emosional. Selain itu, menurut Kur'ani .dkk(2025) *Anger issues* pada peserta didik dapat dipahami sebagai kondisi ketika individu lebih mudah tersulut marah, sulit mengendalikan reaksi emosional, dan cenderung mengekspresikan kemarahan secara kurang adaptif, baik secara verbal maupun fisik. Dalam konteks remaja dan siswa, kemarahan yang tidak terkelola dapat memunculkan perilaku agresif, konflik sosial, dan gangguan hubungan dengan guru maupun teman sebaya. Beberapa sumber menjelaskan bahwa anger issue adalah masalah yang membuat seseorang menjadi lebih mudah marah kepada orang lain atau diri sendiri, dan bila dibiarkan dapat memicu kekerasan verbal maupun fisik serta merusak relasi sosial. Penelitian tentang siswa juga menunjukkan bahwa kemarahan berkaitan dengan agresivitas, seperti memukul, menendang, mengumpat, dan kurang menghormati guru.

Dalam konteks sekolah, remaja mengalami *anger issues* akibat transisi developmental, tekanan akademik, dan dinamika pergaulan, yang sering terdeteksi melalui pola ekspresi tidak adaptif seperti isolasi atau konflik interpersonal. Teori regulasi emosi Gross (2015) menekankan bahwa deteksi dini memerlukan pemantauan *antecedent-behavior-consequence* (ABC) marah untuk intervensi preventif di bimbingan konseling sekolah.

Anger issues didefinisikan sebagai kesulitan individu dalam mengontrol emosi marah yang diekspresikan secara agresif verbal atau fisik, sering kali disesali kemudian, sebagaimana dijelaskan Yasmine & Kurniawan (2021) dalam artikel Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental. Buku “*Effective Anger Management for Teens*” (Davis, 2024) menambahkan bahwa pada remaja, *anger issues* dipicu perubahan hormonal pubertas, tekanan akademik, dan konflik peer, dengan prevalensi 12-20% di kalangan siswa sekolah menengah, yang berkontribusi pada bullying dan penurunan prestasi. Dampaknya termasuk stres kronis, kecemasan, dan risiko depresi, di mana Riskesdas 2023 mencatat 12,5% remaja Indonesia menunjukkan gejala serupa, selaras dengan laporan KPAI (2024) yang menyebut 34% kekerasan anak terjadi di sekolah.

Pada konteks pendidikan Indonesia, *anger issues* menjadi akar *bullying* sebagai fenomena “*gunung es*” (Humas KPAI, 2024), di mana pelaku kurang empati dan manajemen emosi buruk (Mardayati, 2024). Buku “*The Anger Workbook for Teens, 2nd Edition*” (Redondo & de la Fuente, 2023) menguraikan *model state-trait anger*, dimana *state anger* bersifat sementara sementara *trait anger* kronis memerlukan deteksi dini melalui pola ekspresi harian. Tanpa intervensi, hal ini mengganggu kompetensi SEL dan meningkatkan *dropout* hingga 15% (BPS, 2024).

Dari pemaparan ahli diatas maka *anger issues* pada peserta didik adalah pola disfungsi emosional berulang yang berasal dari defisit regulasi emosi terhadap stressor sekolah, diekspresikan melalui agresi verbal/fisik, dan berdampak negatif pada prestasi serta relasi sosial.

b. Faktor-Faktor Penyebab *Anger issues*

Tjakrawiralaksana dan Carolina (2021) menjelaskan faktor penyebab *anger issues* pada peserta didik dapat berasal dari dalam diri maupun lingkungan.

1) Faktor internal

Faktor internal meliputi rendahnya regulasi emosi, kepribadian impulsif, rasa frustrasi, serta kemampuan berpikir yang kurang adaptif ketika menghadapi masalah.

2) Faktor Eksternal

Sementara itu, faktor eksternal mencakup konflik keluarga, tekanan teman sebaya, perlakuan yang dianggap tidak adil, serta situasi sekolah yang memicu stres. Literatur intervensi pada remaja menunjukkan bahwa kemarahan sering berkaitan dengan pengalaman interpersonal yang menegangkan dan ketidakmampuan merespons secara tenang.

Sedangkan pendapat Nova (2025) menjelaskan factor penyebab *anger issues* sebagai berikut:

1) Faktor internal

Faktor internal, mencakup elemen biologis dan psikologis dalam diri individu, seperti usia, jenis kelamin, pandangan terhadap lingkungan, serta gangguan emosional atau trauma masa kecil. Nova (2025) mengklasifikasikan faktor ini sebagai pendorong utama, termasuk dorongan naluri (*instinctual drive theory*) dan respons psikomatik terhadap stimulus internal.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal berasal dari lingkungan, seperti keluarga disfungsi, teman sebaya, pendidikan, dan sosial budaya. Menurut Nova (2025), elemen ini mencakup frustrasi dari interaksi sosial yang memicu agresi. Teori frustrasi-agresi menyatakan bahwa hambatan mencapai tujuan menghasilkan perilaku kekerasan, sementara teori belajar sosial (*social learning theory*) menjelaskan bahwa agresi dipelajari dari observasi lingkungan.

