

**PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK  
*RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (HOME WORK)* UNTUK  
MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PADA SISWA KELAS VII SMP  
NEGERI 2 KOTAGAJAH LAMPUNG TENGAH TAHUN PELAJARAN  
2016/2017**

**(Skripsi)**

Oleh  
**RIAN AFFANDI**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2017**

## ABSTRAK

### **PENGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (HOME WORK)* UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 KOTAGAJAH LAMPUNG TENGAH TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

Oleh :

**RIAN AFFANDI**

Masalah dalam penelitian ini adalah tingginya perilaku agresif siswa di Sekolah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home work)* dapat mengurangi perilaku agresif siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode quasi eksperimen dengan desain *One-Group Pretest-Posttest*. Subyek penelitian sebanyak 7 siswa. Instrumen pengumpulan data menggunakan skala agresivitas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home work)* dapat mengurangi perilaku agresif siswa di sekolah, hal ini ditunjukkan hasil uji *Wilcoxon*. Teknik pengumpulan data adalah skala agresivitas.. Hasil analisis statistik menunjukkan  $Z_{hit} = -2,366 < Z_{tab} = 0,018$ ,  $p = 0,018$ ;  $p < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat penurunan perilaku agresif yang signifikan setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)*. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat penurunan perilaku agresif setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Tahun Pelajaran 2016/2017

**Kata Kunci :** Konseling Kelompok, Perilaku Agresif, *Rational Emotive Behavior Therapy*

**PENGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK  
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (HOME WORK) UNTUK  
MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PADA SISWA KELAS VII SMP  
NEGERI 2 KOTAGAJAH LAMPUNG TENGAH TAHUN PELAJARAN  
2016/2017**

**Oleh**

**RIAN AFFANDI**

**Skripsi**

**Sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan**

**pada**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS LAMPUNG**

**BANDAR LAMPUNG**

**2017**

Judul Skripsi : **PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING  
KELOMPOK TEKNIK *RATIONAL EMOTIVE  
BEHAVIOR THERAPY (HOME WORK)*  
UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF  
PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2  
KOTAGAJAH TAHUN PELAJARAN  
2016/2017**

Nama Mahasiswa : **Rian Affandi**

No. Pokok Mahasiswa : 1313052045

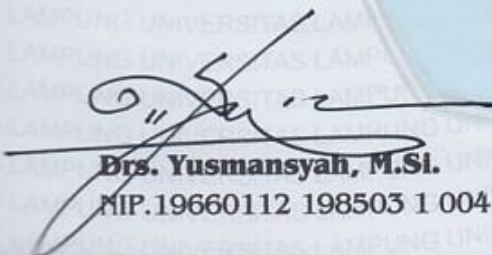
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



1. Komisi Pembimbing

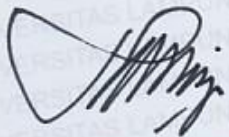
  
**Drs. Yusmansyah, M.Si.**

NIP.19660112 198503 1 004

  
**Ratna Widlastuti, S.Psi., M.A., Psi**

NIP. 19730315 200212 2 002

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

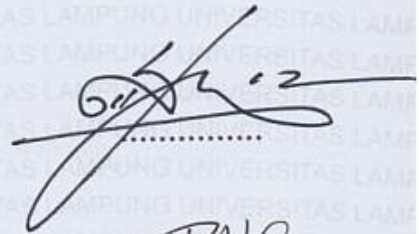
  
**Dr. Riswanti Rini, M.Si.**

NIP. 19600328 198603 2 002

**MENGESAHKAN**

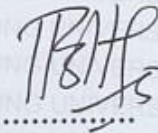
1. Tim Penguji

Ketua : **Drs. Yusmansyah, M.Si.**



Sekretaris

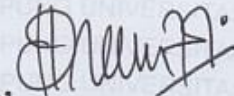
: **Ratna Widiastuti, S.Psi.,M.A.,Psi.** .....



Penguji

Bukan Pembimbing

: **Diah Utaminingsi, S.Psi.,M.A.,Psi.**.....



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



**Dr. H. Muhammad Fuad, Ph.D.**

NIP. 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **21 Agustus 2017**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Rian Affandi  
NPM : 1313052045  
Tempat, tanggal lahir : Kedaton, 16 September 1993  
Alamat : Kedaton Raman 1, RT 04, RW 03, Kab. Batanghari  
Nuban, Lampung Timur

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "PENGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (HOME WORK)* UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 KOTAGAJAH LAMPUNG TENGAH TAHUN PELAJARAN 2016/2017" adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan April s/d Mei 2017. Skripsi ini bukan hasil menjiplak atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhantiannya saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 06 Oktober 2017



Rian Affandi

## RIWAYAT HIDUP



Rian Affandi lahir di Kedaton Raman 1 Kecamatan Batanghari Nuban Lampung Timur, tanggal 16 September 1993, merupakan anak kedua dari lima bersaudara dari pasangan bapak Suroto Efendi dan ibu Sri Sulasih.

Penulis menyelesaikan pendidikan di Taman Kanak-Kanak (TK) Cakra Buana Indonesia tahun 2000, Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 Trisnomulyo tahun 2006, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Wiratama Kotagajah tahun 2009, Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Raman Utara tahun 2012.

Pada tahun 2013, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Universitas Lampung di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, tepatnya di Jurusan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling yang masuk melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi (SBMPTN). Pada bulan Juli 2016 penulis melaksanakan program KKN-KT di desa Tanjung Baru, Kecamatan Ulu Belu, Tanggamus, dan PPL di SMA Negeri 1 Ulu Belu.

## **MOTTO**

“Waktu itu bagaikan pedang, jika kamu tidak memanfaatkannya menggunakan  
untuk memotong, ia akan memotongmu (menggilasmu) “

(H.R. Muslim)

“Don’t Cry Because It’s Over, Smile Because It Happened”

(Dr. Seuss)



## **PERSEMBAHAN**

*Karya ini aku persembahkan untuk Bapakku Suroto Effendi dan Ibuku tercinta Sri Sulasih yang selalu dengan penuh cinta mendukung setiap keinginan ku serta selalu mendoakan setiap perjuangan yang aku lakukan.*

## **SANWACANA**

Assalamu'alaikum wr. wb.

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT. Karena berkat rahmat dan hidayah-Nya skripsi ini dapat diselesaikan.

Skripsi dengan judul “Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Tahun Pelajaran 2016/2017”, ini adalah salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan S1 di Universitas Lampung.

Pada Kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung sekaligus sebagai pembimbing utama pada

penulisan skripsi ini. Terima kasih atas semua bimbingan, saran, dan kritik yang telah diberikan kepada penulis untuk penyelesaian skripsi ini.

4. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi., selaku dosen pembahas pada penulisan skripsi ini. Terima kasih atas semua bimbingan, saran dan kritik yang telah diberikan kepada penulis pada penyelesaian skripsi ini.
5. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi., selaku dosen Pembimbing Akademik (PA) dan dosen Pembimbing pembantu pada penulisan skripsi ini. Terima kasih atas semua bimbingan, saran dan kritik yang telah diberikan kepada penulis untuk penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling, (Drs.Giyono, M.Pd.,Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi., Drs. Muswardi Rosra, M.Pd., Alm. Drs. Syaifudin Latif, M.Pd., Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd., Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., Yohana Oktariana, M.Pd., Redi Eka Andriyanto.M.Pd.,Kons., Moch Johan Pratama., S.Psi., M.Psi., Psi., Asri Mutiara, S.Psi., M.Psi., Psi.) terima kasih atas didikan dan bimbingannya selama perkuliahan. Semoga ilmu yang diberikan dapat bermanfaat bagi diri pribadi maupun orang lain.
7. Bapak dan Ibu Staf serta karyawan FKIP Unila, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam menyelesaikan segala keperluan administrasi.
8. Bapak Pahotan Sihaloho, S.Pd., selaku kepala SMP N 2 Kotagajah yang telah memberi kesempatan dan membantu penulis dalam mengadakan penelitian.
9. Kedua oratuaku, Bapak Suroto Efendi dan Ibu Sri Sulasih. Terima kasih atas do'a dan segala kasih sayang yang telah tcurahkan sehingga penulis sampai pada tahap ini. Semoga anakmu ini dapat selalu menjadi kebanggan keluarga

10. Mbakku Riska dan adikku Rio yang selalu memberikan doa dan dukungannya.
11. Seluruh keluarga besarku, pakde, bude, om, tante, sepupuku dan keponakanku Dewi, Sindy, Erlinda, Vicko, Reffan, Wisnu, Aldo, Asraf, Yolanda, Gendis, Jesa, Quensha, Alan.
12. Orang tua angkatku ayah Abdul Gani dan ibuku di Sukaraja Nuban serta buat abi dan ummi yang ada di Sukadadi Pesawaran. Terima kasih atas petuahnya serta doa restu buat anakmu ini.
13. Keluarga baru ku disini Bimbingan dan Konseling 2013, Agusdin, Dani, Biner, Febriono, Romulus, Sri, Sindy, Risa, Lisa, Yayu, Reny, Khairum, Desyana, Ines, Risni, Tita, Emma, Intan, Wulan, Riska, Lita, Lia, Alien, Nisfhi, Yulia, Annisa, Catur, Fitri, Anggi, Anton, Akmal, Dandi, Ahmad, Budi, Trisna, Ferry, Maya, Mak Riska, Ella, Leni, Lilis, Ade, Restu, Sintia, Siska, Andini, Yeni, Restu, Berty, Mala, Siska, Fitri, Rina. Serta FORMABIKA Unila, kakak tingkat dan adik-adik tingkat 2014-2016, terima kasih atas segala bantuan dan kebersamaanya selama penyelesaian skripsi ini.
14. Sahabat – Sahabatku Coco Cesar Karyatama, Firda Yunita, 10 KM Anggit, Amel, Dicky, Acha, Erlita, Ferdi, Rahman, Shella, Uus, Tri Hartanto, Alfian, Kholik, Kosan Benteng Belanda, Elcho, Aida, Luthfi, Beny, Bayu, teman-teman Rusunawa Unila, Class1c SMA N 1 ramura, Julian, Lucky, Devi, Maratus.
15. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

16. Beasiswa Bidikmisi yang telah membiayai kuliah S1 saya di program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung selama 8 semester.
17. Almamater tercinta Universitas Lampung.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap semoga skripsi sederhana ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Bandar Lampung,     September 2017

Penulis

Rian Affandi

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>x</b>
<b>I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Identifikasi Masalah.....	10
3. Pembatasan Masalah.....	11
4. Rumusan Masalah.....	11
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	12
1. Tujuan Penelitian .....	12
2. Manfaat Penelitian .....	12
C. Kerangka Pemikiran.....	13
D. Hipotesis .....	18
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>19</b>
A. Perilaku agresif dalam bidang pribadi-sosial.....	19
1. Definisi perilaku agresif.....	19
2. Faktor-faktor terbentuknya perilaku agresif .....	23
3. Tipe-tipe perilaku agresif.....	27
4. Aspek-aspek perilaku agresif.....	28
5. Dampak perilaku agresif.....	31
6. Usaha untuk mengendalikan perilaku agresif.....	32
B. Konseling Kelompok Teknik <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	34
1. Definisi konseling kelompok.....	34
2. Tujuan konseling kelompok.....	36
3. Kegiatan konseling kelompok .....	37

4. Teknik <i>rational emotive behavior therapy (home work)</i> dalam konseling kelompok .....	38
5. Tahap perkembangan dalam kegiatan konseling kelompok .....	41
C. Mengurangi Perilaku Agresif Melalui Layanan Konseling Kelompok Teknik <i>Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)</i> .....	46
<b>III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>51</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	51
B. Metode Penelitian .....	51
C. Subjek Penelitian .....	53
D. Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional.....	53
1. Variabel Penelitian .....	53
2. Definisi Oprasional .....	54
E. Teknik Pengumpulan Data.....	56
1. Skala Agresivitas .....	56
F. Uji Persyaratan Instrumen.....	60
1. Uji Validitas Instrumen.....	60
2. Uji Reliabilitas Instrumen .....	63
G. Teknik Analisis Data.....	64
<b>IV. HASIL PENEITIAN DAN PEBAHASAN.....</b>	<b>66</b>
A. Hasil Penelitian .....	66
1. Gambaran Hasil Pra Konseling Kelompok .....	66
2. Data Hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> .....	68
3. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.....	71
4. Analisis Data Hasil Penelitian.....	115
5. Uji Hipotesis.....	120
B. Pembahasan.....	121
<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>131</b>
A. Kesimpulan .....	131
1. Kesimpulan Statistik .....	131
2. Kesimpulan Penelitian .....	132
B. Saran.....	132

**DAFTAR PUSTAKA**  
**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Kategori Jawaban Instrumen Penelitian .....	57
3.2 Kriteria Perilaku Agresif Siswa .....	58
3.3 Kisi-kisi Skala Agresivitas .....	59
3.4 Uji Validitas Isi ( <i>Judgement Expert</i> ) .....	61
3.5 Kriteria Reliabilitas .....	64
4.1 Kriteria Perilaku Agresif Siswa di Sekolah .....	68
4.2 Hasil <i>Pretest</i> Sebelum Pemberian Layanan Konseling Kelompok .....	69
4.3 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	70
4.4 Perbandingan Skor hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Perilaku Agresif di Sekolah .....	84
4.5 Perubahan Perilaku AL Setelah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	90
4.6 Perubahan Perilaku AM Setelah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	94
4.7 Perubahan Perilaku DE Setelah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	99
4.8 Perubahan Perilaku FE Setelah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	103
4.9 Perubahan Perilaku GA Setelah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	108
4.10 Perubahan Perilaku WA Setelah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	111
4.11 Perubahan Perilaku WI Setelah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	115
4.12 Data Hasil Penelitian .....	118
4.13 Analisis Data Hasil Penelitian Menggunakan Uji <i>Wilcoxon</i> .....	123



**DAFTAR GAMBAR**

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1.1 Kerangka Pikir Penelitian.....	17
3.1 <i>Pola One Group Pretest-Posttest Design</i> .....	52
4.1 Perbandingan skor <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> perlaku agresif .....	85
4.2 Grafik Perubahan Perilaku Agresif AL .....	90
4.3 Grafik Perubahan Perilaku Agresif AM.....	95
4.4 Grafik Perubahan Perilaku Agresif DE .....	100
4.5 Grafik Perubahan Perilaku Agresif FE.....	104
4.6 Grafik Perubahan Perilaku Agresif GA.....	108
4.7 Grafik Perubahan Perilaku Agresif WA.....	112
4.8 Grafik Perubahan Perilaku Agresif WI .....	116

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	137
2. Lembar Skala Agresivitas .....	138
3. Data Reliabilitas .....	141
4. Hasil <i>Judgement Expert</i> .....	144
5. Tahap Pelaksanaan Penelitian .....	153
6. Hasil <i>Pretest</i> .....	154
7. Hasil <i>Posttes</i> .....	155
8. Uji <i>Wilcoxon</i> .....	157
9. Data Pengurangan Perilaku Agresif Siswa .....	158
10. Data Grafik Penurunan Perilaku Agresif Siswa.....	161
11. Foto Kegiatan .....	165

## **I. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

#### **1. Latar Belakang**

Fenomena perilaku agresif remaja di Indonesia beberapa tahun ini memang menjadi sorotan berbagai pihak. Kasus – kasus kekerasan yang kerap menghiasi berbagai media menjadi sorotan publik dan sangat mengkhawatirkan berbagai pihak. Belum lama ini, tersebar banyak video-video amatir di media sosial seperti facebook dan youtube yang memperlihatkan perilaku agresif yang dilakukan oleh remaja, hal itu tentunya menjadi tanggung jawab kita semua untuk memutus mata rantai perilaku agresif yang dilakukan oleh remaja saat ini.

