

STUDI META-ANALISIS**PARTISIPASI OLAHRAGA DAN AGRESIVITAS PADA ANAK**

Hasya Azeezah Rachmani¹, Riswinda Wijayati²

Universitas Pendidikan Indonesia¹, Universitas Negeri Yogyakarta²

hasya.rachmani@gmail.com¹, riswindawijayati@gmail.com²

ABSTRAK

Perilaku agresi merupakan suatu bentuk perilaku negatif, baik fisik maupun lisan, yang bertujuan untuk melukai atau menyakiti orang lain secara fisik maupun psikologis. Penelitian ini menghadirkan studi meta-analisis yang mengeksplorasi hubungan antara partisipasi olahraga dan agresi pada anak. Berdasarkan analisis terhadap berbagai jurnal nasional dan internasional, ditemukan bahwa tidak ada hubungan signifikan secara statistik antara partisipasi olahraga dan agresivitas pada anak ($p = 0,752$). Meskipun ada indikasi hubungan negatif, efek yang ditemukan sangat kecil dan hampir tidak signifikan secara praktis. Pengujian bias publikasi menggunakan tiga metode—funnel plot, Egger's test, dan analisis file drawer—menunjukkan tidak adanya bias yang signifikan ($p = 0,598$). Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa partisipasi olahraga tidak menunjukkan hubungan yang kuat dengan pengurangan agresi pada anak.

Kata Kunci: psikologi; olahraga, agresi

ABSTRACT

Aggressive behavior is a form of negative behavior, either physical or verbal, intended to harm or injure others both physically and psychologically. This study presents a meta-analysis exploring the relationship between sports participation and aggression in children. Based on the analysis of various national and international journals, it was found that there is no statistically significant relationship between sports participation and aggression in children ($p = 0.752$). Although there is an indication of a negative relationship, the effect size is very small and practically negligible. Publication bias testing using three methods—funnel plot, Egger's test, and file drawer analysis—indicated no significant bias ($p = 0.598$). The results of this study conclude that sports participation does not show a strong relationship with the reduction of aggression in children.

Keywords: psychology; sports; aggression

PENDAHULUAN

Olahraga memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan setiap individu. Dengan beban latihan yang sesuai, olahraga tidak hanya memberikan manfaat untuk kesehatan fisik, tetapi juga untuk kesehatan mental. Berolahraga bisa dilakukan siapa saja, kapan saja, dan manfaatnya bisa dirasakan oleh semua kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, hingga orang tua. Namun, berolahraga rutin di masa perkembangan anak sekitar umur 5-13 tahun memiliki banyak manfaat, mulai dari meningkatkan daya tahan tubuh, kekuatan otot, fleksibilitas, mengembangkan keterampilan motorik kasar, motorik halus, pengembangan keseimbangan dan koordinasi, yang dimana semuanya penting untuk pertumbuhan fisik siswa yang optimal. Berolahraga juga berperan dalam perkembangan keterampilan sosial pada anak. Melalui kegiatan olahraga, anak belajar untuk berkolaborasi dan berinteraksi dengan siswa yang lain dalam lingkungan yang kompetitif, sportif, juga mengajarkan kontrol diri, dan disiplin dalam konteks sosial. Keterampilan sosial sangat penting untuk membantu siswa beradaptasi dalam berbagai situasi di kehidupan mereka.

Pada masa ini sering kali anak dihubungkan dengan peningkatan agresi yakni perilaku yang bertujuan untuk menyakiti orang lain. Sejalan dengan pendapat Berkowitz, Baron dan Byrne (2005) mendefinisikan bahwa agresi adalah perilaku yang secara sengaja ditujukan untuk menyakiti dan dapat menyebabkan luka pada orang lain, tanpa berpikir apakah niat menyakiti tersebut dapat mencapai sasaran atau tidak (apakah orang yang menjadi sasaran perilaku agresi merasakan sakit atau tidak). Beberapa faktor penyebab perilaku agresi, diantaranya ada pada kondisi internal dan eksternal. Gen, hormon, kimia darah, instink, stres, emosi, frustasi, dan konsep diri menjadi berbagai penyebab terjadinya perilaku agresi dalam kondisi internal. Sedangkan, keluarga, rekan sebaya, tetangga, dan sekolah menjadi faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya perilaku agresi (Susantyo, 2011). Perilaku agresi signifikan disebabkan oleh adanya faktor internal, diantaranya frustasi, stress, kesepian dan keluarga (Estévez Lópe, Jiménez, & Moreno, 2018). Hal yang serupa juga dikemukakan dari hasil penelitian Potirniche dan Enache (2014) bahwa faktor utama penyebab perilaku agresi adalah kondisi keluarga yang tidak baik dan tidak harmonis.