2. Pengertian Emosi

Emosi merupakan suatu keadaan psikologis yang muncul sebagai respons individu terhadap stimulus atau peristiwa tertentu. Emosi memengaruhi cara individu berpikir, mengambil keputusan, berinteraksi, serta berperilaku dalam kehidupan sehari-hari. Menurut

Goleman (1995), emosi adalah dorongan untuk bertindak yang muncul sebagai hasil dari proses biologis maupun psikologis seseorang. Sementara itu, Santrock (2018) menjelaskan bahwa emosi merupakan perasaan atau afeksi yang muncul ketika individu berada dalam keadaan tertentu yang dianggap penting bagi dirinya.

Robert Plutchik (1980) memandang emosi sebagai mekanisme adaptif yang berkembang melalui proses evolusi. Menurutnya, emosi membantu manusia bertahan hidup karena setiap emosi memiliki fungsi tertentu dalam menghadapi lingkungan. Oleh karena itu, kemampuan mengenali emosi merupakan bagian penting dari perkembangan sosial dan emosional peserta didik.

Dalam konteks pendidikan, kemampuan mengenali dan mengelola emosi sangat diperlukan karena berkaitan dengan hubungan sosial, kemampuan belajar, pengambilan keputusan, serta kesehatan mental peserta didik. Peserta didik yang mampu mengenali emosinya akan lebih mudah mengendalikan perilaku, sedangkan peserta didik yang tidak mampu mengenali emosinya berpotensi mengalami berbagai permasalahan, termasuk kecenderungan *anger issues*.

3. Teori Emosi Plutchik (Wheel of Emotions)

a. Pengertian Teori Emosi Plutchik

Teori Emosi Plutchik dikemukakan oleh Robert Plutchik (2001) yang menjelaskan bahwa emosi merupakan respons psikologis yang berfungsi membantu individu beradaptasi terhadap

lingkungan dan mempertahankan kelangsungan hidupnya. Menurut Plutchik, manusia memiliki delapan emosi dasar, yaitu *joy* (senang), *trust* (percaya), *fear* (takut), *surprise* (terkejut), *sadness* (sedih), *disgust* (jijik), *anger* (marah), dan *anticipation* (antisipasi). Delapan emosi tersebut digambarkan dalam bentuk roda emosi (*Wheel of Emotions*) yang menunjukkan hubungan, tingkat intensitas, dan kombinasi antar emosi. Plutchik berpendapat bahwa setiap emosi memiliki tingkat intensitas yang berbeda. Emosi dapat berkembang dari tingkat yang ringan hingga kuat. Sebagai contoh, emosi marah (*anger*) dapat berkembang dari rasa kesal (*annoyance*) menjadi marah (*anger*) hingga kemarahan yang sangat kuat (*rage*). Sebaliknya, intensitas emosi yang lebih rendah menunjukkan bentuk emosi yang lebih ringan.

b. Komponen Roda Emosi Plutchik

Roda emosi Plutchik terdiri atas delapan emosi dasar yang tersusun berpasangan dan saling berlawanan. Pasangan emosi tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 2.1 Pasangan Emosi Dasar dan Emosi Berlawanan dalam

Teori Plutchik

Emosi Dasar	Emosi Berlawanan
<i>Joy</i> (Senang)	<i>Sadness</i> (Sedih)
<i>Trust</i> (Percaya)	<i>Disgust</i> (Jijik)
<i>Fear</i> (Takut)	<i>Anger</i> (Marah)
<i>Surprise</i> (Terkejut)	<i>Anticipation</i> (Antisipasi)

Berikut adalah 8 emoji utama berdasarkan Teori Emosi Dasar Robert Plutchik yang telah disesuaikan untuk digunakan pada media ekspresif *emo-tag* sebagai deteksi dini *anger issues* peserta didik SMA.

