

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perilaku agresif adalah perilaku orang yang sering melanggar norma sosial dimasyarakat, karena mampu menimbulkan berbagai bentuk kejahatan atau kriminalitas yang membuat masyarakat merasa resah, perilaku agresif sering juga kita temui pada peserta didik yang memiliki memiliki karakteristik yang berbeda-beda dalam proses perkembangan memerlukan bantuan dalam mencari jati diri terutama dilingkungan sekolah dan masyarakat. Karakteristik peserta didik tersebut salah satunya adalah perilaku agresif. Istilah agresif sering dimaknai sebagai perilaku yang negatif dalam kehidupan sehari hari oleh kebanyakan orang karena merupakan perilaku yang merugikan orang lain dan pelaku itu sendiri.

Menurut Sears (1991) agresif adalah setiap tindakan yang bertujuan menyakiti orang lain dalam diri seseorang. Menurut Myers (2012: 79) perilaku agresif adalah tindakan menyerang baik dalam bentuk fisik atau lisan dengan sengaja dengan tujuan untuk membuat seseorang terluka atau tidak nyaman. Perilaku agresif terbagi menjadi dua aspek yaitu, aspek verbal dan nonverbal. Aspek nonverbal yaitu seperti mencubit, menendang, melakukan pengrusakkan, melakukan tindakan sadis sedangkan pada aspek

verbal yaitu seperti mencaci-maki, mencemooh, menghina orang lain, dan mengancam.

Berdasarkan pengertian diatas maka peneliti menyimpulkan perilaku agresif adalah sebuah respon/stimulus negatif untuk menyerang seseorang secara sengaja dengan tujuan melukai atau membuat orang merasa tidak nyaman baik secara lisan ataupun fisik.

Berdasarkan observasi dan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti saat mengikuti kegiatan Magang MBKM di SMA Negeri 4 Singaraja. Peneliti menemukan beberapa siswa di kelas XI menunjukkan beberapa gejala-gejala perilaku agresif. Peneliti juga melakukan praktek konseling pada beberapa siswa kelas XI di SMA 4 Singaraja yang ditemukan dengan beberapa ciri sifat agresif dengan tujuan untuk mengetahui tingkat perilaku agresif siswa. Setelah dilakukan observasi di lingkungan sekolah sering sekali mendengarkan siswa berkata kasar dalam bahasa daerah kepada temannya dalam meluapkan kekesalannya, seperti yang didengar adalah kata *Cicing* yang merupakan kata umpatan /kata kasar. Pada observasi langsung pada siswa memberikan pengakuan pernah memukul, mencubit, menendang temannya jika merasa kesal ataupun sebagai candaan kepada temannya. Selain itu banyak siswa juga mengatakan sering memperoleh ancaman serta menghina ketika tidak dituruti kemumannya.

Observasi juga dilakukan dibagian Bimbingan Konseling sekolah dengan temuan tentang perilaku agresif siswa sering terjadi meskipun sudah

berulang kali masuk ruang BK. Dengan mewawancarai siswa kelas XI berinisial “B” penulis juga memiliki bukti yang kuat dengan memperoleh informasi bahwa selama ini dia menendang, mencubit, merusakkan barang, mengancam, mencaci maki orang yang membuat dia marah dan peneliti juga mewawancarai Guru BK bernama Ibu Desi dan Pak Ryan yang membenarkan dan membeberkan fakta mengenai beberapa perilaku agresif dari beberapa siswa kelas XI. Dengan data awal yang didapat, peneliti memilih untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang perilaku agresif siswa disekolah tersebut.