Secara umum olahraga bisa mempengaruhi perilaku agresi seorang anak baik secara positif maupun negatif, namun tergantung pada beberapa faktor, seperti jenis olahraga, lingkungan, dan pola asuh pada anak. Olahraga bisa jadi salah satu sarana bagi anak untuk belajar mengelola emosi, tanggung jawab, disiplin dan meningkatkan kontrol diri. Karena

dalam berolahraga diajarkan bagaimana bersikap tenang dalam situasi yang penuh tekanan. Contohnya saat berkompetisi anak dituntut untuk belajar mengendalikan emosi, anak juga harus belajar mengendalikan kemarahan. Selain itu olahraga juga berperan dalam meningkatkan kemampuan sosial pada anak. Dalam olahraga tim anak belajar bekerja sama, menghormati rekan satu tim hal ini dapat mengurangi perilaku agresi, karena anak belajar mengelola konflik melalui komunikasi dan saling menghargai. Namun dilain sisi olahraga juga dapat memicu agresi, terutama pada olahraga yang sangat kompetitif dimana hanya berfokus pada kemenangan dan perolehan point, tekanan yang berlebihan dari pelatih atau orang tua dapat membuat anak merasa cemas, stres, dan frustasi, yang pada akhirnya meningkatkan kemungkinan terjadinya agresi.

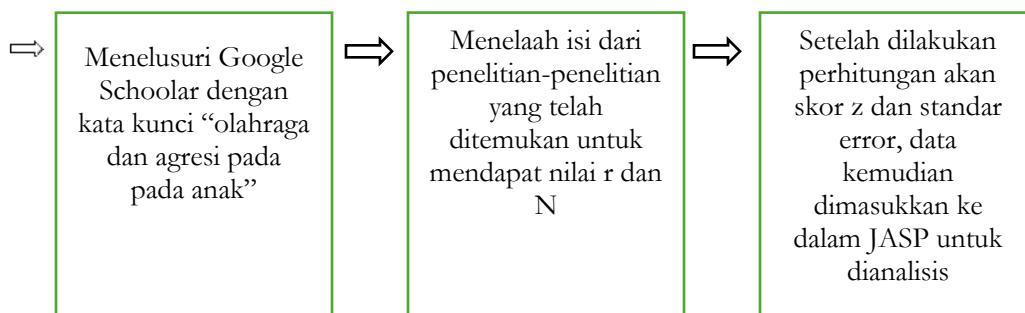
Agresi tersebut menjadi salah satu masalah serius, jika tidak ditangani dengan baik, dapat mempengaruhi perkembangan sosial dan psikologis mereka secara negatif. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pelatih untuk menciptakan lingkungan yang mendukung, positif, dan penuh pengertian, sehingga anak dapat berolahraga dengan cara yang sehat, baik untuk tubuh maupun mental mereka. Artikel ini bertujuan untuk membahas hubungan antara partisipasi dalam olahraga dan perilaku agresif pada anak, serta berbagai faktor yang mempengaruhi hubungan tersebut. Dengan memahami pengaruh olahraga terhadap tingkat agresi, artikel ini akan mengidentifikasi faktor-faktor utama yang dapat mempengaruhi perilaku agresif pada remaja yang terlibat dalam aktivitas fisik.