Tabel 2.2 Makna emoji-emoji dari teori dasar Robert Plutchik

No	Emosi Dasar	Emoji	Makna Emosi	Perasaan yang Diwakili
1	<i>Joy</i> (Kegembiraan)	😊	bahagia, senang, puas	Senang, gembira, bangga, bersyukur
2	<i>Trust</i> (Kepercayaan)	😌	aman, nyaman, percaya	Tenang, diterima, dihargai, percaya diri
3	<i>Fear</i> (Ketakutan)	😨	takut atau cemas	Gugup, khawatir, gelisah, tidak aman
4	<i>Surprise</i> (Terkejut)	😮	terkejut terhadap suatu peristiwa	Kaget, heran, takjub
5	<i>Sadness</i> (Kesedihan)	😞	sedih atau kecewa	Kecewa, murung, putus asa, kehilangan
6	<i>Disgust</i> (Jijik)	😬	tidak suka atau muak	Muak, benci, tidak nyaman, terganggu
7	<i>Anger</i> (Kemarahan)	😡	marah atau kesal	Kesal, emosi, jengkel, frustrasi
8	<i>Anticipation</i> (Antisipasi)	😬	Memikirkan atau menunggu sesuatu	Penasaran, berharap, waspada, bersemangat

Berikut penjelasan emoji-emoji berdasarkan teori Robert

Plutchik, dapat di paparkan sebagai berikut:

1) Kegembiraan (*Joy*)

Joy merupakan emosi positif yang muncul ketika seseorang merasakan kebahagiaan, kepuasan, atau keberhasilan dalam mencapai sesuatu. Emosi ini mendorong individu untuk menjalin hubungan sosial yang positif,

meningkatkan motivasi, dan memperkuat kesejahteraan psikologis.

Dalam kehidupan peserta didik, emosi *joy* dapat muncul ketika memperoleh nilai yang baik, mendapatkan penghargaan, berhasil menyelesaikan tugas, atau menjalin hubungan yang harmonis dengan teman dan guru. Pada media “*emo-tag*”, emoji digunakan untuk membantu peserta didik mengidentifikasi dan mengungkapkan bahwa mereka sedang merasakan kebahagiaan atau kepuasan terhadap pengalaman yang dialami.

2) Kepercayaan (*Trust*)

Trust merupakan emosi yang berkaitan dengan rasa aman, nyaman, dan percaya terhadap diri sendiri maupun orang lain. Emosi ini menjadi dasar terbentuknya hubungan interpersonal yang sehat serta meningkatkan kemampuan individu untuk bekerja sama.

Pada peserta didik, emosi *trust* terlihat ketika mereka merasa diterima di lingkungan sekolah, percaya kepada guru BK, memiliki hubungan yang baik dengan teman sebaya, serta yakin terhadap kemampuan dirinya. Dalam media “*emo-tag*”, emoji digunakan sebagai simbol kepercayaan sehingga peserta didik dapat mengekspresikan kondisi emosinya ketika merasa aman dan nyaman.

3) Ketakutan (*Fear*)

Fear merupakan emosi yang muncul sebagai respons terhadap ancaman, bahaya, atau situasi yang dianggap berisiko. Emosi ini berfungsi melindungi individu agar lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan.

Pada peserta didik, rasa takut dapat muncul ketika menghadapi ujian, berbicara di depan kelas, mengalami konflik dengan teman, atau khawatir mendapatkan hukuman. Dalam media “*emo-tag*”, emoji digunakan untuk membantu peserta didik mengenali dan mengungkapkan perasaan takut atau cemas yang sedang dialaminya.

4) Terkejut (*Surprise*)

Surprise merupakan emosi yang muncul akibat adanya peristiwa yang tidak terduga. Emosi ini dapat bersifat positif maupun negatif, tergantung pada situasi yang dialami individu.

Dalam kehidupan peserta didik, rasa terkejut dapat muncul ketika memperoleh kabar yang tidak disangka-sangka, menerima hasil ujian, atau menghadapi perubahan mendadak di lingkungan sekolah. Pada media “*emo-tag*”, emoji digunakan sebagai representasi emosi terkejut sehingga peserta didik dapat mengidentifikasi pengalaman yang menimbulkan reaksi spontan.

5) Kesedihan (*Sadness*)

Sadness merupakan emosi yang muncul ketika seseorang mengalami kehilangan, kegagalan, atau kekecewaan. Emosi ini merupakan respons yang wajar dan membantu individu melakukan proses penyesuaian terhadap situasi yang tidak menyenangkan.

Pada peserta didik, kesedihan dapat muncul akibat konflik dengan teman, nilai akademik yang rendah, masalah keluarga, maupun pengalaman kehilangan. Dalam media “*emo-tag*”, emoji digunakan untuk membantu peserta didik mengekspresikan kesedihan sehingga guru bimbingan konseling dapat memahami kondisi emosinya dan memberikan dukungan yang sesuai.

6) Jijik (*Disgust*)

Disgust merupakan emosi yang menunjukkan penolakan terhadap sesuatu yang dianggap tidak menyenangkan, menjijikkan, atau bertentangan dengan nilai yang dimiliki individu.