Bangsa yang kuat adalah bangsa yang memiliki remaja yang memiliki kompetensi yang baik dalam kecerdasan spiritual, intelektual serta emosional, sebab remaja merupakan agen perubahan bagi bangsa. Perilaku remaja saat ini cenderung mengarah kedalam hal-hal negatif dibandingkan hal positifnya, hal ini disebabkan oleh kemajuan teknologi dan peradaban yang tidak diimbangi dengan kecerdasan dan filter yang baik oleh remaja dalam menyaring informasi dan kebijaksanaan dalam

menyikapinya, sehingga mengakibatkan perubahan-perubahan besar terhadap perilaku remaja.

Remaja saat ini sangat rentan mendapat pengaruh-pengaruh negatif dari luar karena saat ini kemajuan teknologi yang pesat dan siaran-siaran televisi yang syarat akan kekerasan dan kenakalan remaja menjadi konsumsi remaja khususnya anak-anak remaja sekolah menengah pertama sehari-hari. Jam-jam tayang sinetron yang sangat sesuai dengan waktu menonton televisi remaja dengan isi konten kekerasan membuat orang tua kesulitan untuk mengontrol dan mengawasi anak-anaknya. Hal tersebut tentunya menjadi perhatian kita bersama sebagai orang tua di rumah maupun di sekolah.

Peranan orang tua di rumah sangatlah penting bagi anak. Orang tua dapat menjadi model yang baik dan memperkenalkan berbagai aspek kehidupan sosial terutama dalam memberikan contoh perilaku yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Melalui contoh yang diberikan orang tua di rumah, anak secara tidak sadar akan meniru perilaku yang ditampilkan oleh orang tuanya. Melalui pergaulan atau hubungan sosial agresif baik terhadap orang tua, anggota keluarga, guru di sekolah, orang dewasa lainnya, maupun teman sebaya, individu mengembangkan bentuk-bentuk perilaku agresif.

Masa SMP yang memiliki rentan usia 13-16 tahun bisa dikatakan merupakan masa peralihan seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa masa remaja. Pada dasarnya anak usia SMP merupakan masa yang paling banyak dipengaruhi oleh lingkungannya dan teman sebayanya dan dalam rangka menghindari hal-hal negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain, remaja hendaknya memahami dengan baik mengenai dirinya.

Berdasarkan teori perkembangan, masa remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian (Fagan, 2006). Perasaan yang masih labil pada remaja dapat menimbulkan rasa ketergantungan terhadap orang lain karena rasa ketidak mampuan yang mereka miliki. Sifat ketergantungan yang diiringi dengan kebimbangan tersebut dapat membahayakan diri remaja itu sendiri, disaat mereka membutuhkan sesuatu untuk bergantung namun mereka sendiri masih mengalami kebimbangan dalam perasaannya kemungkinan besar dapat membuat mereka terjerumus ke dalam hal-hal yang negatif. Masa-masa ini dapat dikatakan sebagai masa badai bagi seseorang, dimana akan terjadi perombakan besar terhadap hidupnya, sehingga dalam fase ini benar-benar dibutuhkan peran orang tua, peran guru, peran lingkungan, dan peran teman-teman sebayanya untuk membawa dia ke ranah positif dari kehidupan.

Perilaku-perilaku negatif yang timbul dalam fase remaja ini dapat berupa perilaku agresif. Perilaku agresif yang timbul dapat saja berupa perilaku agresif yang berupa agresif fisik maupun agresif verbal. Hal tersebut dikarenakan peserta didik adalah individu yang sedang mengalami proses perkembangan yang memiliki karakteristik, kebutuhan, dan tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhinya. Apabila perilaku agresif yang dominan dalam interaksi berupa perilaku beretika, asosial bahkan antisosial. Hal tersebut tentunya akan berdampak dan merugikan dirinya sendiri dan orang lain karena individu tersebut akan kesulitan dalam mengembangkan hubungan sosialnya.

Peneliti menemukan beberapa perilaku yang ditampilkan siswa-siswi SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah pada kelas VII.G sesuai dengan rekomendasi guru BK berupa perilaku agresif yang dilakukan di sekolah seperti memukul teman, mengganggu teman, berkelahi, menghina teman, dan juga merusak fasilitas sekolah. Perilaku-perilaku yang ditampilkan tersebut, dilakukan oleh siswa baik pada saat jam belajar maupun jam-jam istirahat. Pengamatan yang dilakukan oleh peneliti mengenai hal tersebut, peneliti menemukan fakta mengenai latar belakang yang menyebabkan siswa-siswi melakukan tindakan agresif tersebut melalui percakapan singkat. Siswa-siswi tersebut beranggapan bahwa hal tersebut hanyalah maksud untuk bercanda, bermain-main dan hanya sebatas keisengan belaka.

Agresif adalah perilaku yang ditampilkan seseorang yang berupa tindakan yang ditujukan untuk melukai atau mencederakan seseorang atau sesuatu baik secara fisik maupun verbal dengan maksud tertentu. Selain itu juga terdapat kategori yaitu pasif agresif.

Perilaku pasif agresif adalah cara mengatasi konflik tanpa menghadapinya secara langsung. Perilaku ini bisa merusak hubungan sebab pada awalnya, orang-orang pasif agresif terkesan ramah, tetapi lama-kelamaan, sikap mereka berubah. Istilah “munafik” biasa digunakan untuk menjelaskan perilaku tersebut. Orang-orang pasif agresif cenderung menyembunyikan penolakan, kemarahan, kekecewaan, atau sakit hati. Mereka juga tidak mau membicarakan hal-hal tersebut dengan orang yang akan melukai perasaannya (sisi pasif), tetapi pada akhirnya, mereka bertindak agresif dengan mengacaukan atau merusak hubungan sehingga melukai perasaan orang lain untuk membalas dendam.

Perilaku agresif tersebut akan memberikan banyak dampak negatif bagi individu, salah satunya menurut Handayani (2004 : 56) yaitu pelaku atau siswa yang memiliki perilaku agresif akan dijauhi teman-temannya atau bahkan tidak ada yang mau berteman dengannya. Artinya dari pernyataan tersebut adalah secara tidak langsung, perilaku agresif akan mempengaruhi sosialisasi siswa.

Menurut Myers (2002) menjelaskan bahwa agresi merupakan perilaku fisik maupun verbal yang disengaja maupun tidak disengaja namun memiliki

maksud untuk menyakiti, menghancurkan atau merugikan orang lain untuk melukai objek yang menjadi sasaran agresi.

Maka dari itu, perilaku agresif tentunya dapat diminimalisir melalui layanan konseling kelompok yang baik, karena perilaku agresif tersebut timbul dikarenakan kontrol emosi yang dimiliki oleh individu tersebut sangat bergejolak dan diarahkan atau dilampiaskan kedalam hal-hal yang kurang tepat. Oleh sebab itu dalam konseling kelompok nantinya individu tersebut akan diajarkan bagaimana untuk mereduksi perilaku agresifnya melalui dinamika kelompok yang ada.

Sebuah kasus terkuak belum lama ini hingga video amatir tersebut tersebar dalam sebuah berita online yang memberitakan seorang siswi SMP Negeri 5 Pinarang, Kelurahan Data'e, Kecamatan Duampanua, Kabupaten Pinarang yang dianiaya oleh 3 orang temannya sampai korbanya mengalami trauma karena korban mengalami kekerasan fisik dan juga verbal. (tribunpinrang.com, minggu 20 November 2016)

Dari berita tersebut tentunya dapat dipahami bahwa di era saat ini tidak hanya remaja putra saja yang dapat melakukan tindakan agresif yang membahayakan tetapi remaja putri juga. Permasalahan tersebut terjadi melalui media sosial, memang di era sekarang ini dan kemajuan teknologi yang pesat, tidak jarang remaja yang menyalahgunakan kemajuan teknologi kedalam hal-hal yang kurang baik. Kemajuan pesat teknologi hendaknya juga disikapi dengan bijak.



Penelitian mengenai perilaku agresif beberapa tahun terakhir menunjukkan adanya perilaku agresif disekolah yang tidak sedikit meskipun tidak bisa dikatakan banyak. Fadhillah (2011 : 78) dalam penelitiannya terhadap siswa kelas XI disalah satu SMA swasta di kota Bandung memperoleh data perilaku agresif siswa yang berada pada kategori tinggi sebanyak 33,62 % atau 39 orang dari 113 orang siswa.

Kursin (2005:64-65) dalam penelitiannya terhadap siswa panti disalah satu panti di Semarang memperoleh data dari 57 orang siswa terdapat 80,09 % siswa yang berada pada kategori tinggi pada perilaku agresif verbal.

Dari penelitian tersebut tentu dapat sedikit menggambarkan bagaimana fenomena remaja di Indonesia mengenai perilaku agresif, bahkan contoh kasus diatas juga yang dimuat dalam media online merupakan sedikit gambaran dari beberapa kasus di Indonesia yang mungkin saja belum terkuak sepenuhnya. Fenomena perilaku agresif di Indonesia dapat di ibaratkan seperti gambaran gunung es.

Sebuah kasus tersebut tentunya sangat memprihatinkan dan sangat mengkhawatirkan bagi orang tua yang memiliki anak seorang remaja karena pada dasarnya remaja yang memiliki gejolak emosi yang tinggi dan apabila tidak mampu meregulasi emosinya dengan baik, maka akan banyak terjadi kasus-kasus seperti diatas. Remaja yang tidak memiliki regulasi emosi yang baik, cenderung melampiaskan emosinya kedalam hal-hal yang kurang baik seperti kenakalan remaja dalam bentuk mabuk-

mabukan, tawuran, pesta hura-hura, narkoba dan perilaku agresif lainnya. Bentuk perilaku agresif yang paling sering dilakukan oleh remaja disebabkan oleh adanya sebuah kemarahan. Kemarahan pada remaja dapat termanifestasikan dalam bentuk perilaku agresif yang ditampakkan, yaitu secara fisik dan verbal. Agresif fisik adalah suatu tindakan yang ditujukan untuk menimbulkan sakit secara fisik pada orang lain atau tindakan yang mengarah pada maksud tersebut. Agresif verbal adalah komunikasi yang ditunjukkan untuk menimbulkan sakit psikologis pada orang lain atau yang mengarah pada maksud tersebut.

Layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina, dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik (Winkel dan Hastuti, 2004:198).

Melihat manfaat dari konseling kelompok tersebut, diharapkan dengan terjalinnya suatu interaksi sosial yang baik antara siswa yang satu dengan lainnya, antara siswa dengan gurunya diharapkan dapat mereduksi perilaku agresif yang dimiliki oleh siswa di sekolah. Siswa yang melakukan perilaku agresif cenderung memiliki kontrol emosi yang rendah dan juga dikarenakan kurangnya jalinan interaksi sosial yang baik

antar sesama, apabila setiap siswa memiliki ikatan sosial yang baik, interpersonal yang baik, maka kecil kemungkinan seorang siswa akan menyakiti temannya sendiri.

Konseling kelompok adalah proses bantuan yang dilakukan oleh konselor sebagai pemimpin kelompok yang bertujuan untuk membantu permasalahan setiap individu secara berkelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Oleh sebab itu melalui konseling kelompok ini, diharapkan seorang siswa yang berperilaku agresif dapat memahami sudut pandang perilakunya dari temannya yang pernah menjadi korban agresifnya dan juga siswa yang memiliki perilaku pasif agresif dapat memahami bahwa perilakunya juga keliru.

Yusuf (2005: 11) yang mengungkapkan bahwa bimbingan pribadi-sosial adalah bimbingan untuk membantu para individu dalam memecahkan masalah-masalah sosial-pribadi. Yang tergolong dalam masalah-masalah pribadi - sosial adalah masalah hubungan dengan sesama teman, dengan dosen, serta staf, permasalahan sifat dan kemampuan diri, penyesuaian diri dengan lingkungan pendidikan dan masyarakat tempat mereka tinggal dan penyelesaian konflik. Dari pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi-sosial merupakan suatu bimbingan yang diberikan oleh seorang ahli kepada individu atau kelompok, dalam membantu individu menghadapi dan memecahkan

masalah-masalah pribadi-sosial, seperti penyesuaian diri, menghadapi konflik dan pergaulan.