METODE PENELITIAN

Dengan menggunakan metode penelitian meta-analisis, dengan mengumpulkan beberapa artikel ilmiah yang terkait dengan topik penelitian dan menganalisisnya untuk mengidentifikasi pola, teori, temuan yang ada dalam literatur yang sudah ada. Langkah-langkah yang kita lakukan yaitu mengumpulkan berbagai jenis artikel dari Google Scholar yang berkaitan dengan topik masalah yang akan dibahas, selanjutnya menyeleksi artikel berdasarkan relevansi dengan topik penelitian, serta tanggal penerbitannya, langkah selanjutnya kami mengevaluasi dan menganalisis isi artikel, menggunakan perangkat lunak Microsoft Excel. Langkah selanjutnya adalah menyusun hasil sintesis menggabungkan temuan dari berbagai referensi artikel.

Dengan menggunakan pendekatan ini memungkinkan kita untuk menentukan ukuran efek dengan lebih akurat, mengeksplorasi faktor-faktor yang berpotensi mempengaruhi hasil, serta mengenali pola-pola konsisten di sepanjang berbagai penelitian

yang telah dilakukan (Lipsey & Wilson, 2001). Rangkaian proses pencarian dan pengelolaan dalam penelitian ini diuraikan sebagai berikut :



Gambar 1. Prosedur Pencarian dan Pengelolaan Penelitian

HASIL TEMUAN

Dari proses pengumpulan data, ditemukan 3 jurnal yang terkait dengan partisipasi olahraga dan agresivitas pada anak yang dijadikan bahan analisis dalam penelitian. Total sampel dari 3 studi yang dikumpulkan adalah 9.381, yang berasal dari Indonesia dengan variasi sampel 20 hingga 9308. Informasi mengenai koefisien korelasi, jumlah sampel, serta data dari jurnal-jurnal yang digunakan tersaji dalam tabel di bawah ini:

Penelitian dan Tahun	Judul Penelitian	Jumlah Sampel	Nilai Korelasi
Ahmad & Diana (2021)	Partisipasi dalam Beladiri Karate dan Agresivitas Anak di Institute Karate – Do Indonesia (INKAI)	20	-0,535
Hasibuan & Kasih (2015)	Hubungan Antara Kecemasan dan Agresivitas dengan Prestasi Olahraga Beladiri Tarung Derajat pada Atlet Petarung Putra	53	0,4622
Liu, D., Li, B., Chen, J., Lu, X., Jiang, Y., & Zhao, Z. (2024)	Meta-Analysis of The Effects of Sports Participation on Adolescent Aggressive Behavior	9.308	-0,11

Gambar 2. Daftar Jurnal

DISKUSI

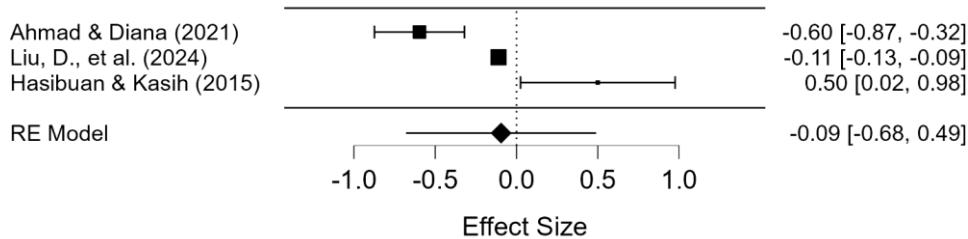
3 jurnal tersebut diselidiki dengan menggunakan JSP versi 18 untuk mengamati nilai rata-rata dari ukuran efek, serta untuk melakukan pengujian bias publikasi menggunakan Classical Meta-Analysis. Berikut adalah hasil dari analisis tersebut:

Coefficients				
	Estimate	Standard Error	z	p
intercept	-0.095	0.300	-0.316	0.752

Note. Wald test.