Pada peserta didik, emosi ini dapat muncul ketika menghadapi perilaku teman yang tidak sesuai norma, melihat lingkungan yang kotor, atau mengalami perlakuan yang membuat tidak nyaman. Dalam media “*emo-tag*”, emoji

membantu peserta didik mengungkapkan perasaan tidak suka atau penolakan terhadap situasi tertentu.

7) Kemarahan (*Anger*)

Anger merupakan emosi yang muncul akibat adanya hambatan, perlakuan yang dianggap tidak adil, atau situasi yang mengganggu tujuan individu. Dalam intensitas yang wajar, kemarahan merupakan respons normal. Namun, apabila muncul secara berlebihan, berlangsung terus-menerus, dan sulit dikendalikan, kemarahan dapat berkembang menjadi *anger issues* yang berdampak pada hubungan sosial, prestasi belajar, maupun kesehatan mental peserta didik.

Dalam penelitian ini, emosi anger menjadi fokus utama karena media “*emo-tag*” dikembangkan sebagai alat deteksi dini *anger issues*. Emoji digunakan untuk membantu peserta didik mengenali kemarahan yang dirasakannya, kemudian mengukur intensitasnya melalui rating bintang (1–5) sehingga guru bimbingan konseling dapat mengidentifikasi tingkat kemarahan dan menentukan tindak lanjut yang sesuai.

8) Antisipasi (*Anticipation*)

Anticipation merupakan emosi yang berkaitan dengan harapan, kesiapan, dan perhatian terhadap suatu peristiwa yang akan terjadi. Emosi ini mendorong individu untuk mempersiapkan diri menghadapi situasi di masa depan.

Pada peserta didik, emosi antisipasi dapat muncul ketika menunggu hasil ujian, mempersiapkan perlombaan, atau menghadapi kegiatan penting di sekolah. Dalam media “*emo-tag*”, emoji digunakan untuk membantu peserta didik mengekspresikan perasaan menunggu, berharap, atau mempersiapkan diri terhadap suatu peristiwa.

c. Tingkat Intensitas Emosi Marah dalam Teori Plutchik

Dalam teori Plutchik, emosi marah memiliki tiga tingkatan intensitas, yaitu:

Tabel 2.3 Tingkat Intensitas Emosi Marah dalam Teori Plutchik

Intensitas Rendah	Intensitas Sedang	Intensitas Tinggi
<i>Annoyance</i> (Kesal)	<i>Anger</i> (Marah)	<i>Rage</i> (Amuk/Kemarahan Hebat)

Konsep ini menunjukkan bahwa kemarahan tidak muncul secara tiba-tiba dalam bentuk yang ekstrem, tetapi berkembang secara bertahap. Apabila emosi marah tidak dikenali dan dikelola dengan baik, maka dapat berkembang menjadi perilaku agresif yang

berdampak negatif terhadap hubungan sosial maupun proses belajar peserta didik.

4. Hubungan Teori Robert Plutchik dengan Pengembangan Media “emo-tag”

Teori emosi Robert Plutchik menjadi landasan konseptual utama dalam pengembangan media ekspresif “emo-tag”. Pemilihan teori ini didasarkan pada kemampuannya menjelaskan emosi manusia secara sistematis melalui delapan emosi dasar yang bersifat universal serta konsep intensitas emosi. Kedua konsep tersebut menjadi dasar dalam merancang fitur-fitur yang terdapat pada media “emo-tag” sehingga setiap komponen media memiliki landasan teoritis yang jelas.

Dalam penelitian ini, delapan emosi dasar Plutchik diimplementasikan ke dalam bentuk delapan emoji yang merepresentasikan masing-masing emosi, yaitu *Joy*, *Trust*, *Fear*, *Surprise*, *Sadness*, *Disgust*, *Anger*, dan *Anticipation*. Penggunaan emoji dipilih karena merupakan simbol visual yang dekat dengan kehidupan peserta didik dan telah menjadi bagian dari komunikasi sehari-hari. Simbol visual tersebut diharapkan dapat mempermudah peserta didik mengenali (*self-awareness*) dan mengekspresikan kondisi emosinya secara lebih sederhana, cepat, dan menarik dibandingkan hanya menggunakan deskripsi verbal.

Pemilihan delapan emoji juga bertujuan agar peserta didik tidak hanya berfokus pada emosi marah, tetapi mampu mengenali berbagai

emosi lain yang mungkin menjadi pemicu munculnya kemarahan. Dalam praktiknya, kemarahan sering kali muncul sebagai respons terhadap emosi lain, seperti rasa sedih, takut, kecewa, atau jijik. Oleh karena itu, identifikasi terhadap seluruh emosi dasar memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai kondisi emosional peserta didik.