Melalui konseling kelompok diharapkan dapat mengurangi perilaku agresif siswa di sekolah karena dalam konseling kelompok setiap individu dapat memahami sudut pandang teman-temannya. Berdasarkan hal tersebut, maka penulis kemudian tertarik untuk mengadakan penelitian tentang mereduksi perilaku agresif siswa melalui layanan konseling kelompok. Hal yang ingin dilihat adalah bagaimana penurunan intensitas perilaku agresif siswa yang diberikan layanan konseling kelompok.

## **2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Terdapat siswa yang sering memukul temannya
2. Terdapat siswa yang sampai berbicara kotor
3. Terdapat siswa yang membanting barang saat sedang marah
4. Terdapat siswa yang jail dan senang mengganggu temannya seperti menarik-narik baju dan melemparinya dengan kertas
5. Terdapat siswa yang sering membuat kegaduhan di dalam kelas seperti mengobrol dan memukul-mukul meja.
6. Terdapat siswa yang kerap merusak fasilitas sekolah seperti mencoret-coret dinding, meja dan kursi.

7. Ada siswa yang suka mengolok-olok dan menghina kekurangan fisik temannya.

### **3. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka agar dalam penelitian ini tidak terjadi yang tidak diinginkan, maka penulis membatasi masalah mengenai “penggunaan layanan konseling kelompok teknik *rational emotive behavior therapy (home work)* untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.”

### **4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah di atas maka masalah dalam penelitian ini adalah: “tingginya perilaku agresif yang dilakukan oleh siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.” Adapun permasalahannya adalah “Apakah perilaku agresif dapat dikurangi menggunakan layanan konseling kelompok teknik *rational emotive behavior therapy (home work)* pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017”

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Dengan memperhatikan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah dan perumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah agar siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah dapat mengurangi perilaku agresifnya menggunakan layanan konseling kelompok teknik *rational emotive behavior therapy (home work)*.

### **2. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut :

#### a. Secara teoritis

Penelitian ini berguna untuk mengembangkan konsep-konsep ilmu tentang bimbingan dan konseling khususnya dalam penggunaan layanan konseling kelompok dalam mereduksi perilaku agresif siswa.

#### b. Secara praktis

- 1) Siswa dapat memahami dan mengurangi perilaku agresifnya untuk memaksimalkan proses sosialisasi yang efektif
- 2) Menambah pengetahuan guru bimbingan dan konseling berupa data empiris tentang gejala perilaku agresif pada siswa dan mampu mengatasinya dengan menggunakan layanan konseling kelompok.
- 3) Bagi peneliti sebagai bekal untuk meningkatkan pengetahuan serta menambah wawasan agar nantinya dapat melaksanakan tugas sebaik-baiknya.

### **C. Kerangka Pemikiran**

Perilaku agresif siswa di sekolah dapat dikategorikan tinggi, hampir disetiap sekolah dapat dipastikan terdapat perilaku agresif yang dilakukan oleh siswa di sekolah. Seperti hasil observasi dan wawancara dengan guru BK di SMP Negeri 2 Kotagajah yang dilakukan saat pra penelitian, peneliti menemukan beberapa kasus yang terjadi di lapangan, diantaranya adalah terdapat siswa yang memukul temannya, berkelahi, membuat kegaduhan didalam kelas dengan memukul-mukul meja, mengobrol dan melempari kertas, membuat coretan-coretan di dinding dan di meja, mengeluarkan kata-kata yang kurang sopan serta membangkan perintah guru disekolah.

Perilaku agresif merupakan bentuk perilaku sosial yang maladaptif karena perilaku tersebut cenderung tidak dapat diterima oleh lingkungan, karena perilaku tersebut juga cenderung merusak dan merugikan orang lain.

Perilaku agresif tersebut akan memberikan banyak dampak negatif bagi individu, salah satunya menurut Handayani (2004 : 56) yaitu pelaku atau siswa yang memiliki perilaku agresif akan dijauhi teman-temannya atau bahkan tidak ada yang mau berteman dengannya. Artinya dari pernyataan tersebut adalah secara tidak langsung, perilaku agresif akan mempengaruhi sosialisasi siswa. Maka dari itu, perilaku agresif tentunya dapat diminimalisir melalui layanan konseling kelompok, karena melalui konseling kelompok tersebut, dengan memanfaatkan dinamika kelompok diharapkan dapat

membuka pemahaman siswa tersebut dan mengerti bahwa perilakunya selama ini merugikan teman-temannya dan secara sadar dan suka rela dapat mengurangi perilaku agresifnya serta mengoptimalkan proses adaptasi sosial yang lebih adaptif.

Seperti yang diungkapkan oleh Handayani (2004), beberapa dampak perilaku agresif diantaranya adalah :

1. Bagi pelaku akan dijauhi oleh teman
2. Mendapat cap negatif sebagai anak nakal dan memiliki konsep diri yang kurang baik
3. Bagi korbannya akan memberikan dampak rasa ketakutan dan bagi lingkungan sekitar akan membuat hubungan sosial yang kurang sehat

Pidarta (2000 : 213) menyatakan bahwa “salah satu cara mengurangi perilaku agresif adalah dengan katarsis yaitu penyaluran ketegangan psikis kearah aktivitas seperti, membuat boneka, ikut pertandingan, olah raga dan sebagainya “. Pendapat tersebut sejalan dengan apa yang diungkapkan Dollar (dalam Sarwono, 2009 : 163) yang mengatakan bahwa perilaku agresif dapat diminimalisir melalui katarsis, yakni upaya untuk menurunkan rasa marah dan kebencian dengan cara yang lebih aman sehingga mengurangi bentuk agresivitas yang kan muncul.

Proses katarsis tersebut diharapkan dapat dilakukan dalam proses konseling kelompok yang akan dilakukan sehingga nantinya setelah siswa merasa lega



telah mengungkapkan semuanya (katarsis) didalam kelompok, anggota kelompok lain akan menanggapi sehingga akan terjalin suatu interaksi sosial dan dinamika yang baik didalam kelompok.

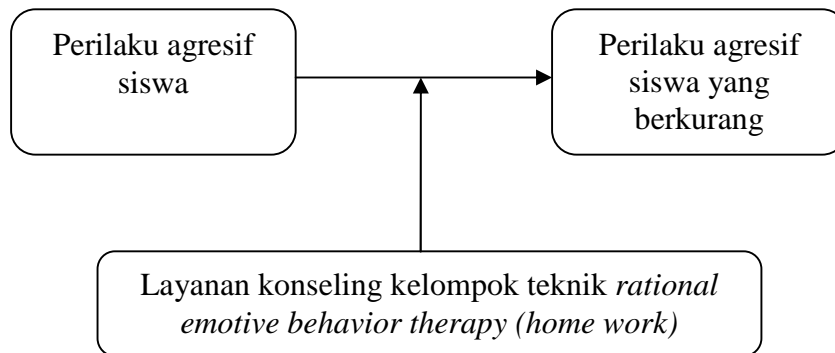
Layanan konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Dinamika kelompok ialah suasana yang hidup, yang berdenyut, yang bergerak, yang ditandai dengan adanya interaksi antar sesama anggota kelompok (Prayitno dalam Vitalis, 2008:63). Perilaku agresif yang dilakukan oleh siswa disekolah sebenarnya dipengaruhi oleh beberapa stimulus, oleh sebab itu sesuai dengan pendapat beberapa tokoh diatas diharapkan melalui konseling kelompok dapat ditangani dengan baik.

Penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* ini karena merupakan terapi yang komprehensif, aktif-direktif, filosofis dan empiris berdasarkan psikoterapi yang berfokus pada penyelesaian masalah-masalah gangguan emosional dan perilaku, serta menghantarkan individu untuk lebih bahagia dan hidup yang lebih bermakna (*fulfilling lives*). Penggunaan teknik dikarenakan pada pelaku agresif merasa bahwa perilakunya hanya sebatas keisengan belakang yang dianggapnya biasa sehingga pelaku merasa tidak ada yang salah, begitu juga dengan korbannya selanjutnya mengurangi kecenderungan agresi tersebut dengan mengubah keyakinan dan cara pandangnya terhadap realitas.

*Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) cukup memberikan kontribusi dalam membantu mengurangi irasional belief dan perilaku agresi pada pelaku agresif di sekolah. *Feed back* dapat meningkatkan *insight* responden akan dirinya dan cukup membantu dalam merubah pemikiran dan keyakinan yang irasional, sehingga dapat menurunkan ide-ide permusuhan (*hostility*). Penurunan *hostility* tersebut akan berdampak besar pada penurunan beberapa dimensi agresi yang lain yaitu *anger*, *physical aggression* dan *verbal aggression*. Perasaan marah akan berkurang dan kecenderungan perilaku agresi fisik atau verbal tidak akan terjadi ketika berbagai pemikiran dan ide-ide permusuhan dalam dirinya direduksi.

Perilaku-perilaku agresif siswa di Sekolah yang kerap dilakukan oleh siswa tersebut, dibutuhkan *treatment* yang tepat agar perilaku agresif siswa di Sekolah dapat berkurang karena mengingat alasan siswa-siswa tersebut melakukan tindakan perilaku agresif adalah karena pola pikir irasional mereka tentang perilakunya di Sekolah terhadap teman-temannya dalam proses bersosialisasi.

Berdasarkan uraian tersebut, maka muncul kerangka berfikir untuk melihat apakah layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* dapat mereduksi perilaku agresif siswa. Untuk lebih jelasnya, maka kerangka berfikir dapat diilustrasikan sebagai berikut :



**Gambar 1.1 Kerangka Pikir Penelitian**

Dari gambar tersebut, dapat dilihat bahwa perilaku agresif siswa yaitu meliputi sering memukul teman, membuat kegaduhan di kelas, membangkang perintah guru, berbicara kotor kepada teman dll seperti yang dicontohkan diatas akan diberikan *treatment* dengan menggunakan layanan konseling kelompok sehingga diharapkan siswa dapat mengontrol emosinya dan tidak melakukan tindakan agresif lagi sehingga perilaku agresif siswa di sekolah dapat berkurang.

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis merupakan jawaban sementara dan perlu dibuktikan kebenarannya dengan menggunakan data atau fakta yang ada dan terjadi di lapangan.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

- 1)  $H_0$  : Tidak terdapat perubahan perilaku agresif menggunakan layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.
- 2)  $H_a$  : perilaku agresif dapat dikurangi menggunakan layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.

## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Perilaku Agresif dalam Bidang Pribadi-Sosial**

Pengertian agresif merujuk pada perilaku yang dimaksudkan untuk membuat objeknya mengalami bahaya atau kesakitan. Agresif juga dapat menjadi setiap bentuk keinginan (*drive-motivation*) yang diarahkan pada tujuan untuk menyakiti atau melukai seseorang. Agresif dapat dilakukan secara verbal atau fisik. Perilaku agresif dalam bimbingan dan konseling termasuk dalam bidang bimbingan pribadi-sosial karena permasalahan tersebut termasuk dalam perilaku seorang individu/pribadi yang akan berpengaruh terhadap kehidupan sosialnya.

#### **1. Definisi Perilaku Agresif**

Perilaku agresif merupakan tindakan yang dilakukan oleh individu dalam bentuk fisik maupun verbal dengan tindakan kekerasan seperti memukul, berkelahi, menghina orang lain, merusak sesuatu yang bertujuan untuk melukai atau menciderai seseorang dan merusak sesuatu. Perilaku agresif merupakan bentuk perilaku sosial yang maladaptif karena perilaku tersebut cenderung tidak dapat diterima oleh lingkungan, karena perilaku tersebut juga cenderung merusak dan merugikan orang lain.

Sears (2002 : 3), agresif merupakan perilaku yang melukai orang lain. Senada dengan pendapat tersebut, Anantasari (2006 : 63) yang menyatakan bahwa perilaku agresif merupakan tindakan yang berupa kekerasan, yang dilakukan oleh manusia terhadap sesamanya, dimana

dalam agresif terkandung maksud untuk membahayakan atau menciderai orang lain, dan diindikasikan antara lain oleh tindakan untuk menyakiti, merusak, baik secara fisik, psikis, maupun sosial. Target perilaku agresif tidak hanya kepada seseorang yang dianggap musuh tetapi juga kepada barang-barang atau sesuatu disekitarnya. Oleh sebab itu tidak jarang kita melihat saat seseorang sedang marah cenderung bersifat agresif seperti merusak atau bahkan membanting barang-barang disekitarnya.

Pendapat tersebut juga didukung oleh Abidin (2005), bahwa agresif memiliki beberapa karakteristik. Karakteristik yang pertama, agresif merupakan tingkah laku yang bersifat membahayakan, menyakitkan, dan melukai orang lain. Kedua, agresif merupakan suatu tingkah laku yang dilakukan oleh seseorang dengan maksud untuk melukai, menyakiti dan membahayakan orang lain atau dengan kata lain dilakukan dengan sengaja. Ketiga, agresif dilakukan untuk melukai korban secara fisik, psikis (psikologis), misalnya menghina orang lain.

Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif tidak hanya suatu tindakan untuk menyakiti seseorang secara fisik, tetapi juga secara psikis dan perasaan, dan juga tidak hanya berupa tindakan secara langsung tetapi juga secara verbal. Dan juga perilaku agresif juga tidak hanya ditujukan kepada seseorang yang dianggap musuh tetapi juga kepada barang-barang yang ada disekitar.

Menurut Lewin (dalam Sarwono, 2007), remaja memiliki resiko yang cukup tinggi untuk melakukan perilaku agresif. Agresivitas bahkan dianggap sebagai tingkah laku normal dan terjadi pada sebagian besar remaja sebagai wujud dari masalah psikologis yang dihadapinya. Mereka menggunakan metode penyelesaian masalah yang kurang tepat dalam mengatasi pergolakan emosinya.

Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan agresivitas, yaitu faktor sosial, faktor kultural, faktor gender, faktor sumber daya, faktor personal, faktor media massa dan faktor situasional (Sarwono & Meinarno, 2009). Selain beberapa faktor di atas, kemunculan perilaku agresi juga dapat disebabkan oleh kesepian. Penelitian yang dilakukan Loucks (1980) juga menemukan bahwa individu yang kesepian akan memiliki skor yang tinggi dalam pengukuran skala *anger-hostility*.