Upaya guru BK dalam mengatasi perilaku sikap agresif siswa ialah dengan melakukan penindakan langsung ketika menjumpai siswa yang melakukan agsifitas pada siswa lainnya. Guru BK juga melakukan tindakan konseling individu atau kelompok ketika perilaku agresif tersebut cenderung parah dan tidak normal. Namun upaya ini cenderung kurang efektif karena selama peneliti melakukan observasi masih banyak ditemukan siswa yang melakukan tindakan agresif. Kebiasaan dalam berperilaku agresif oleh siswa sudah diantisipasi oleh guru BK dengan diberi teguran dan hukuman dalam upaya meminimalisir perilaku agresif peserta didik namun pada kenyataan, hal tersebut tidak membuat perilaku agresif berkurang. Dalam kondisi saat inilah harusnya guru BK memberikan Layanan Bimbingan dan Konseling sebagai upaya membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahannya, karna salah satu fungsi guru BK dan layanan BK yaitu preventif(pencegahan)

dan kuratif (penyembuhan) jika siswa diberikan layanan secara intensif maka dapat meminimalisir perilaku negative khususnya perilaku agresif

Perilaku agresif fisik atau sering disebut adalah perilaku yang menyerang secara langsung pada fisik seseorang dengan tujuan menyakiti ataupun melukai orang lain, sedangkan perilaku secara lisan atau sering dikatakan verbal adalah perilaku yang menyerang seseorang dengan berbicara atau menggunakan mulut untuk merugikan/menyakiti orang lain.

Sebagian besar orang tidak menyadari akan perilaku agresif yang ada pada diri mereka, banyak orang yang memiliki perilaku agresif dan banyak factor yang membuat orang berperilaku Agresif, misalnya merasa kurang diperhatikan oleh orang tua dan guru, mengalami frustrasi, pergaulan yang tidak baik dan efek dari menonton tayangan kekerasan di media masa, bermain game aksi atau peperangan.

Perilaku agresif tersebut secara tidak langsung berdampak pada pribadi individu, teman-temannya merasa risih dengan keberadaan dia, sehingga dijauhi, dimusuhi, memiliki sedikit teman, serta memiliki kendala dalam berinteraksi dengan teman sebanya, dan guru karena yang memiliki perilaku agresif cenderung sulit membangun hubungan pertemanan dan hubungan interpersonal. Selain itu Perilaku agresif juga membawa dampak mengganggu kenyamanan, ketenangan, dan konsentrasi para siswa dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah.

Untuk meminimalisir Perilaku Agresif diperlukan suatu upaya yang seruis dan sistematis. Upaya tersebut tentunya melalui program bimbingan konseling sekolah. Adapun upaya yang dapat dilakukan oleh guru BK adalah dengan melakukan layanan bimbingan klasikal. Layanan bimbingan klasikal diberikan karena dengan layanan ini pemahaman mengenai perilaku agresif siswa dapat diberikan dengan jumlah siswa yang banyak, sehingga dapat meminimalisasi terjadinya perilaku agresif di sekolah. Pemberian materi mengenai perilaku agresif pada bimbingan klasikal juga dapat menjadikan siswa mengetahui sebab dan akibat dari perilaku agresif. Guru BK dalam hal ini harus menjadi fasilitator untuk dapat mengatasi permasalahan siswa dan berbagai permasalahan yang berhubungan dengan perkembangan siswa di sekolah.

Pendidikan adalah wadah dalam menumbuhkan dan mengembangkan minat/bakat serta potensi setiap individu. Pendidikan juga merupakan proses dalam rangka berkembang menuju penyesuaian diri di lingkungan dengan sebaik-baiknya yang masih memegang teguh nilai dan norma yang berlaku di masyarakat. Pendidikan artinya proses perubahan sikap dan tata laku dalam mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan latihan.

Undang-undang dan peraturan yang mengatur tentang pendidikan. Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, disebutkan bahwa: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik

secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia dan ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. (Yusuf, 2018).

Dalam dunia pendidikan bimbingan juga berperan penting yang dalam mengembangkan peserta didik. Bimbingan adalah bantuan diri individu untuk perkembangan mencapai diri yang optimal (Dharsana, 2018). Bimbingan disekolah tentunya tersusun secara sistematis dan terprogram dengan peran utamanya yaitu konselor sekolah. Hal ini telah tertuang dalam UUSPN Nomor 20 tahun 2003 pasal 1 ayat 6 yang menyatakan bahwa salah satu tenaga kependidikan adalah konselor. (Ma'ruf, 2015)

Bimbingan adalah sebuah upaya pemberian bantuan kepada klien untuk dapat menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan secara efektif dan sistematis (Dharsana, 2018). Konseling adalah proses usaha membantu klien secara tatap muka (melalui wawancara) oleh seorang konselor dengan tujuan agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus.