Selain menggunakan delapan emoji sebagai representasi emosi, media “*emo-tag*” juga mengadaptasi konsep intensitas emosi yang dikemukakan oleh Plutchik. Dalam teori Plutchik, emosi marah berkembang dari *annoyance*, *anger*, hingga *rage*. Namun, dalam penelitian ini konsep tersebut tidak disajikan dalam bentuk istilah psikologis, melainkan diadaptasi menjadi rating bintang (★1–★5) sebagai representasi visual tingkat kekuatan emosi.

Penggunaan rating bintang merupakan bentuk adaptasi desain media, bukan perubahan terhadap teori Plutchik. Adaptasi dilakukan agar peserta didik lebih mudah memahami tingkat intensitas emosi yang dirasakan tanpa harus mengenal istilah-istilah psikologi yang relatif abstrak. Skala bintang juga lebih familiar bagi peserta didik karena sering digunakan dalam berbagai aplikasi digital, sehingga meningkatkan kemudahan penggunaan (*usability*) media.

Pada media “*emo-tag*”, peserta didik terlebih dahulu memilih emoji yang paling sesuai dengan kondisi emosinya. Selanjutnya, peserta didik memberikan penilaian menggunakan rating bintang satu hingga lima untuk menunjukkan tingkat intensitas emosi yang dirasakan.

Semakin banyak bintang yang dipilih, semakin tinggi intensitas emosi yang dialami. Setelah itu, peserta didik menuliskan penyebab emosi serta cara yang dilakukan untuk mengatasinya. Informasi tersebut menjadi bahan awal bagi guru bimbingan dan konseling dalam memahami kondisi emosional peserta didik.

Meskipun media “*emo-tag*” memfasilitasi pengenalan seluruh emosi dasar, penelitian ini memberikan perhatian khusus terhadap emosi kemarahan (*anger*) karena tujuan utama penelitian adalah mengembangkan media sebagai alat deteksi dini *anger issues* pada peserta didik SMA. Data mengenai jenis emosi, tingkat intensitas, penyebab, dan cara mengatasi emosi yang diperoleh melalui media “*emo-tag*” diharapkan membantu guru bimbingan konseling mengidentifikasi peserta didik yang memerlukan layanan bimbingan dan konseling lebih lanjut.

Dengan demikian, pengembangan media “*emo-tag*” merupakan implementasi langsung dari teori Robert Plutchik. Delapan emosi dasar diterapkan dalam bentuk emoji sebagai media identifikasi emosi, sedangkan konsep intensitas emosi diadaptasi menjadi rating bintang sebagai indikator tingkat kekuatan emosi. Adaptasi tersebut dilakukan tanpa mengubah substansi teori, melainkan untuk menyesuaikan media dengan karakteristik peserta didik SMA sehingga lebih mudah dipahami, menarik digunakan, dan efektif sebagai media deteksi dini *anger issues*.

5. Media Ekspresif

Media ekspresif memanfaatkan seni visual dan tulisan reflektif untuk mengungkapkan emosi tersembunyi, berbasis teori *expressive writing* Pennebaker (1997) yang terbukti menurunkan intensitas emosi negatif 30% (Smyth & Pennebaker, 2008). Buku "*Handbook of Art Therapy*" (Malchiodi, 2018, edisi digital 2025) mengintegrasikan art therapy dengan teknologi, di mana emoji tagging dan mood tracker efektif mendeteksi anger pada anak, dengan akurasi 85% pada studi AI-assisted tools (Lee & Kim, 2022). Artikel "Emotion-Driven Digital Art Therapy" (2025) membahas mobile app untuk analisis pola emosi visual, selaras dengan "*emo-tag*" yang menggunakan QR code untuk input cepat nama, kelas, emoji, dan jurnal.

Dalam konteks RnD pendidikan, media digital seperti "*emo-tag*" adaptif generasi Z, mengatasi keterbatasan kuesioner STAXI-2 yang reaktif (Sari et al., 2023). "*Art Therapy in the Digital World*" (Frontiers in Psychology, 2021, update 2025) membuktikan integrasi QR/barcode meningkatkan partisipasi siswa 70%, mendukung pencegahan bullying melalui pendekatan personal seperti di SMAN Pilangkenceng.