Buss dan Perry (1992) mengatakan lebih lanjut bahwa terdapat empat dimensi agresi yang dapat digunakan untuk melihat perilaku agresif secara umum:

1. Agresi fisik, yaitu kecenderungan individu untuk melakukan serangan secara fisik sebagai ekspresi kemarahan.
2. Agresi verbal, yaitu kecenderungan untuk menyerang orang lain atau memberi stimulus yang merugikan dan menyakitkan orang tersebut secara verbal yaitu melalui kata-kata atau melakukan penolakan.
3. Kemarahan, yaitu representasi emosi atau afektif berupa dorongan fisiologis sebagai tahap persiapan agresi.

4. Permusuhan, yaitu perasaan sakit hati dan merasakan ketidakadilan sebagai representasi dari proses berpikir atau kognitif.

Dari 4 dimensi pernyataan diatas dapat diketahui bahwa perilaku agresif tersebut kerap ditampakkan oleh siswa di sekolah. Oleh sebab itu harapannya adalah ketika melihat salah satu dari 4 poin diatas hendaknya sebagai pendidik hal tersebut dapat menjadi rambu-rambu yang mengindikasikan bahwa siswa tersebut melakukan tindakan agresif dan diperlukan pelatihan regulasi emosi atas perasaan emosi yang dirasakannya.

Perasaan emosi dan luapan emosi yang dirasakan oleh seorang individu, merupakan penyebab perilaku agresif dikarenakan individu tersebut tidak mendapatkan apa yang diingikannya atau kebutuhannya, sehingga individu tersebut meluapkan emosinya dengan bentuk verbal maupun non verbal.

Hanito, (2008) mengatakan bahwa perilaku agresif adalah perilaku menyerang balik secara fisik (non verbal) maupun kata-kata (verbal), perilaku ini merupakan suatu bentuk terhadap rasa kekecewaan karena tidak terpenuhi keinginan atau kebutuhannya. Tindakan tersebut dilakukan karena keinginan / harapan yang begitu besar tetapi hasil yang didapatkan tidak sesuai oleh sebab itulah individu tersebut melakukan



tindakan agresif. Hal tersebut tentu akan berbeda jika individu tersebut memiliki regulasi emosi yang baik.

Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa ketika seorang individu tidak mendapatkan apa yang diinginkannya dan tidak memiliki regulasi emosi yang baik, maka cenderung seorang individu tersebut akan mengarah pada tindakan agresif, baik secara verbal maupun nonverbal. Tentunya akan sangat membahayakan karena intensitas perilaku agresif antara individu satu dengan yang lainnya jelas sangat berbeda. Sangat diperlukan tindakan preventif yang tepat agar seorang individu khususnya remaja disekolah tidak sampai melakukan tindakan agresif yang ekstrim.

## **2. Faktor – faktor yang memicu perilaku agresif.**

Perilaku agresif muncul dikarenakan dipicu oleh beberapa faktor. Pemicu tersebut dapat dari dalam individu tersebut maupun dari luar individu tersebut. Menurut Freud (dalam Baron, 2005 : 137) berpendapat bahwa agresif terutama timbul dari keinginan untuk mati (*death wish/thanatos*) yang kuat yang dimiliki oleh semua orang.

Sedangkan menurut Lorenz (dalam Baron, 2005 : 137) agresif muncul terutama dari insting berkelahi (*fighting instinct*) bawaan yang dimiliki oleh manusia dan spesies lainnya.

Dari pendapat diatas bahwa sebenarnya pada dasarnya setiap manusia memiliki naluri yang dibawa sejak lahir untuk melakukan tindakan

agresif. Oleh sebab itu dibutuhkan regulasi emosi yang baik bagi setiap individu untuk mengontrol emosinya agar menghindari perilaku agresif atas emosi yang dirasakannya. Setiap manusia memiliki regulasi emosi yang berbeda-beda tetapi belum tentu semuanya sudah baik, maka dari itu sangat diperlukan pelatihan regulasi emosi yang baik bagi siswa-siswa di sekolah karena mengingat tugas perkembangan dan usia remaja yang memiliki gejala emosi yang cukup besar.

Berkowitz (dalam Baron, (2005) : 138) berpandangan bahwa agresif muncul terutama dari suatu dorongan (*drive*) untuk menyakiti orang lain. Teori ini dikenal dengan teori dorongan, yang mengemukakan bahwa frustrasi membangkitkan motif yang kuat untuk menyakiti orang lain.

Menurut Taylor, Peplau, & Sears (2009) perilaku agresif dapat muncul dengan sebab-sebab sebagai berikut:

- a. Adanya serangan dari orang lain. Individu akan secara refleks memunculkan sikap agresif terhadap seseorang yang secara tiba-tiba menyerang atau menyakiti baik dengan perkataan (verbal) maupun dengan tindakan fisik.
- b. Terjadinya frustrasi dalam diri seseorang. Frustrasi adalah gangguan atau kegagalan dalam mencapai tujuan. Ketika individu mengalami frustrasi maka akan dapat memunculkan kemarahan yang dapat membangkitkan perasaan agresif
- c. Ekspektasi pembalasan atau motivasi untuk balas dendam. Ketika individu yang marah mampu untuk melakukan balas dendam, maka

rasa marah akan semakin besar dan kemungkinan untuk melakukan agresi juga bertambah besar.

- d. Kompetisi. Agresi yang tidak berkaitan dengan keadaan emosional, tetapi mungkin muncul secara tidak sengaja dari situasi yang melahirkan suatu kompetisi. Secara khusus merujuk pada situasi kompetitif yang sering memicu pola kemarahan, pembantahan dan agresi yang tidak jarang bersifat destruktif.

Pemaparan lain yang diungkapkan oleh Myers (2002), bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi agresivitas yaitu:

- a. Frustrasi.
- b. Pembelajaran agresi yang mana terdapat imbalan dan pembelajaran sosial.
- c. Pengaruh lingkungan.  
Pengaruh lingkungan yang dimaksudkan adalah situasi lingkungan yang didalamnya termasuk insiden yang menyakitkan, suhu udara panas, serangan, kerumunan orang yang memicu munculnya tindakan agresi.
- d. Sistem saraf otak.
- e. Faktor gen atau keturunan.
- f. Faktor kimia dalam darah (alkohol dan obat-obatan).

Buss dan Perry (dalam Anderson & Bushman, 2002) menyatakan bahwa secara umum perilaku agresif dipengaruhi oleh dua faktor utama, yakni

faktor personal dan faktor situasional. Faktor personal meliputi karakter bawaan individu yang menentukan reaksi individu tersebut ketika menghadapi situasi tertentu. Seperti bagaimana individu merespon emosi yang dirasakan kedalam sebuah tindakan nyata. Sementara itu, faktor situasional mencakup fitur-fitur atau hal-hal yang terjadi di lingkungan yang juga mempengaruhi reaksi individu terhadap suatu peristiwa.

Faktor personal dan faktor situasional dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Faktor Personal

- 1) Sifat
- 2) Jenis Kelamin
- 3) Keyakinan
- 4) Sikap
- 5) Nilai
- 6) Tujuan jangka panjang

b. Faktor Situasional

- 1) Petunjuk untuk melakukan tindakan agresif (*Aggressive Cues*)
- 2) Provokasi
- 3) Frustrasi
- 4) Rasa sakit dan ketidaknyamanan
- 5) Obat-obatan
- 6) Insentif

Dari pendapat beberapa tokoh diatas dapat dipahami bahwa pada dasarnya banyak motif yang melatar belakanginya terbentuknya perilaku

agresif, baik dari dalam individu tersebut maupun stimulus dari luar yang mempengaruhi individu tersebut untuk berperilaku agresif. Perasaan dari dalam bisa meliputi rasa kesepian, perasaan jengkel dan marah, frustrasi, rasa sakit dan kecewa selain itu faktor dari luar dapat pula berarti hasutan seorang teman, provokasi maupun juga dari efek obat-obatan terlarang. Faktor- faktor tersebutlah yang hendaknya dapat dikendalikan dengan baik oleh setiap individu agar individu tersebut tidak melakukan tindakan-tindakan agresif yang membahayakan diri sendiri maupun orang lain.

### **3. Tipe-tipe perilaku agresif**

Myers (2002) yang menyebutkan bahwa agresi dapat dibagi menjadi dua jenis. Kedua jenis agresi yang dimaksud sebagai berikut:

- a. Agresi instrumental (*instrumental aggression*) agresi instrumental merupakan agresi yang dilakukan oleh organisme atau individu sebagai alat untuk mencapai tujuan.
- b. Agresi benci (*hostile aggression*) agresi benci merupakan agresi yang dilakukan semata – mata sebagai pelampiasan keinginan untuk menimbulkan efek kerusakan, kesakitan atau kematian pada sasaran atau korban.

Medinus dan Jhonson (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2006), agresi dapat dikelompokkan kedalam empat kategori yaitu:

- a. Menyerang secara fisik yang termasuk didalamnya adalah mendorong, meludahi, menendang, menggigit, meninju, memarahi dan merampas.
- b. Menyerang suatu objek yang dimaksud adalah menyerang benda mati atau binatang.
- c. Secara verbal atau simbolis, yang termasuk didalamnya adalah mengancam secara verbal, menjelekkkan orang lain, sikap mengancam dan menuntut.
- d. Pelanggaran terhadap hak milik atau menyerang daerah orang lain.

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa beberapa tipe perilaku agresif tentu saja dapat dikatakan rentan dan sering kita lihat di beberapa sekolah. Perilaku agresif tersebut seperti menyerang secara fisik, menyerang benda mati atau objek disekitar bahkan agresif yang dilakukan secara verbal dan penyerangan hak milik orang lain.

#### **4. Aspek-aspek perilaku agresif**

Menurut Hobbes (dalam Nuraeni, 2005) manusia memiliki kebebasan alamiah dimana manusia bebas melakukan apa pun yang dikehendakinya. Hal ini melahirkan kompetisi dan peperangan yang disebabkan ada desakan seleksi alam untuk mempertahankan hidup. Inilah cikal-bakal agresi. Yang terkuat, itulah yang bertahan.

Jenis-jenis perilaku ini saling berinteraksi, sehingga menghasilkan delapan aspek perilaku agresi, yaitu:

1. Perilaku agresi fisik aktif yang dilakukan secara langsung (menusuk, menembak, memukul).
2. Perilaku agresi fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung (membuat jebakan atau memasang ranjau, menyewa pembunuh, santet).
3. Perilaku agresi fisik pasif yang dilakukan secara langsung (tidak mau memberi jalan kepada orang lain).
4. Perilaku agresi fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung (menolak untuk mengerjakan sesuatu, masa bodoh).
5. Perilaku agresi verbal aktif yang dilakukan secara langsung (memaki, menghina orang lain).
6. Perilaku agresi verbal aktif yang dilakukan secara tidak langsung (menyebarkan gosip atau fitnah tentang orang lain, mengadu domba).
7. Perilaku agresi verbal pasif yang dilakukan secara langsung (menolak untuk berbicara dengan orang lain atau menolak memberi jawaban).
8. Perilaku verbal pasif yang dilakukan secara tidak langsung (tidak setuju atau memboikot tetapi tidak mau mengatakan).

Menurut Buss dan Perry (1992), terdapat empat aspek perilaku agresif yang didasari dari tiga dimensi dasar yaitu motorik, afektif, dan kognitif.

Empat aspek perilaku agresif yang dimaksud yaitu:

- a. *Physical aggression*

*Physical aggression* yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, mengganggu, atau membahayakan orang lain melalui respon motorik dalam bentuk fisik, seperti memukul, menendang, dan lain-lain.

b. *Verbal aggression*

*Verbal aggression* yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, mengganggu, atau membahayakan orang lain dalam bentuk penolakan dan ancaman melalui respon vokal dalam bentuk verbal.

c. *Anger*

*Anger* merupakan emosi negatif yang disebabkan oleh harapan yang tidak terpenuhi dan bentuk ekspresinya dapat menyakiti orang lain serta dirinya sendiri. Beberapa bentuk anger adalah perasaan marah, kesal, sebal, dan bagaimana mengontrol hal tersebut. Termasuk didalamnya adalah *irritability*, yaitu mengenai temperamental, kecenderungan untuk cepat marah, dan kesulitan mengendalikan amarah.

d. *Hostility*

*Hostility* yaitu tindakan yang mengekspresikan kebencian, permusuhan, antagonisme, ataupun kemarahan yang sangat kepada pihak lain. *Hostility* adalah suatu bentuk agresi yang tergolong agresi *covert* (tidak kelihatan). *Hostility* mewakili komponen kognitif yang terdiri dari kebencian seperti cemburu dan iri terhadap orang lain, dan kecurigaan seperti adanya ketidakpercayaan, kekhawatiran.

Berdasarkan penjelasan diatas, cukup banyak aspek-aspek dalam perilaku agresif seperti berupa tindakan agresif fisik yang bertujuan menyakiti orang lain, agresif verbal dengan mengeluarkan cacian dan makian terhadap orang lain, permusuhan dan juga kemarahan. Aspek-aspek diatas tentunya harus dapat diamati dengan baik selaku konselor disekolah karena hal tersebut tidak hanya ditampakkan secara langsung di lingkungan sekolah saja, melainkan di era sekarang ini bias juga diamati melalui media sosial siswa.



## 5. Dampak Perilaku Agresif

Handayani (2004) mengemukakan beberapa hal dampak perilaku agresif diantaranya adalah :

### a. Dampak bagi pelaku

Anak akan dijauhi oleh teman-temannya, mendapat label sebagai anak nakal, serta dibenci oleh teman-temannya. Dari hal tersebut berdampak juga pada konsep diri anak tersebut. Anak tersebut menjadi memiliki konsep diri yang negatif karena lingkungan tidak dapat memberikan kenyamanan serta membuat dirinya merasa terisolasi. Untuk dilingkungan sekolah anak tersebut menjadi kesulitan dalam bersosialisasi dan menjalin kerja sama dengan siswa-siswa yang lainnya.