Perilaku agresif dapat diminimalisir dengan teori-teori konseling yaitu “Teori Psikoanalitik Sigmund Freud; Teori Konseling Self Adler; Teori Konseling Kelompok Psikodinamika dalam Teori Asumsi Melanie Klein; Teori Konseling yang Berpusat pada Pribadi oleh Carl Roger; Teori Konseling Gestalt Fritz Perls; Teori Analisis Transaksional Eric Berne;

Teori Reality Counselling (William Glasser); Teori Motivasi Manusia “Maslow’s”; Teori Logo Konseling Victor Frankl; Teori Konseling Kognitif (Aaron Beck); Teori Melatih Konseling Tingkah Laku (Oleh Krumboltz); Teori Behavioral (Teori Tingkah laku); Teori Kognitif Sosial (Albert Bandura); Teori Rasional Emotive Behavioral Counselling Albert Ellis; Teori Konsepsi George Kelly; Teori Eklecticism; Teori Personologi Murray; Teori Pemilihan Jabatan John L.Holland; Teori Perkembangan Karir dan Perkembangan Hidup (Super); Teori Pemilihan Jabatan atau Karir menurut Anne Roe; Teori Perkembangan Karir oleh Ginzberg dan Konseling Karir Trait dan Faktor”, Dharsana 2010 (dalam Pradnyani, 2020)

Berdasarkan teori-teori konseling yang ada, peneliti menjatuhkan pilihan pada teori konseling Behavioral (Teori Tingkah Laku). Behavioral maksudnya adalah teori yang menyeluruh dan juga suatu usaha berdasarkan dari percobaan prinsip-prinsip dan kaidah-kaidah bagaimana tingkah laku manusia dipelajari (Dharsana, 2018)

Sebagaimana yang kita tahu bahwa pandangan Teori Behavioral adalah perilaku terbentuk berdasarkan hasil dari semua pengalamannya yang berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya yang membentuk sebuah kepribadian seseorang. Dengan tujuan konseling behavioral yaitu :

- (1) Menciptakan perilaku baru.
- (2) Menghapus perilaku yang tidak sesuai.
- (3) Memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Kelebihan dari teori konseling behavioral yaitu pendekatan behavior therapy merupakan suatu pendekatan terapi tingkah laku yang berkembang pesat sangat populer. Dikarenakan memenuhi prinsip-prinsip kesederhanaan, kepraktisan, kelogisan, mudah dipahami dan diterapkan, dapat didemonstrasikan, menempatkan penghargaan khusus pada kebutuhan anak, serta adanya penekanan perhatian pada perilaku yang positif.

Konseling behavioral mempunyai banyak teknik seperti relaksasi, desensitisasi sistematis pembenjiran, terapi aversi, modelling, latihan asertif, pengkondisian operan, dan terapi implisif. Dari berbagai teknik pada teori behavioral, peneliti memilih teknik *self control* sebagai teknik yang digunakan untuk meminimalisasi tindakan agresif siswa. Teknik *self control* adalah sebuah metode yang menekankan pada perilaku positif siswa di kelas. Teknik *Self Control* merupakan bentuk lain atau istilah lain dari teknik pengkondisian operan. Dalam teknik ini siswa diupayakan untuk mampu mengubah tingkah lakunya pada kondisi mudah dikendalikan atau dikontrol. Teknik *self control* dipilih karena dengan teknik ini siswa yang mengalami perilaku agresif di ubah perilakunya menjadi perilaku baru yang lebih positif tanpa mengubah keinginannya hingga menjadi perilaku yang konsisten. Dengan teknik *self control* yang mengubah perilaku diharapkan mampu menurunkan tingkat agresif siswa

Menurut Chaplin (dalam Yahya AD, 2016), definisi *self control* adalah kemampuan individu untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri

dan kemampuan untuk menekan atau menghambat dorongan yang ada. Teknik *Self Control* adalah proses ke individu mengolah kemampuan untuk mengendalikan dorongan -dorongan, baik dari dalam diri maupun dari luar diri individu. Individu yang memiliki kemampuan kontrol diri akan membuat keputusan dan mengambil langkah tindakan yang efektif untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan. Alasan memilih teknik *self control* untuk mengurangi perilaku perilaku agresif yaitu (1) teknik ini memiliki kelebihan yaitu menuntut siswa untuk terlibat aktif dalam proses konseling, serta perubahan perilaku yang diperoleh lebih tahan lama (Martin, Garry & Pear, Joseph. 2003)