Gambar 3. Hasil Classical Meta-Analysis

Tabel di atas menunjukkan nilai p-value sebesar 0.752 yang mengindikasikan bahwa hasilnya tidak signifikan secara statistik. Artinya, tidak ada cukup bukti untuk mendukung adanya hubungan yang signifikan antara partisipasi olahraga dan agresivitas pada anak. Sebaliknya, nilai intercept sebesar -0.095 menunjukkan adanya hubungan negatif antara kedua variabel tersebut, namun nilai yang sangat kecil ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut sangat lemah dan hampir tidak memiliki pengaruh yang berarti. Meskipun ada indikasi adanya hubungan, kecilnya nilai intercept dan tingginya p-value menunjukkan bahwa hubungan ini tidak signifikan secara praktis dan tidak cukup kuat untuk dianggap sebagai faktor yang berpengaruh besar terhadap agresivitas anak. Hal ini mungkin disebabkan oleh adanya faktor-faktor lain yang lebih dominan dalam mempengaruhi tingkat agresivitas, seperti faktor sosial, lingkungan, serta pengalaman hidup dan dinamika psikologis anak yang belum dianalisis secara mendalam dalam studi ini.

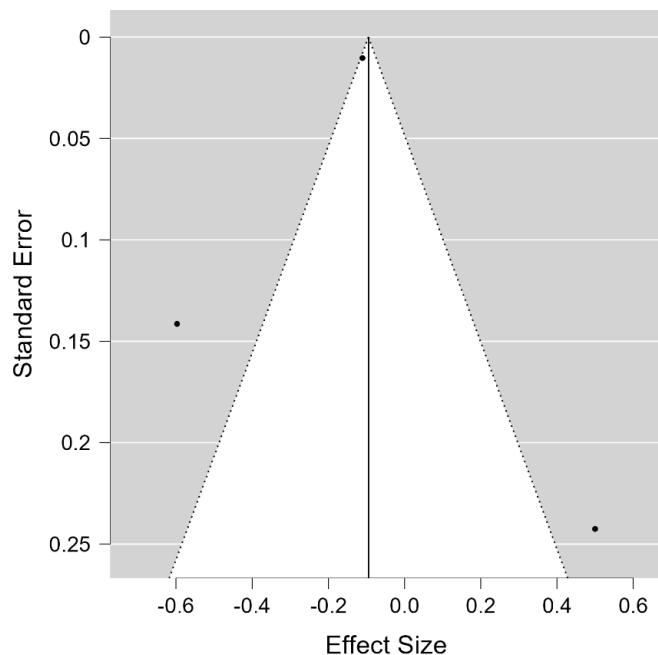


Gambar 4. Grafik efek

Di sini, grafik menampilkan ukuran efek dari setiap studi yang dimasukkan dalam penelitian ini, serta model efek acak yang dihasilkan dari semua studi yang digunakan.

Uji Bias Publikasi

Dalam penelitian ini dilakukan analisis terhadap bias publikasi untuk mengevaluasi kemungkinan masalah yang terkait. Pengujian bias publikasi menggunakan tiga metode, yaitu funnel plot, Egger's test, dan analisis *file drawer*.



Gambar 5. Effect Size

Berdasarkan grafik ini, terlihat ada beberapa ketidakseimbangan distribusi, yang mungkin mengindikasikan bias publikasi dalam studi yang dianalisis. Namun, untuk memastikan temuan ini, kami melakukan analisis statistik tambahan.

Regression test for Funnel plot asymmetry ("Egger's test")

	z	p
sei	0.527	0.598

Gambar 6. Funnel Plot

Dari hasil analisis, jika nilai $p > 0,05$, maka Funnel Plot memiliki simetri. Oleh karena itu, hasil dari tabel di atas menunjukkan nilai p sebesar 0,598, sehingga dapat disimpulkan bahwa Funnel Plot menunjukkan simetri, dan tidak ada indikasi bias publikasi yang signifikan

File Drawer Analysis

	Fail-safe N	Target Significance	Observed Significance
Rosenthal	58.000	0.050	< .001

Gambar 7. nilai Fail-Safe

Cara lain untuk menilai bias publikasi adalah dengan menggunakan kriteria yang menyatakan bahwa jika nilai Fail-Safe $N > 5K + 10$ (di mana K adalah jumlah studi), maka dapat disimpulkan tidak ada bias publikasi. Berdasarkan tabel, nilai Fail-Safe N adalah 58.000, yang jauh melebihi kriteria $5(K) + 10$. Hal ini menunjukkan bahwa hasil meta-analisis tidak dipengaruhi oleh bias publikasi dan memiliki tingkat keandalan yang sangat tinggi.