### b. Dampak bagi korban

Bagi korban akan memberikan efek korban menjadi selalu merasa ketakutan, terancam dan merasa tidak nyaman, serta apabila bertemu dengan pelaku akan cenderung menghindar. Beberapa kasus disekolah adalah sampai enggan untuk berangkat ke sekolah. Selain itu juga akan membuat hubungan sosialisasi menjadi kurang sehat.

Ronen (Safaria T, 2004) mengatakan anak yang agresif mengalami kesulitan dalam kemampuan kognisi sosial, ketrampilan sosial, dan kesulitan penyesuaian diri. Hal tersebut tentu akan sangat mengganggu tugas perkembangan yang harusnya dapat dilewati dengan baik oleh

individu tersebut. Penanganan yang tepat akan sangat membantu begitu melihat salah satu indikasi yang muncul yang kemungkinan anak tersebut akan melakukan tindakan agresif.

Berdasarkan pendapat tokoh tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif akan sangat merugikan baik bagi pelaku maupun korban. Oleh sebab itu, perhatian bagi setiap pendidik di sekolah apabila melihat indikasi salah satu seorang siswanya untuk melakukan tindakan agresif hendaknya dapat segera memberikan penanganan segera, karena perilaku agresif apabila telah menjadi suatu kebiasaan akan membuat pelaku merasa bahwa hal tersebut telah menjadi tabiat bagi dirinya.

## 6. Usaha Untuk Mengendalikan Perilaku Agresif.

Menurut Baron (2002:164) beberapa prosedur yang dapat digunakan untuk mencegah atau mengendalikan perilaku agresif antara lain:

- a. Hukuman (*Punishment*)  
Hukuman (*punishment*) yaitu pemberian konsekuensi yang menyakitkan untuk mengurangi perilaku tertentu- sebagai suatu teknik untuk mengurangi agresi.
- b. Katarsis  
Hipotesis katarsis (*catharsis hypothesis*) yaitu pandangan bahwa jika individu mengekspresikan kemarahan dan *hosility* mereka dalam cara yang relatif tidak berbahaya, tendensi mereka untuk terlibat dalam tipe agresi yang lebih berbahaya akan berkurang.
- c. Teknik-teknik lain untuk mengurangi agresi  
Banyak teknik lain dengan tujuan mengurangi agresi terbuka yang telah dikembangkan dan diuji. Disini, secara singkat, ada tiga lagi yang tampak cukup efektif.
  - 1) Pemaparan terhadap model nonagresif : pertahanan yang menular
  - 2) Pelatihan dalam keterampilan sosial : belajar untuk memiliki hubungan baik dengan orang lain
  - 3) Respons yang tidak tepat : sulit untuk tetap marah jika anda tersenyum

Rimm (2003:158) Perilaku agresif anak dapat dikurangi yaitu dengan cara menyingkirkan contoh tindak kekerasan, memberi batasan, membentuk tim yang kuat, serta mengajarkan agar anak mengungkapkan kemarahan secara verbal. Maksudnya adalah pada dasarnya anak khususnya pada usia remaja awal, setiap tindakan yang dilakukannya adalah melalui proses imitasi atau mencontoh tindakan dan perilaku orang lain. Oleh sebab itu disini, hendaknya orang tua dapat membentengi anak-anak dari contoh-contoh perilaku yang tidak patut ditiru oleh anak.

Menurut Hastomo (2006:2), metode pengajaran nilai atau norma masyarakat yang sudah dilaksanakan melalui proses pendidikan formal di sekolah khususnya sekolah disinyalir kurang berhasil memberikan dampak positif terhadap pembentukan perilaku individu. Ditandai masih banyak dijumpainya perilaku yang tidak sesuai dengan norma masyarakat itu sendiri, salah satunya adalah perilaku agresif.

Berdasarkan pendapat tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa, untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa di sekolah yang sering dilakukan siswa baik dalam jam belajar maupu diluar jam belajar dapat dilakukan beberapa langkah efektif diantaranya adalah :

1. Memberikan pemahaman kepada siswa di sekolah untuk dapat berperilaku asertif dan bukan agresif

2. Melatih regulasi emosi yang baik, agar ketika siswa mendapat stimulus untuk melakukan tindakan agresif, emosinya dapat diregulasi dengan baik
3. Mengajarkan kepada siswa untuk dapat memberikan konsekuensi pada dirinya sendiri ketika melakukan tindakan agresif
4. Memberikan pemahaman agar dapat memilih dan memilah tayangan televisi yang baik agar tidak terpengaruh dengan tayangan yang syarat akan kekerasan yang dapat membuatnya secara tidak sadar untuk menirunya
5. Jangan pernah membela teman yang berperilaku salah, berikan pemahaman makna solidaritas yang benar kepada siswa.

## **B. Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy***

### **1. Definisi Konseling Kelompok**

Layanan konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Dinamika kelompok ialah suasana yang hidup, yang berdenyut, yang bergerak, yang ditandai dengan adanya interaksi antar sesama anggota kelompok (Prayitno dalam Vitalis, 2008:63)

Layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina, dalam

suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik (Winkel dan Hastuti, 2004:198)

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa, konseling dapat diartikan sebagai suatu proses bantuan yang diberikan seorang yang ahli dalam artian disini adalah seorang konselor kepada individu yang memiliki masalah dengan tujuan agar individu tersebut dapat menyelesaikan masalahnya secara mandiri.

Johnson dan Johnson (Tatiek Romlah :2006) menyatakan bahwa kelompok adalah dua orang atau lebih individu yang berinteraksi secara tatap muka, masing-masing menyadari keanggotaannya dalam kelompok, mengetahui dengan pasti individu-individu lain yang menjadi anggota kelompok, dan masing-masing menyadari saling ketergantungan mereka yang positif dalam mencapai tujuan bersama.

Dari beberapa pengertian tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa kelompok merupakan kumpulan anatar individu-individu yang terdiri dari dua orang atau lebih yang meliputi beberapa cirri-ciri sebagai berikut :

- 1) Terdapat suatu interaksi yang lebih intens antar anggota kelompok
- 2) Terdapat suatu ikatan emosional yang saling bergantung secara positif
- 3) Memiliki tujuan yang sama
- 4) Saling mempengaruhi antar anggota kelompok

- 5) Terdapat hubungan yang terstruktur yang didasari pada peran dan norma-norma dalam kelompok.

Secara umum dari penjabaran mengenai konseling dan kelompok, secara singkat Gazda, Duncan dan Meadows (Romlah : 2006), mengartikan konseling kelompok sebagai suatu proses antar pribadi yang dinamis yang memusatkan diri pada pikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sikap permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling pengertian, saling menerima dan membantu. Kegiatan-kegiatan seperti katarsis tersebut dapat dilakukan dalam konseling kelompok, sehingga dalam khususnya penelitian ini, untuk mereduksi perilaku agresif dengan katarsis dapat sejalan dengan pelaksanaan konseling kelompok tersebut.

## **2. Tujuan Konseling Kelompok**

Menurut Prayitno (Vitalis, 2008 : 63) mengemukakan beberapa tujuan konseling kelompok diantaranya adalah :

- a. Melatih siswa agar berani berbicara dihadapan orang banyak
- b. Melatih siswa agar dapat bertoleransi dengan temannya
- c. Mengembangkan bakat dan minat masing-masing
- d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan yang dihadapi kelompok  
dalam hal penelitian ini adalah permasalahan agresivitas siswa di sekolah
- e. Melatih siswa untuk berani *sharing* dalam kelompok

Dari pengetahuan tersebut dapat dipahami banyak manfaat yang diperoleh dalam kegiatan konseling kelompok, oleh sebab itu tidak heran jika konseling kelompok kerap dijadikan sebuah layanan primadona dalam bimbingan konseling untuk mengentaskan permasalahan yang dialami oleh peserta didik di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mereduksi perilaku agresif siswa di sekolah, jika melihat beberapa poin di atas tentu saja cukup efektif karena melihat konseling kelompok sendiri juga melatih toleransi sehingga setelah terjalin suatu sikap toleransi, nantinya diharapkan tidak lagi terjadi siswa yang melakukan tindakan intimidasi dengan teman-temannya.

### **3. Kegiatan Konseling Kelompok**

Corey (Tatiek Romlah : 2006) mengemukakan bahwa kegiatan konseling kelompok biasanya berpusat pada hal-hal yang khusus seperti masalah pribadi, sosial, belajar dan karir, sesuai dengan empat bidang garapan dalam bimbingan dan konseling. Dalam kegiatan konseling kelompok ini, kaitan dengan mereduksi perilaku agresif siswa di sekolah tentu saja masuk dalam kajian bidang pribadi dalam bimbingan dan konseling.

Kegiatan konseling kelompok sendiri merupakan kegiatan yang menekankan pada hubungan intrapersonal dengan seluruh anggota kelompok. Dibutuhkan kedekatan dan suasana yang bersahabat, menyenangkan sehingga setiap konseli dapat merasa nyaman dan terbuka

sehingga dapat secara suka rela untuk mengungkapkan permasalahannya. Tentu saja itu tugas seorang konselor dalam membangun *raport* sehingga konseling kelompok dapat berjalan sesuai dengan asa-asis dalam konseling kelompok.

Topik pembicaraan dalam konseling kelompok adalah berorientasi pada permasalahan-permasalahan yang dialami oleh setiap anggota kelompok dengan pembahasan masalah sampai tuntas. Kegiatan ini banyak berkaitan erat dengan penyelesaian tugas-tugas perkembangan individu selama hidupnya.

#### **4. Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Konseling Kelompok**

Teknik yang dipakai dalam layanan konseling kelompok pada penelitian ini adalah menggunakan teknik *rational emotive behavior therapy* dengan menggunakan beragam prosedur seperti mengajar, membaca, teknik *home work*, dan penerapan metode ilmiah logis dalam pemecahan masalah. Konsep dasar pada konseling kelompok dengan teknik *rational emotive behavior therapy* adalah manusia pada dasarnya adalah unik yang memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irasional. Ketika berpikir dan bertindak laku rasional manusia akan efektif, bahagia, dan kompeten. Ketika berpikir dan bertindak laku irasional individu itu menjadi tidak efektif.



Reaksi emosional seseorang sebagian besar disebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang disadari maupun tidak disadari. Hambatan psikologis atau emosional adalah akibat dari cara berpikir yang tidak logis dan irasional. Emosi menyertai individu yang berpikir dengan penuh prasangka, sangat personal, dan irasional. Berpikir irasional diawali dengan belajar secara tidak logis yang diperoleh dari orang tua dan budaya tempat dibesarkan. Berpikir secara irasional akan tercermin dari verbalisasi yang digunakan. Verbalisasi yang tidak logis menunjukkan cara berpikir yang salah dan verbalisasi yang tepat menunjukkan cara berpikir yang tepat. Perasaan dan pikiran negatif serta penolakan diri harus dilawan dengan cara berpikir yang rasional dan logis, yang dapat diterima menurut akal sehat, serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional.

Pandangan pendekatan *rational emotif behavior therapy* tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis : ada tiga pilar yang membangun tingkah laku individu, yaitu *Antecedent event* (A), *Belief* (B), dan *Emotional consequence* (C). Kerangka pilar ini yang kemudian dikenal dengan konsep atau teori ABC.

***Antecedent event* (A)** yaitu segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku, atau sikap orang lain. Perceraian suatu keluarga, kelulusan bagi siswa, dan seleksi masuk bagi calon karyawan merupakan antecedent event bagi seseorang.

**Belief (B)** yaitu keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (*rational belief* atau rB) dan keyakinan yang tidak rasional (*irrational belief* atau iB). Keyakinan yang rasional merupakan cara berpikir atau sistem keyakinan yang tepat, masuk akal, bijaksana, dan kerana itu menjadi produktif. Keyakinan yang tidak rasional merupakan keyakinan atau sistem berpikir seseorang yang salah, tidak masuk akal, emosional, dan peran itu tidak produktif.

**Emotional Consequence (C)** merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan *antecedent event* (A). Konsekuensi emosional ini bukan akibat langsung dari A tetapi disebabkan oleh beberapa variabel antara dalam bentuk keyakinan (B) baik yang rB maupun yang iB.

Oleh sebab itu, dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa individu yang cenderung berperilaku agresif hendaknya dianalisis lebih mendalam, dilihat terlebih dahulu tentang A / *Antecedent event* atau segenap peristiwa luar yang dialaminya, kemudian *Belief* atau pandangan dan keyakinannya mengenai suatu hal dan setelah itu adalah konsekuensi emosinya.