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas dan mengkaji lebih dalam mengenai perilaku agresif, sehingga penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Konseling Behavioral Teknik *Self Control* dalam Meminimalisir Perilaku Agresif”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Di pembatasan masalah tersebut, peneliti juga mengidentifikasi masalah serta berbagai identifikasi tersebut yakni :

1. Terdapat adanya peserta didik kelas XI di SMA Negeri 4 Singaraja yang memiliki perilaku agresif yang tinggi.

2. Siswa belum dapat mengendalikan dan mengontrol dirinya dalam berperilaku agresif.
3. Pelaksanaan bimbingan konseling dengan teknik belum diketahui pengaruhnya, salah satunya Konseling behavioral teknik *Self Control* dalam meminimalisir perilaku agresif peserta didik.

1.3 Pembatasan Masalah

Melihat luasnya yang berhubungan dengan Perilaku Agresif peserta didik, penulis yang memiliki keterbatasan waktu, jangkauan, materi, dan maka penelitian ini terbatas pada pengaruh konseling behavioral dengan teknik self control dalam meminimalisir perilaku agresif peserta didik, dengan adanya ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh konseling behavioral dengan teknik self control dalam meminimalisir perilaku agresif peserta didik kelas XI MIPA di SMA Negeri 4 Singaraja.

1.4 Rumusan Masalah

Menurut latar belakangnya dan identifikasi masalahnya maka bisa ditetapkan rumusan masalahnya sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh konseling behavioral dengan teknik *self control* dalam meminimalisir perilaku agresif peserta didik kelas XI MIPA di SMA Negeri 4 Singaraja?

1.5 Tujuan Penelitian

Menurut rumusan masalah diatas, tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh konseling behavioral dengan teknik *self control* dapat meminimalisir perilaku agresif peserta didik di SMAN 4 Singaraja.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dapat dibagi menjadi beberapa kategori, antara lain:

1. Secara teoritis

Penelitian ini memberikan manfaat sebagai bahan referensi serta pengetahuan bagi berbagai pihak yang berupaya mengatasi masalah siswa dengan menggunakan konseling behavioral teknik *self control* untuk meminimalisir perilaku agresif peserta didik.

2. Secara praktis

- a. Untuk Peneliti

Penelitian ini dapat memiliki manfaat baik dalam meningkatkan pemahaman serta pengetahuan mereka juga mengembangkan tentang pengaruh konseling dengan teknik *self control* dan teknik pengendalian diri dalam meminimalisir perilaku agresif peserta didik.

- b. Untuk Guru BK

Memberikan bantuan kepada guru dalam upaya mengatasi permasalahan perkembangan siswa disekolah yaitu perilaku agresif dengan memakai konseling behavioral teknik *self control*,

meningkatkan pelayanan bimbingan konseling sekolah, dan sebagai penambah wawasan guru bimbingan konseling untuk terus memfasilitasi perkembangan siswa.

1.7 Produk Penelitian

Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini berupa: (1) Hasil penelitian pengaruh ini akan dipublikasikan dalam jurnal dengan indeks Scopus atau Sinta sebagai artikel sehingga dapat dijadikan sumber informasi oleh peneliti lain, (2) Alat intervensi berbasis RPBK, yang menggabungkan strategi konseling behaviorial dengan self control meminimalisir perilaku agresif perilaku didik; (3) Alat berupa angket yang memuat tanggapan setuju dan negatif mulai dari sangat setuju sampai tidak setuju, (4) HAKI atau hak atas kekayaan intelektual merupakan hal-hal yang bersifat eksklusif yang diberi pada individu ataupun sekelompok orang oleh peraturan perundang-undangan. untuk karya berhak cipta mereka. HKI pada hakekatnya adalah hak atas kreativitas intelektual; karya yang dicakup oleh undang-undang HKI adalah karya yang dihasilkan dari akal budi manusia.