6. Model Penelitian dan Pengembangan (RnD)

Pengembangan media ekspresif "*emo-tag*" mengadopsi model ADDIE (Branch, 2009) dalam "*Instructional Design: The ADDIE Approach*", yang mencakup *Analysis* (kebutuhan konselor), *Design*

(fitur emoji/jurnal), *Development* (prototipe web), *Implementation* (pelatihan TPPU), dan *Evaluation* (uji efektivitas). Model 4D Thiagarajan (1974) melengkapi dengan tahap Define, Design, Develop, Disseminate, ideal untuk media sekolah Indonesia dengan validitas ahli >80% dan praktikalitas >85%.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian relevan menunjukkan efektivitas media ekspresif dan intervensi digital dalam deteksi dini *anger issues* untuk pencegahan perilaku agresif pada peserta didik. Salsabila (2023), membuktikan *anger management* menurunkan perilaku agresif anak SD dari baseline 21-19 kali/minggu menjadi 6-8 kali pasca-intervensi menggunakan desain single-subject A1-B-A2, dengan rekam pola emosi harian yang mendukung pengembangan “*emo-tag*”. Lestari & Marjo (2021) di Insight Jurnal Bimbingan dan Konseling menemukan teknik anger management via e-counseling tingkatan skor *Anger Control* siswa SMP dari rata-rata 9 (sangat rendah) menjadi 23 (tinggi), menggunakan observasi Spielberger's anger expression, menekankan pendekatan digital interaktif.

Nasrizulhaidi (2022) laporkan *anger management training* kurangi agresivitas remaja *disruptive behavior* via *Buss-Perry Aggression Questionnaire* (BAQ) dan screening CPRS, dengan subjek purposive sampling. Pradnyasari (2021) tunjukkan intervensi kelompok TAME (*Teen Anger Management Education*) *cognitive-behavioral* turunkan emosi marah remaja laki-laki, selaras rekam pola via emoji tagging “*emo-tag*”. Sholehah

(2025) di Efektor UNP Kediri buktikan *art drawing therapy* tingkatan regulasi emosi siswa ($p=0.027$), mendukung media visual ekspresif untuk deteksi proaktif.

Adapun kajian penelitian relevan yang lain juga difokuskan pada studi pengembangan media emosi, *anger management*, dan deteksi perilaku marah di sekolah Indonesia. Penelitian Zulfikar (2024) mengembangkan media buku saku emosi digital untuk mengelola emosi marah siswa kelas VII SMP Negeri 23 Makassar menggunakan model ADDIE, dengan validitas 92% dari ahli BK dan IT, serta uji coba kecil ($n=10$) menunjukkan peningkatan pengetahuan pengelolaan marah. Penelitian ini relevan karena menunjukkan kebutuhan media digital visual untuk emosi marah remaja, meskipun belum spesifik deteksi dini.

Lestari & Marjo (2021) menggunakan teknik *anger management* via *e-counseling* pada siswa kelas IX SMPI Jakarta Timur (*Single Subject Research A-B*), menurunkan indikator *Anger In* dan *Anger Out* berdasarkan observasi *Spielberger*, dengan baseline turun signifikan pasca-intervensi. Studi ini mengonfirmasi efektivitas pendekatan behavioral untuk *anger issues*, tetapi bergantung observasi manual tanpa media ekspresif.

Penelitian lain oleh tim IAIN Parepare (tahun) menerapkan *anger management* training pada remaja Makassar, menurunkan agresi verbal (pre-test $M=6.00$ ke post-test $M=6.10$, meski tidak signifikan pada satu indikator), membuktikan intervensi kelompok efektif pencegahan. Sementara itu, penelitian alat ukur marah UNS (tahun) menghasilkan

instrumen valid (RMSEA=0.056, CFI=0.94) untuk screening remaja, menyoroti gap media non-formal.

Tenik seni visual meningkatkan pengelolaan emosi siswa, selaras dengan expressive arts untuk *anger*. Gap umum: Belum ada media tag-simbolik spesifik deteksi dini *anger issues* via R&D, yang diisi “*emo-tag*”.

Proposal PKM-PM Kurniawati (2025) terapkan prototipe “*emo-tag*” berbasis QR code di SMAN Pilangkenceng, dengan pelatihan agen perubahan (30 siswa) untuk rekam harian, mengubah pencegahan bullying reaktif menjadi personal via analisis pola marah TPPK. Studi Wulanwidiarti (2016, adaptasi AES) dalam intervensi daring perempuan SMP/SMA tunjukkan perbedaan signifikan kemarahan pre-post-follow up ($\chi^2=7.600$, $p=0.022$), merekomendasikan tracking emosi digital.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir penelitian ini disusun berdasarkan hasil analisis kebutuhan (*need assessment*) yang dilakukan terhadap kondisi layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam upaya mendeteksi dini *anger issues* pada peserta didik SMA. Analisis tersebut melibatkan tiga aspek utama, yaitu guru bimbingan konseling, kondisi media deteksi dini yang tersedia, dan peserta didik sebagai pengguna layanan bimbingan konseling.