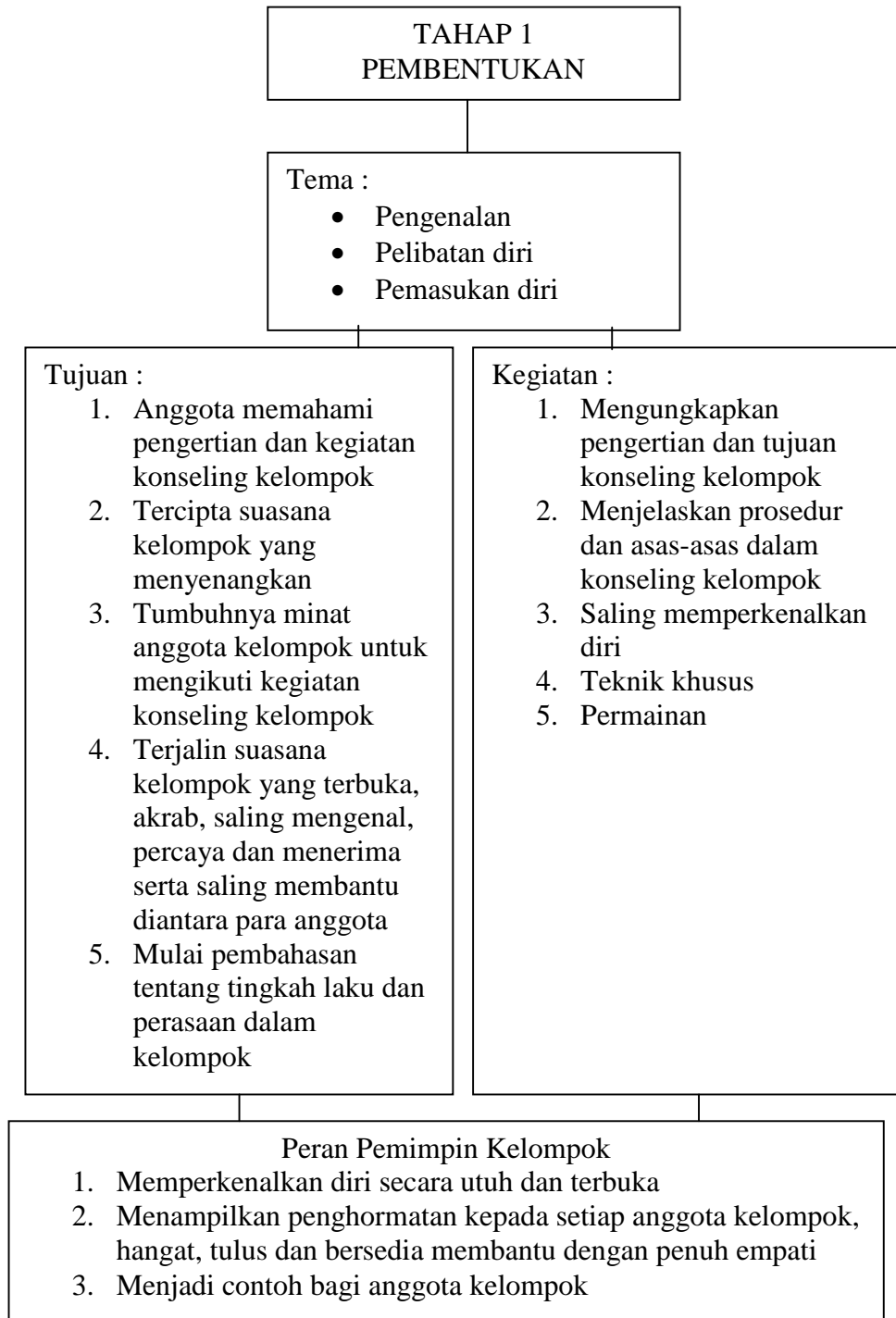
## **5. Tahap Perkembangan Kegiatan Konseling Kelompok**

tahap-tahap dalam pelaksanaan kelompok disini merupakan satu kesatuan yang terstruktur yang harus dilaksanakan dengan baik dan benar agar kelompok yang dibangun dapat efektif sehingga nanti pelaksanaan konseling kelompok pun dapat berjalan sesuai dengan apa yang diinginkannya.

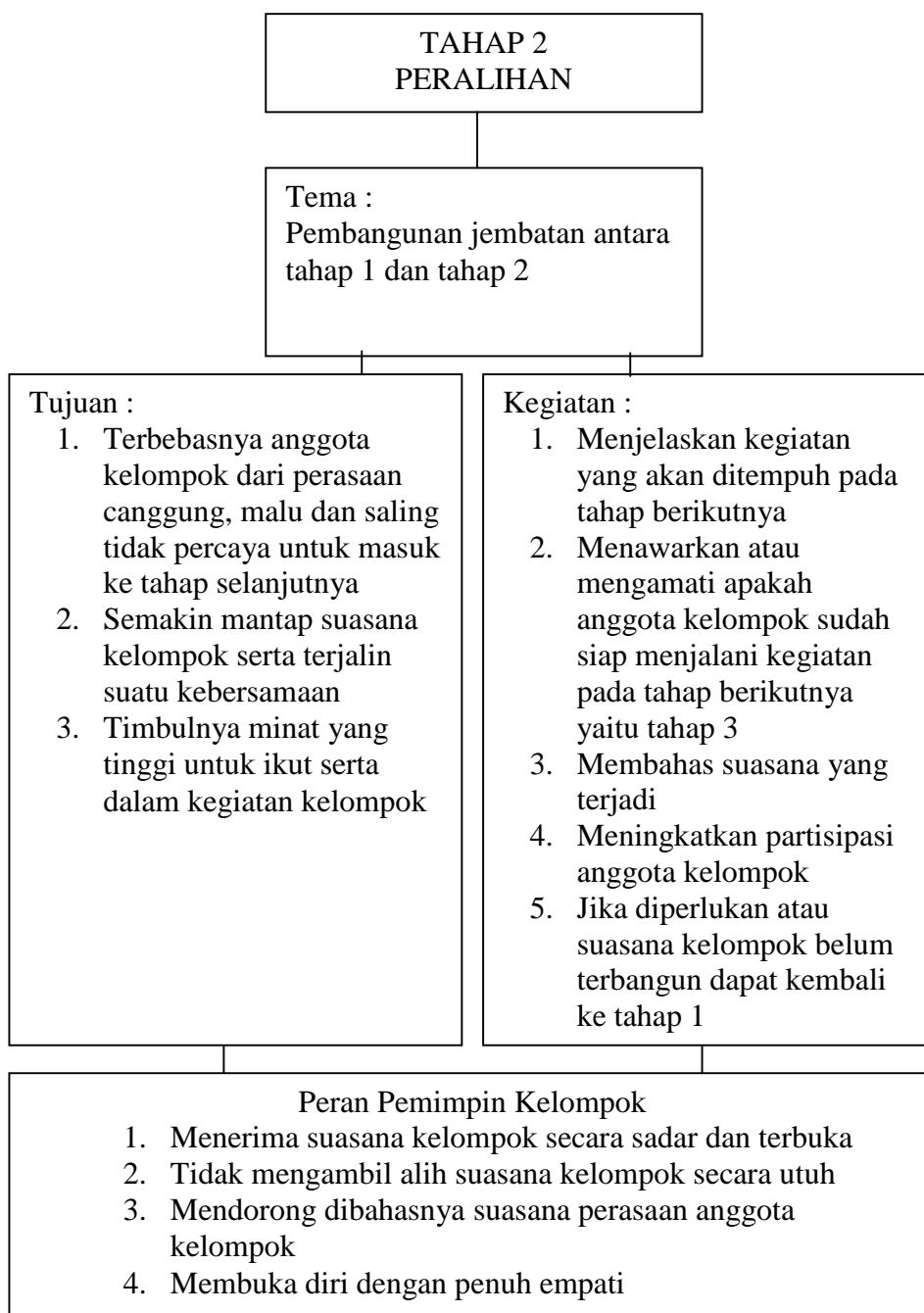
Berikut adalah bagan yang dapat digambarkan mengenai tahapan-tahapan dalam kegiatan konseling kelompok. Terdapat empat tahapan yang harus dijalankan dalam melaksanakan konseling kelompok, diantaranya adalah sebagaimana digambarkan dalam kegiatan dalam konseling kelompok.

## TAHAP-TAHAP KEGIATAN KELOMPOK DALAM KONSELING KELOMPOK

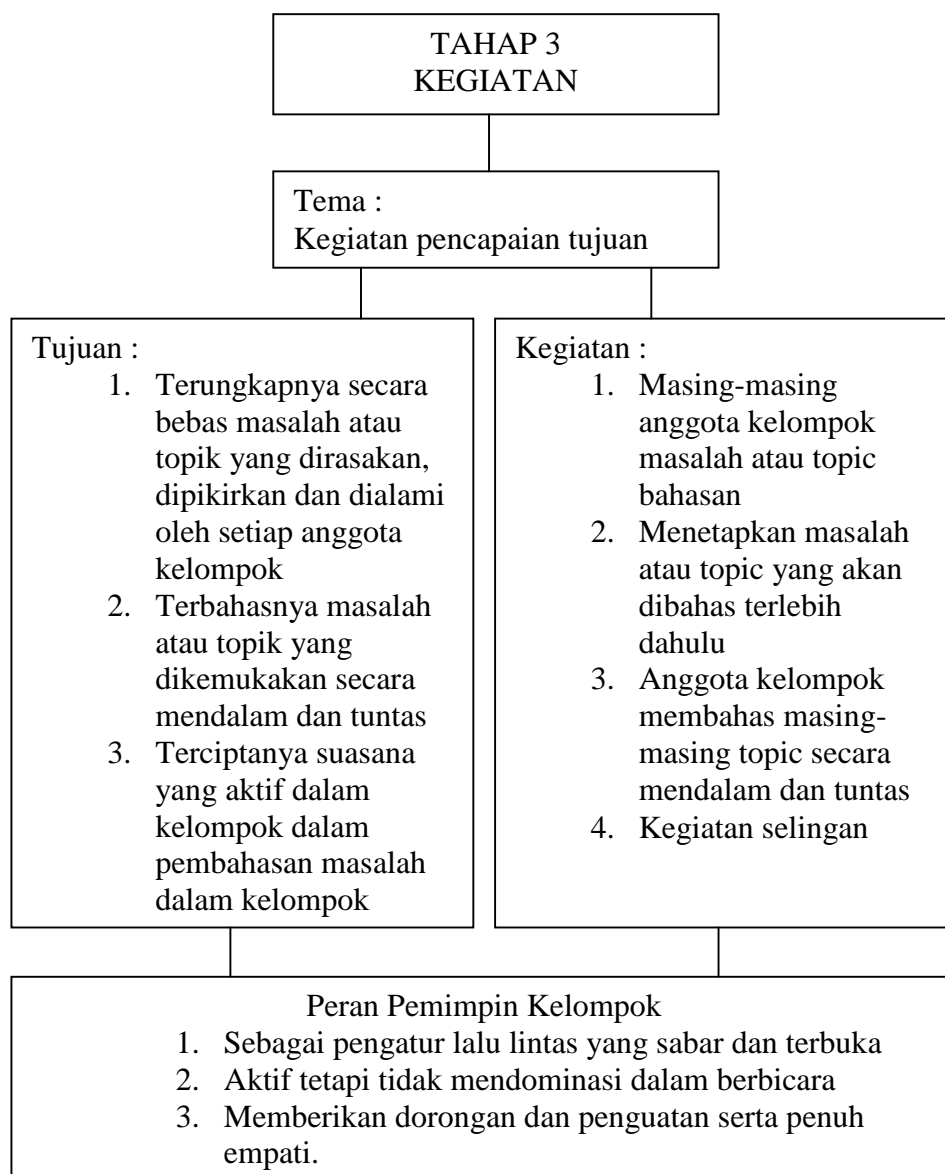
### BAGAN 1 : TAHAP 1 : PEMBENTUKAN



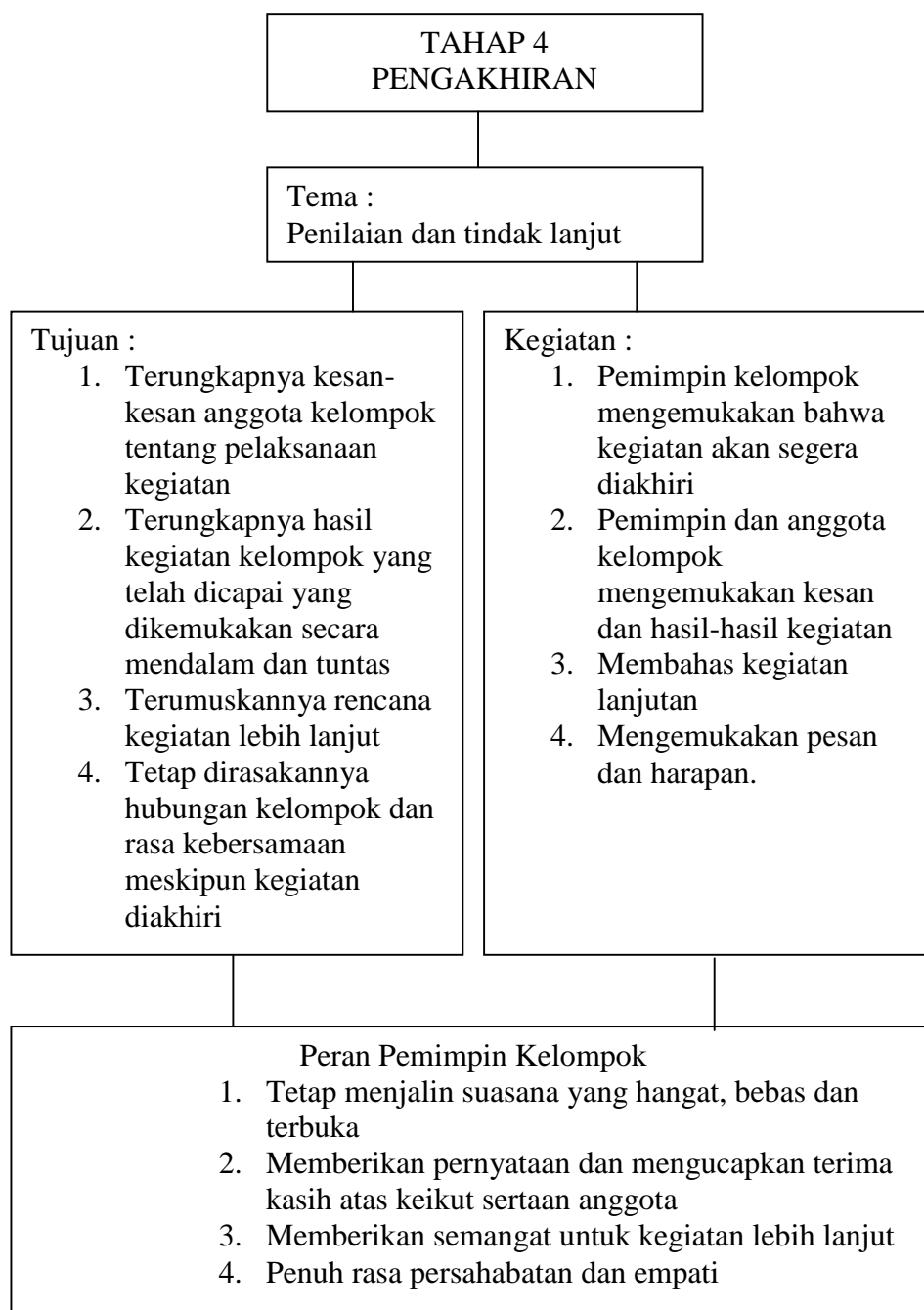
BAGAN 2 :  
TAHAP 2 : PERALIHAN



BAGAN 3 :  
TAHAP 3 : KEGIATAN



BAGAN 4 :  
TAHAP 4 : PENGAKHIRAN



Dari keempat tahap konseling kelompok tersebut, dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *rational emotive behavior therapy (home work)*, pada tahap awal, pemimpin kelompok membangun *raport* yang baik terhadap anggota kelompok agar

nantinya proses pelaksanaan layanan konseling kelompok dapat berjalan dengan baik. Membangun suasana yang bersahabat, hangat dan terbuka. Selanjutnya pada tahap peralihan adalah tahapan dimana seorang pemimpin kelompok melihat dan mengamati secara seksama kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan kegiatan konseling kelompok. Pada tahap kegiatan, pemimpin kelompok merangsang keaktifan dari masing-masing anggota kelompok untuk menciptakan dinamika kelompok. Tahap terakhir adalah pengakhiran dimana masing-masing anggota kelompok mengungkapkan kesan dan pesan serta dalam hal ini pemimpin kelompok memberikan *home work assigment*. Pelaksanaan konseling kelompok, hendaknya memperhatikan setiap prosedur dan tujuan dari masing - masing prosedur harus dapat dilalui dengan baik. Oleh sebab itu, kejelian konselor untuk mengamati dan menentukan kesiapan masing-masing anggota kelompok untuk dapat melanjutkan ke tahap berikutnya akan sangat berpengaruh dalam tahap selanjutnya.