KESIMPULAN

Hasil dari studi meta-analisis ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan secara statistik antara partisipasi olahraga dan agresivitas pada anak ($p = 0,752$). Meskipun terdapat indikasi hubungan negatif, nilai efeknya sangat kecil atau bahkan hampir tidak ada secara praktis. Hal ini menimbulkan asumsi bahwa faktor-faktor eksternal lainnya, seperti dinamika keluarga, lingkungan sosial, atau pengalaman pribadi, mungkin memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap agresivitas anak dibandingkan dengan partisipasi olahraga. Analisis terhadap bias publikasi menunjukkan tidak adanya indikasi bias yang signifikan berdasarkan Egger's test ($p = 0,598$). Namun, penting untuk mencatat bahwa jumlah studi yang terbatas (hanya 3) dapat mempengaruhi representativitas hasil. Oleh karena itu, hasil yang diperoleh mungkin masih perlu divalidasi dengan lebih banyak studi untuk memastikan keakuratan dan generalisasi temuan.

Jumlah studi yang digunakan dalam analisis terbatas, hanya mencakup tiga jurnal, sehingga hasilnya kurang representatif. Selain itu, faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penelitian, seperti lingkungan sosial, dinamika keluarga, dan pengalaman psikologis anak, tidak dianalisis secara mendalam. Artikel yang digunakan juga hanya berasal dari Google Scholar, yang berpotensi melewatkannya relevan lainnya yang dapat memperkaya pemahaman tentang topik yang diteliti. Jumlah studi yang digunakan dalam analisis terbatas, hanya mencakup tiga jurnal, sehingga hasilnya kurang representatif. Selain itu, faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penelitian, seperti lingkungan sosial, dinamika keluarga, dan pengalaman psikologis anak, tidak dianalisis secara mendalam. Artikel yang digunakan juga hanya berasal dari Google Scholar, yang berpotensi melewatkannya relevan lainnya yang dapat memperkaya pemahaman tentang topik yang diteliti.

Penelitian mendatang dapat memperluas jumlah studi dan variasi sumber data untuk meningkatkan keakuratan hasil. Analisis lebih lanjut juga dapat mencakup faktor-faktor eksternal lain yang mempengaruhi agresivitas anak, seperti tekanan sosial dan hubungan keluarga. Disarankan untuk mengontrol variabel jenis olahraga yang dipilih, karena dapat memberikan dampak yang berbeda terhadap agresivitas anak. Selain itu, pelibatan metode pengumpulan data yang lebih komprehensif, seperti wawancara langsung atau survei, dapat membantu untuk mendapatkan data yang lebih rinci.

REFERENSI:

- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). Psikologi sosial (10th ed: et al Ratna Djuwita., Ed.). Jakarta:
- Diana, R. R. (2013). Partisipasi dalam beladiri karate dan agresivitas anak di Institut Karate-Do Indonesia (INKAI). *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 63-71.
- Erlangga. Berkowitz, L. (1995). Agresi 1 sebab dan akibatnya (H. W. Susiatni, Ed.). Jakarta: Pustaka Binama
- Hasibuan, B. S., & Kasih, I. (2015). Hubungan antara kecemasan dan agresivitas dengan prestasi olahraga beladiri Tarung Derajat pada atlet petarung putra. *Jurnal Fisioterapi*, 15(2), 60-68.
- Liu, D., Li, B., Chen, J., Lu, X., Jiang, Y., & Zhao, Z. (2024). Meta-analysis of the effects of sports participation on adolescent aggressive behavior. *Chinese Journal of School Health*, 27 June 2024. *Chinese Journal of School Health*.
- Lipsey, M. W., & Wilson, D. B. (2001). Practical meta-analysis. Sage Publications.