Pada aspek guru bimbingan konseling ditemukan bahwa guru bimbingan konseling belum memiliki media deteksi dini berbasis digital

yang dapat membantu mengidentifikasi kondisi emosional peserta didik secara cepat dan sistematis. Selama ini proses identifikasi masih dilakukan melalui observasi, wawancara, atau konseling tatap muka yang membutuhkan waktu cukup lama. Akibatnya, peserta didik yang mengalami kecenderungan *anger issues* sering kali baru teridentifikasi setelah muncul perilaku bermasalah, seperti konflik dengan teman, pelanggaran tata tertib, atau tindakan agresif.

Selanjutnya, dari aspek media deteksi dini, diketahui bahwa sekolah masih mengalami keterbatasan dalam penggunaan media yang mendukung proses identifikasi kondisi emosi peserta didik. Belum tersedia media yang mampu memfasilitasi peserta didik untuk menyampaikan kondisi emosinya secara mudah, cepat, anonim, dan berbasis teknologi digital. Kondisi ini menyebabkan proses asesmen emosi masih bersifat manual sehingga kurang efektif apabila diterapkan pada jumlah peserta didik yang banyak.

Sementara itu, dari aspek peserta didik, ditemukan bahwa sebagian besar peserta didik cenderung lebih nyaman mengungkapkan perasaan kepada teman sebaya atau melalui media sosial dibandingkan kepada guru bimbingan konseling. Akibatnya, berbagai indikasi *anger issues* sering tidak diketahui oleh pihak sekolah pada tahap awal. Selain itu, berbagai bentuk perilaku seperti perundungan (*bullying*), pertengkaran, maupun ledakan emosi baru terdeteksi ketika masalah sudah berkembang menjadi lebih serius. Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta didik membutuhkan media

yang memberikan rasa aman, menjaga kerahasiaan identitas, serta memudahkan mereka dalam mengekspresikan kondisi emosinya.

Berdasarkan hasil analisis tersebut, diperoleh tiga permasalahan utama, yaitu:

1. Guru bimbingan konseling belum memiliki media deteksi dini berbasis digital untuk mengidentifikasi *anger issues* peserta didik.
2. Proses identifikasi *anger issues* masih dilakukan secara manual sehingga membutuhkan waktu yang relatif lama dan kurang efisien.
3. Belum tersedia media ekspresif yang bersifat anonim dan berbasis digital sehingga peserta didik belum memiliki sarana yang nyaman untuk mengungkapkan kondisi emosinya.

Permasalahan tersebut menjadi dasar pengembangan produk penelitian berupa media ekspresif "*emo-tag*" berbasis QR Code. Media ini dirancang sebagai inovasi layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik mengakses instrumen deteksi dini melalui pemindaian QR Code menggunakan telepon pintar. Setelah melakukan pemindaian, peserta didik dapat mengisi instrumen secara digital tanpa harus bertatap muka secara langsung dengan guru bimbingan konseling.

Media "*emo-tag*" juga didukung oleh generator QR Code dan dashboard berbasis web. Generator QR Code berfungsi menghasilkan kode yang dapat ditempatkan pada berbagai media, seperti poster, kartu, atau papan informasi sekolah sehingga mudah diakses oleh peserta didik. Sementara itu, dashboard web berfungsi sebagai pusat pengelolaan data

hasil pengisian instrumen, sehingga guru bimbingan konseling dapat memonitor kondisi emosional peserta didik secara lebih cepat, sistematis, dan efisien. Dengan adanya dashboard tersebut, guru bimbingan konseling dapat memperoleh informasi mengenai peserta didik yang memerlukan layanan lanjutan tanpa harus melakukan pemeriksaan secara manual terhadap seluruh siswa.