### **C. Mengurangi Perilaku Agresif dengan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)***

Perilaku agresif merupakan tindakan yang dilakukan oleh individu dalam bentuk fisik maupun verbal dengan tindakan kekerasan seperti memukul, berkelahi, menghina orang lain, merusak sesuatu yang bertujuan untuk melukai atau menciderai seseorang dan merusak sesuatu. Perilaku agresif



merupakan bentuk perilaku sosial yang maladaptif karena perilaku tersebut cenderung tidak dapat diterima oleh lingkungan, karena perilaku tersebut juga cenderung merusak dan merugikan orang lain.

Menurut Sukardi ( 2000 : 453 ), konseling kelompok tidak hanya merupakan pertolongan yang kuratif dan preventif sehingga klien dapat melaksanakan fungsinya di masyarakat mungkin dalam bentuk pengalaman hidupnya.

Hanito (2008) mengatakan bahwa perilaku agresif adalah perilaku menyerang balik secara fisik (non verbal) maupun kata-kata (verbal), perilaku ini merupakan suatu bentuk terhadap rasa kekecewaan karena tidak terpenuhi keinginan atau kebutuhannya. Tindakan tersebut dilakukan karena keinginan / harapan yang begitu besar tetapi hasil yang didapatkan tidak sesuai oleh sebab itulah individu tersebut melakukan tindakan agresif.

Individu yang cenderung kerap melakukan tindakan agresif dapat direduksi dengan pelatihan asertif. Dalam layanan konseling kelompok seperti yang telah dijabarkan diatas adalah bahwa konseling kelompok dapat membuat individu merasa katarsis dan memperbaiki hubungan intrapersonal dengan sesama teman disekolahnya.

Konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi, mampu menyusun rencana,

membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan dalam menunjang terbentuknya perilaku yang lebih efektif. Menurut Natawidjaja (Wibowo, 2005) konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan pada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.

Didalam konseling kelompok terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok adalah suatu keadaan yang hangat dan terbuka yang ditandai dengan adanya sikap saling bekerja sama, saling memahami satu sama lain, berinteraksi dan saling bertenggang rasa. Dengan demikian, siswa merasa nyaman dan tidak ragu-ragu dalam menceritakan perasaan yang dirasakannya dan mampu menyampaikan pendapatnya dalam membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok lainnya.

Penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* ini karena merupakan terapi yang komprehensif, aktif-direktif, filosofis dan empiris berdasarkan psikoterapi yang berfokus pada penyelesaian masalah-masalah gangguan emosional dan perilaku, serta menghantarkan individu untuk lebih bahagia dan hidup yang lebih bermakna (*fulfilling lives*). Penggunaan teknik dikarenakan pada pelaku agresif merasa bahwa perilakunya hanya sebatas keisengan belakang

yang dianggapnya biasa sehingga pelaku merasa tidak ada yang salah, begitu juga dengan korbannya selanjutnya mengurangi kecenderungan agresi tersebut dengan mengubah keyakinan dan cara pandangnya terhadap realitas.

*Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) cukup memberikan kontribusi dalam membantu mengurangi *irasional belief* dan perilaku agresi pada pelaku agresif di sekolah. *Feed back* dapat meningkatkan *insight* responden akan dirinya dan cukup membantu dalam merubah pemikiran dan keyakinan yang irasional, sehingga dapat menurunkan ide-ide permusuhan (*hostility*). Penurunan *hostility* tersebut akan berdampak besar pada penurunan beberapa dimensi agresi yang lain yaitu *anger*, *physical aggression* dan *verbal aggression*. Perasaan marah akan berkurang dan kecenderungan perilaku agresi fisik atau verbal tidak akan terjadi ketika berbagai pemikiran dan ide-ide permusuhan dalam dirinya direduksi.

Penggunaan *homework assignments* (pekerjaan rumah) pada penelitian ini adalah anggota kelompok / siswa diajarkan agar hal tersebut dapat digunakan sebagai *self-help work*. Terdapat beberapa aktivitas yang dapat dilakukan dalam *homework assignments* yaitu: membaca, mendengarkan, menulis, mengimajinasikan, berpikir, relaksasi dan *distraction*, serta aktivitas

Penelitian sebelumnya yang relevan adalah penelitian yang dilakukan oleh Myrick (Wibowo 2005:196) yang melakukan studi perubahan sikap dan perilaku melalui konseling kelompok. Hasil studi menunjukkan bahwa siswa yang menerima konseling kelompok menunjukkan peningkatan perilaku di dalam kelas secara signifikan.

Oleh sebab itu dapat disimpulkan dari pengertian tokoh tersebut dan juga melihat beberapa poin dari tujuan konseling kelompok sendiri bahwa konseling kelompok terbukti efektif dalam merekonstruksi perilaku-perilaku maladaptif yang dimiliki oleh siswa, khususnya dalam penelitian ini adalah terkait perilaku agresif siswa disekolah baik agresif secara verbal maupun nonverbal atau secara fisik.

### **III. METODOLOGI PENELITIAN**

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu Sugiyono (2014:2). Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggung jawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

#### **A. Tempat Dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan di VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah dengan waktu pelaksanaan penelitiannya pada semester ganjil tahun ajaran 2016/2017.

#### **B. Metode Penelitian**

Metode penelitian pendidikan menurut Sugiyono (2014:2) dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan dan mengantisipasi masalah.

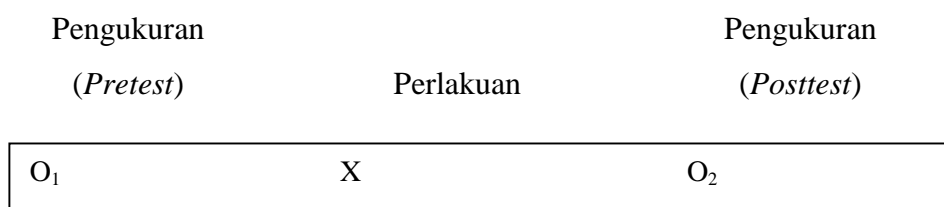
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi* eksperimen. Alasan peneliti menggunakan metode ini karena tidak menggunakan kelompok kontrol dan subyek tidak dipilih secara random. Peneliti hanya melihat hasil dari

pemberian layanan konseling kelompok pada siswa kelas VII yang memiliki perilaku agresif yang tinggi di SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design* yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding.

Menurut Sugiono (2014) jenis desain *one group pretest and posttest design*, yaitu suatu teknik untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Dalam desain ini dilakukan dua kali pengukuran, pengukuran pertama dilakukan sebelum diberi layanan konseling kelompok dan pengukuran kedua dilakukan setelah diberi layanan konseling kelompok. Pendekatan ini diberikan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding.

Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 3.1. Pola *One Group Pretest-Posttest Design*

Keterangan:

- O<sub>1</sub> : *Pretest* yaitu pengukuran awal sebelum diberikan perlakuan
- O<sub>2</sub> : *Posttest* yaitu pengukuran akhir setelah diberikan perlakuan
- X : Perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok

### **C. Subjek Penelitian**

Subyek penelitian merupakan sumber data untuk menjawab masalah. Penelitian subyek ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dalam penelitian. Subjek dalam penelitian ini diperoleh melalui *random sampling*. *Random sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan cara acak. Pengambilan subjek bukan didasarkan atas tujuan tertentu tetapi didasarkan karena undian atau pengambilan secara acak.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah yang memiliki perilaku agresif tinggi. Untuk menjangkau subjek penelitian menyebar skala dengan lembar skala agresivitas pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah. Skala agresivitas berfungsi sebagai penjangkauan subjek, jadi dapat disimpulkan bahwa subyek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki perilaku agresif yang diperoleh dari analisis hasil pengerjaan skala agresivitas yang diberikan pada saat penjangkauan subyek.

### **D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

#### **1. Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2014: 38) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Penelitian ini di laksanakan oleh 2 variabel yaitu :

a. Variabel bebas

Variable bebas dalam penelitian ini yaitu layanan konseling kelompok

b. Variabel terikat

Variable terikat dalam penelitian ini adalah perilaku agresif siswa

## **2. Definisi Operasional**

Definisi oprasional merupakan uraian yang berisi perincian sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan

a. Perilaku Agresif

Perilaku agresif merupakan tindakan yang dilakukan oleh individu dalam bentuk fisik maupun verbal dengan tindakan kekerasan seperti memukul, berkelahi, menghina orang lain, merusak sesuatu yang bertujuan untuk melukai atau menciderai seseorang dan merusak sesuatu. Perilaku agresif merupakan bentuk perilaku sosial yang maladaptif karena perilaku tersebut cenderung tidak dapat diterima oleh lingkungan, karena perilaku tersebut juga cenderung merusak dan merugikan orang lain.

Adapun indikator yang digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Agresif fisik : memukul, mendorong, berbuat jahil seperti mencoret meja atau dinding kelas
2. Agresif verbal : mengeluarkan kata-kata kotor, memaki, menghina, membentak, dan mengumpat.



3. Kemarahan : temperamental, mudah marah, kesal dan sulit mengendalikan amarah

4. Permusuhan : cemburu, iri pada orang lain dan tidak percaya

b. Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah sebagai suatu proses antar pribadi yang dinamis yang memusatkan diri pada pikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sikap permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling pengertian, saling menerima dan membantu. Kegiatan-kegiatan seperti katarsis tersebut dapat dilakukan dalam konseling kelompok, sehingga dalam khususnya penelitian ini, untuk mereduksi perilaku agresif dengan katarsis dapat sejalan dengan pelaksanaan konseling kelompok tersebut.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data sangat erat hubungannya dengan pendekatan apa yang digunakan oleh peneliti terhadap masalah apa yang ingin dikaji. Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan guna mencapai objektivitas yang tinggi. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

### 1. Skala Agresivitas

Skala yang digunakan untuk melihat perilaku agresif adalah skala agresivitas yang dikembangkan dari jenis skala *likert*. Dengan skala *likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan.

Instrumen penelitian menggunakan skala model *likert* dapat dibuat dalam bentuk *check list*. Sugiyono (2014:94) mengatakan bahwa *check list*, sebuah daftar, responden tinggal membubuhkan tanda ( ) pada kolom yang sesuai. Dimana dalam skala *likert*, responden akan di berikan pernyataan-pernyataan dengan alternatif, yaitu: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS).

Penulisan item skala ini dibedakan menjadi 2 kelompok, yaitu item yang mendukung pernyataan (*Favorable*) dan item yang tidak mendukung pernyataan (*Unfavorable*) Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor antara 1 sampai 4.

Tabel 3.1 kategori jawaban instrumen penelitian

No	Pertanyaan <i>Favorable</i>		Pertanyaan <i>Unfavorable</i>	
	Jawaban	Nilai	Jawaban	Nilai
1	SS	4	SS	1
2	S	3	S	2
3	TS	2	TS	3
4	STS	1	STS	4

Kriteria yang diberikan dalam menganalisis peneliti membagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, rendah. Untuk mengkategorikan terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut :

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

$i$  : interval

$NT$  : nilai tertinggi

$NR$  : nilai terendah

$K$  : jumlah kategori

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula tingkat perilaku agresif siswa dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan tingkat perilaku agresif siswa yang rendah.

Jadi, interval untuk menentukan kriteria perilaku agresif siswa adalah:

$$I = \frac{NT-NR}{K} = \frac{(40 \times 4) - (40 \times 1)160 - 40}{3} = \frac{160 - 40}{3} = 40$$

Berdasarkan keterangan diatas maka diperoleh kriteria perilaku agresif siswa yang tertera pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.2 Kriteria Perilaku Agresif Siswa**

<b>Interval</b>	<b>Kriteria</b>
120–160	Tinggi
80 – 119	Sedang
40 – 79	Rendah

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula tingkat perilaku agresif siswa dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan tingkat perilaku agresif siswa yang rendah.

Menurut Buss dan Perry (1992), terdapat empat aspek perilaku agresif yang didasari dari tiga dimensi dasar yaitu motorik, afektif, dan kognitif.

Teori tersebut saya adaptasi sebagai bahan acuan dalam penyusunan skripsi dan juga dalam pembuatan instrumen penelitian.