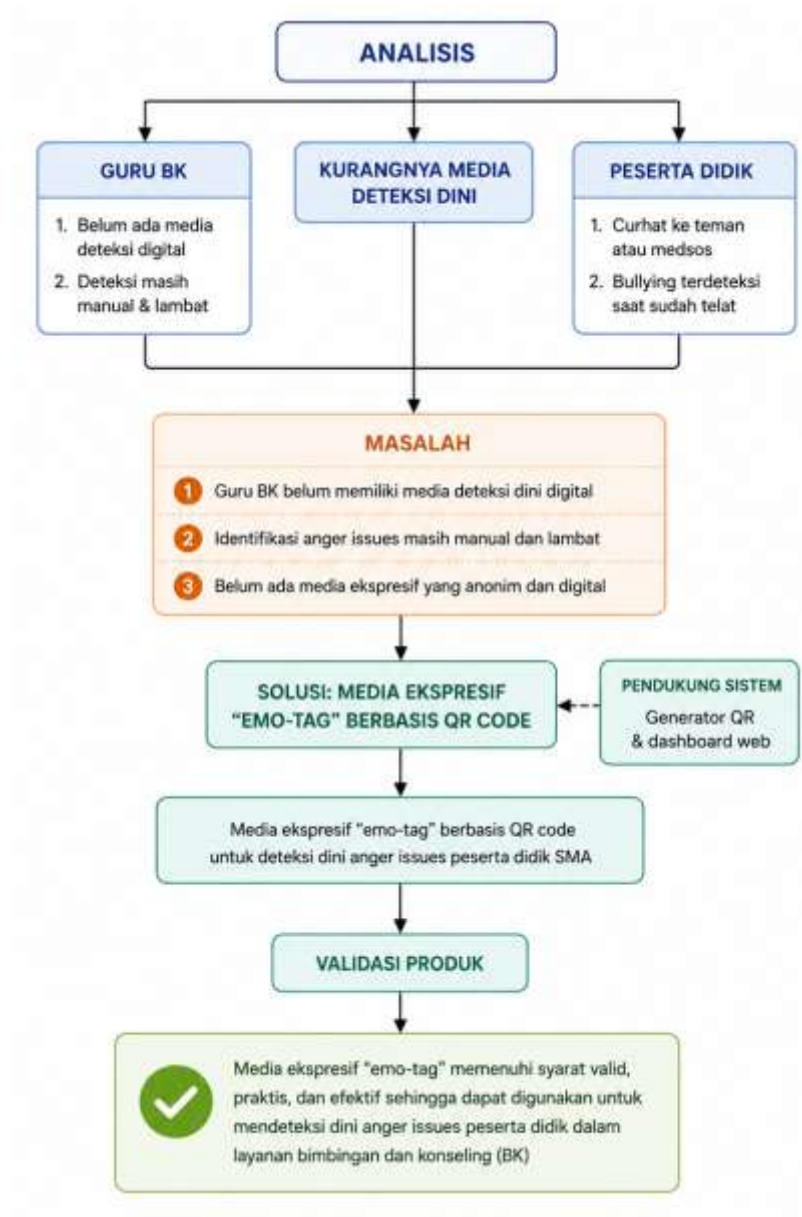
Pengembangan media ekspresif “*emo-tag*” diarahkan untuk menghasilkan media yang mampu mendeteksi dini kecenderungan *anger issues* pada peserta didik SMA. Dalam proses pengembangannya, produk akan melalui tahapan validasi produk oleh para ahli, meliputi, ahli media, dan praktisi bimbingan dan konseling. Proses validasi dilakukan untuk menilai kesesuaian isi, tampilan media, kemudahan penggunaan (*usability*), fungsi sistem, serta kebermanfaatannya dalam layanan bimbingan konseling.

Apabila hasil validasi menunjukkan bahwa media memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, maka media “*emo-tag*” dinyatakan valid, praktis, dan efektif untuk digunakan sebagai media pendukung layanan bimbingan dan konseling. Media ini diharapkan mampu membantu guru bimbingan konseling melakukan deteksi dini *anger issues* secara lebih cepat, akurat, dan efisien, sekaligus memberikan ruang yang aman bagi peserta didik untuk mengekspresikan kondisi emosinya secara anonim. Dengan demikian, intervensi atau layanan konseling dapat diberikan lebih

awal sehingga potensi munculnya berbagai permasalahan perilaku akibat *anger issues* dapat diminimalkan.

Secara keseluruhan, kerangka berpikir penelitian ini menunjukkan hubungan yang logis antara hasil analisis kebutuhan, identifikasi permasalahan, pengembangan solusi berupa media ekspresif "*emo-tag*" berbasis QR Code, proses validasi produk, hingga diperolehnya media yang layak digunakan sebagai sarana deteksi dini *anger issues* peserta didik dalam layanan bimbingan dan konseling di SMA.

Berikut bentuk diagram dari kerangka berfikir:



Gambar 2.1 Diagram Kerangka Berfikir

D. Hipotesis

1. Hipotesis Penelitian (H_a)

Media ekspresif “*emo-tag*” yang dikembangkan layak digunakan sebagai media deteksi dini *anger issues* pada peserta didik SMA berdasarkan hasil validasi ahli media, ahli bimbingan dan konseling, serta respons pengguna (guru Bimbingan Konseling dan peserta didik).

2. Hipotesis Nol (H_0)

Media ekspresif “*emo-tag*” yang dikembangkan tidak layak digunakan sebagai media deteksi dini *anger issues* pada peserta didik SMA berdasarkan hasil validasi ahli media, ahli bimbingan dan konseling, serta respons pengguna.