Table 3.3 Kisi-kisi Skala Agresivitas

Variabel	Indikator	Deskriptor	No. Item	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Perilaku Agresif	1. Agresi fisik ( <i>physical aggression</i> )	1.1 Memukul	1, 25	13, 37
		1.2 Menyerang	2, 26	14, 38
		1.3 Merusak	3, 27, 28	15, 39
	2. Agresi verbal ( <i>verbal aggression</i> )	2.1 Menghina/mencaci	4, 49	16, 40
		2.2 Berkata Kotor	5, 50	17, 29, 41
		2.3 Mengancam	6, 30	18, 42
	3. Kemarahan ( <i>anger</i> )	3.1 Kesal	7, 31	19, 43, 52
		3.2 Mudah terpancing amarah	8, 32, 53	20, 45, 55
		3.3 Berdebat	9, 33, 54	21, 45, 56
	4. Permusuhan ( <i>hostility</i> )	4.1 Membenci	10, 34, 57	22, 46, 59
		4.2 Rasa kekhawatiran yang berlebihan, tidak percaya dan selalu curiga	11, 35, 51, 58	23, 47
		4.3 Iri hati	12, 36	24, 48, 60
	<b>JUMLAH</b>			<b>60</b>

## **F. Uji Persyaratan Instrumen**

### **1. Uji Validitas Instrumen**

#### **Uji Validitas Skala Agresivitas**

Validitas adalah suatu struktur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalahan suatu instrumen. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen yang dibuat dapat mengukur apa yang diinginkan.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*Content Validity*). Azwar (2012:132) berpendapat bahwa untuk menguji validitas isi dapat digunakan pendapat para ahli (*judgement experts*). Dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan dosen pembimbing dan pengajar di program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yaitu Bapak Moch Johan Pratama, M.Psi., Psi., Bapak Redi Eka Andriyanto, S.Pd., M.Pd., Kons., dan Ibu Yohana Oktariana., M.Pd.

LembarAngket yang telah diuji oleh para ahli tersebut selanjutnya dihitung validitasnya menggunakan formula Aiken's V untuk menghitung *content-validity coefficient* yang didasari pada hasil penelitian ahli sebanyak tiga orang terhadap suatu mengenai sejauh mana item tersebut mewakili konstruk yang diukur (Azwar, 2012 : 134).

Untuk mengukur validitas butir soal, peneliti menggunakan rumus koefisien validitas isi Aiken's V sebagai berikut :

$$V = \sum S/[n(c - 1)]$$

Keterangan :

- n : Jumlah panel penilaian (expert)  
 lo : Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini = 1)  
 c : Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 4)  
 r : Angka yang diberikan seorang penilai  
 S : r - 1

Semakin mendekati angka 1,00 perhitungan dengan rumus Aiken's V diinterpretasikan memiliki validitas yang tinggi.

**Tabel 3.4 Uji Validitas Isi (*Judgement Expert*)**

No	Perhitungan Aiken's V	No	Perhitungan Aiken's V
1	0,66	28	0,66
2	0,66	29	0,66
3	0,66	30	0,66
4	0,66	31	0,66
5	0,66	32	0,66
6	0,66	33	0,66
7	0,66	34	0,66
8	0,66	35	0,66
9	0,66	36	0,66
10	0,33	37	0,66

11	0,66	38	0,66
12	0,44	39	0,66
13	0,66	40	0,66
14	0,66	41	0,66
15	0,66	42	0,66
16	0,66	43	0,66
17	0,66	44	0,66
18	0,66	45	0,44
19	0,66	46	0,66
20	0,66	47	0,66
21	0,55	48	0,66
22	0,33	49	0,66
23	0,66	50	0,55
24	0,66	51	0,66
25	0,66	52	0,66
26	0,66	53	0,66
27	0,66	54	0,66

Berdasarkan hasil perhitungan dengan rumus Aiken's V pernyataan dengan kriteria besarnya 0,66, maka pernyataan tersebut dikatakan valid dan dapat digunakan. Berdasarkan hasil uji ahli dari 60 pernyataan setelah dihitung koefisien validitas isi terdapat 54 pernyataan yang dinyatakan valid dan sisanya 6 pernyataan yang tidak valid karena hasil perhitungan Aiken's V < 0,66. Pernyataan yang tidak valid yaitu nomor 10, 12, 21, 22, 45, 50. Pernyataan yang tidak valid akan dihilangkan karena sudah



terdapat item yang mewakili untuk mengungkapkan aspek perilaku agresif.

## 2. Uji Reliabilitas Instrumen

### Uji Realibilitas Angket Agresivitas

Reliabilitas adalah derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan *reliable* apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama menghasilkan data yang sama, atau satu peneliti dalam waktu yang berbeda menghasilkan data yang sama, atau sekelompok data bila dipecah menjadi dua menunjukkan data yang tidak berbeda (Sugiyono, 2014:268). Uji reliabilitas dihitung dan dianalisis dengan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)<sup>16</sup> menggunakan rumus *alpha crombach* dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum S_t}{S_t^2} \right)$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Reliabilitas instrumen

$k$  = Banyaknya butir pertanyaan

$\sum S_t^2$  = Jumlah varian butir

$S_t^2$  = Varian total

Rumus alpha dari *crombach* digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya bukan 1 dan 0, yakni soal-soal yang jawabannya bervariasi seperti uraian dan skornya rentangan beberapa nilai. Untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas digunakan kriteria reliabilitas.

Tolak ukur tinggi rendahnya reliabilitas dari Sugiyono (2014:184) sebagai berikut :

**Tabel 3.5 Kriteria Reliabilitas**

<b>Koefisien r</b>	<b>Kategori</b>
0,8 – 1,000	Sangat tinggi
0,6 – 0,799	Tinggi
0,4 – 0,599	Cukup
0,2- 0,399	Rendah
0,0-0,199	Sangat rendah

Berdasarkan hasil pengelolaan data skala yang telah diketahui berkontribusi maka selanjutnya dihitung reliabilitasnya dan diketahui hasilnya 0,924. Hal tersebut berarti bahwa reliabilitas dari skala tersebut sangat tinggi karena reliabilitasnya antara 0,8 – 1,000 dikatakan memiliki reliabilitas yang tinggi.

### **G. Teknik Analisis Data**

Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis penelitian (Sugiono, 2012: 244).

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan *mean Pretest dan Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui penurunan perilaku agresif dapat digunakan dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *rational emotive behavior therapy (Home Work)*.

Alasan peneliti menggunakan uji *Wilcoxon* karena subjek penelitian kurang dari 25, dan berdistribusi tidak normal (Sudjana, 2005:450) dan data yang diperoleh merupakan data ordinal, maka statistik yang digunakan adalah *non* parametrik (Sugiono, 2012) dengan menggunakan *Wilcoxon Matched Pairs Test*. Penelitian ini akan menguji *Pretest* dan *Posttest*. Dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *Pretest* dan *Posttest*. Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)16.

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut (Sudjana, 2002:96):

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n(n+1)(2n+1)}}$$

Z : Uji *Wilcoxon*  
 T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*  
 n : Jumlah data sampel

Kriteria pengujian :

Ha diterima, jika  $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$

Ha ditolak, jika  $Z_{hitung} \geq Z_{tabel}$

Berdasarkan hasil dari *pretest dan posttest* maka diperoleh data hasil perhitungan uji *Wilcoxon*, diperoleh nilai  $Z_{hit} = -2,366 < Z_{tab} = 0,018$ ,  $p = 0,018$ ;  $p < 0,05$ ; artinya adalah Ha diterima dan Ho ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan perilaku agresif yang signifikan setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)*.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017 , maka dapat diambil kesimpulan yaitu :

#### 1. Kesimpulan Statistik

Perilaku agresif dapat dikurangi dengan pemberian layanan konseling kelompok teknik REBT (*Home work*) pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan uji *Wilcoxon*, dimana diperoleh angka probabilitas 0,018. Didapat angka probabilitas  $p = 0,018$ ;  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat penurunan perilaku agresif siswa yang signifikan setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik REBT.

Hal ini berarti terdapat penurunan yang signifikan setelah diberikannya layanan konseling kelompok , sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif dapat dikurangi dengan menggunakan layanan

konseling kelompok teknik REBT (*Home work*) pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017.

## **2. Kesimpulan Penelitian**

Kesimpulan penelitian adalah perilaku agresif dapat dikurangi melalui layanan konseling kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kotagajah Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017. Hal ini ditunjukkan dengan perubahan perilaku sebelum diberikannya layanan konseling kelompok dan setelah diberikannya layanan konseling kelompok selama 5 kali pertemuan dan semakin berkurangnya skor perilaku agresif mereka kedalam kategori yang lebih rendah. jadi konseling kelompok dapat digunakan untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

## **B. Saran**

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut :

### **1. Kepada siswa**

Kepada siswa diharapkan selalu berfikir rasional dalam bertindak serta tidak mementingkan amarah dala berperilaku serta dapat menjalin hubungan pertemanan yang lebih sehat yang saling memiliki rasa empati yang tinggi

2. Kepada Guru Pembimbing di Sekolah

Kepada guru pembimbing siswa di sekolah atau guru Bimbingan dan Konseling, hendaknya dapat memberikan layanan-layanan BK yang dibutuhkan oleh siswa karena mengingat konseling kelompok yang diadakan peneliti merupakan pengalaman pertama mereka dalam menerima layanan yang di berikan oleh konselor.

3. Kepada Peneliti Lain

Kepada peneliti lain, agar dapat menspesifikasikan jenis perilaku agresif yang akan dikurangi karena mengingat jenis perilaku agresif banyak jenisnya dan kecenderungan masing-masing individu berbeda-beda dalam melakukan tindakan agresif

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. 2005. *Penghakiman Massa*. Jakarta : Erlangga.
- Anantasari. 2006. *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*. Yogyakarta : Kanisius.
- Anderson, C. A. & Bushman, B. J. 2002. Human Aggression. *Annual Review of Psychology*.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta : Rineka Cipta
- Baron, R.A. 2005. *Psikologi Sosial. Jilid 2. Edisi Kesepuluh*. Alih Bahasa: Ratna Djuwita. Jakarta: Erlangga.
- 2002. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga
- Buss, A. H., & Perry, M. P. 1992. *The aggression questionnaire*. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Dayakisni, T & Hudanaiah. 2006. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta : UMM Press
- Dini, F.O & Indrijati, H. 2014. *Hubungan antara Kesepian dengan Perilaku Agresif pada Anak Didik di Lembaga Pemasyarakatan Anak Blitar*. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. Vol.1 No.3. journal. unair. ac.id/filer PDF/jpk1335a32a1aful (diakses pada tanggal 04 Januari 2017 pukul 08.22 wib).
- Fadhillah, S. 2011. *Hubungan antara Kemampuan pengelolaan emosi dengan perilaku agresif siswa*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung : Tidak diterbitkan.
- Fagan. 2006. *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT Gramedia.
- Fajarta, C.R. 2016. *Di ejek di Medsos, Remaja Putri ini Silet Tangan Lawannya*. Beritasatu.com . 04 Oktober 2016.

- Handayani, S. 2004. *Mereduksi Perilaku Agresif Anak Melalui Permainan*. Semarang : UNNES.
- Harnito, C. 2008. *Makalah Perkembangan Sosial Anak*. Bandung: FIP UPI
- Hastono, S. P. 2006. *Basic Data Analysis for Health Research*. Universitas Indonesia (UI): Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Kursin. 2005. *Kefektifan Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Panti Pamardi Putra Mandiri Semarang*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang : Tidak diterbitkan.
- Mu'arifah, A. 2005. *Hubungan Kecemasan dan Agresifitas*. Jurnal Psikologi Indonesia.Vol.2No.2 . [http://journal.uad.ac.id /index.php/ HUMANITAS/ article/view/319](http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/319).(diakses pada tanggal 04 Januari 2017 pukul 08.26 wib).
- Mulyadi, 2016.*Video Siswi SMP Pinrang Dianiaya 3 Orang Viral, Bahkan Sampai Bra Kelihatan*. Tribun-timur.com. 04 Oktober 2016.
- Myers, D.G. 2002. *Psikologi Sosial*. (Terjemahan : Mursalin, Dinastuti). Jakarta : Erleangga.
- Nuraeni. 2005. *Faktor Prasangka Sosial Dan Identitas Sosial Dalam Perilaku Agresi Pada Konflik Warga (Kasus Konflik Warga Bearland dan Warga Palmeriam Matraman Jakarta Timur) Tesis*. Sekolah Pascasarjana Universitas Gadjah Mada : Yogyakarta
- Perdana, M. A. 2014.. *Mia Nuraini, korban pembunuhan dikenal periang*. Tempo [on-line].Diakses dari [www.tempo.com](http://www.tempo.com)
- Pidarta, M. 2000. *Landasan Kependidikan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rimm, S. 2003. *Mendidik dan menerapkan disiplin pada anak prasekolah*. Alih bahasa: Lina Yusuf. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Romlah, T. 2006. *Teori dan prosedur Bimbingan Kelompok*. Malang : Universitas Negeri Malang.
- Safaria, T. 2004. *Terapi Kognitif-Perilaku untuk Anak*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Sarwono, S.W & Meinarno, E. A. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Humaneka Salemba.
- Siddiqah, L. 2004. *Pencegahan dan Penanganan Perilaku Agresif Remaja Melalui Pengelolaan Amarah (Anger Management)*. Jurnal Psikologi. Vol.37 No.1. <https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/viewFile/7692/5958>. (diakses pada tanggal 04 Januari 2017 pukul 08.23 wib).



- Sobur. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung : Pustaka Setia
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung : Alfabeta
- Sukardi, 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryanis, A. 2014. *Disumpal kertas, Ade Sara juga dipukul dan disetrum*. Tempo [online]. Diakses dari [www.tempo.com](http://www.tempo.com)
- Taylor, S.E., Peplau, L.A., Sears, D.O., 2009. *Psikologi Sosial* (edisi ke dua belas). Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Vitalis DS, 2008. *Layanan Konseling Kelompok*. Diktat Mata Kuliah Bimbingan Konseling. Madiun: IKIP PGRI
- Wibowo, E. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UNNES Press.
- Winkel, W.S. dan Hastuti, S. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- 2008. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta : Rineka Cipta
- Yusuf, S. & Juntika, N, 2005. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung : PT. Remaja Rosda Karya.