

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK  
KELAS X MIPA 5 SMA NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

**Oleh :**

**MAYLANI PUTRI**

**NPM : 1611080110**

**Jurusan :Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1441 H / 2020 M**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK KELAS X MIPA 5 SMA NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

**MAYLANI PUTRI**

**NPM : 1611080110**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Pembimbing I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd**

**Pembimbing II : Defriyanto, S.IQ., M.Ed**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1441 H / 2020 M**

## ABSTRAK

### **PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK KELAS X MIPA 5 SMA NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Oleh

**Maylani Putri**

**1611080110**

Perilaku agresif sebagai perilaku fisik atau lisan yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti dan merugikan orang lain. Perilaku agresif yang sering terjadi disekolah adalah melontarkan kata-kata kasar seperti memaki, melawan terhadap guru dan mengejek orang lain. Perilaku agresif yang ada pada peserta didik kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung dapat mengganggu kegiatan proses pembelajaran, dan dapat merugikan orang lain. Rumusan masalah yang diajukan adalah apakah *Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training* Berpengaruh Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Peserta Didik di SMA Negeri 6 Bandar Lampung. Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan perilaku agresif peserta didik kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung. Penelitian ini merupakan penelitian *pre eksperimental design* dengan bentuk *one group pretest-posttest*, penelitian ini membandingkan keadaan sampel sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Subjek penelitian ini kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung sebanyak 8 peserta didik. Instrument penelitian ini berupa *kueisioner* skla perilaku agresif yang terdiri dari 25 pernyataan yang dikembangkan dan menggunakan *Skala Likert*. Hasil penelitian dengan uji *Wilcoxon* dengan bantuan *SPSS for window relase 17.0* dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh hasil *Asymp.Sign* 0,012. Karena nilai  $0,012 \leq 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan hasil untuk *pretest* dan *posttest* yaitu adanya penurunan perilaku agresif peserta didik. Maka konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh untuk menurunkan perilaku agresif peserta didik kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung. Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dapat disimpulkan bahwa Pengaruh *Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training* dapat Menurunkan Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung.

**Kata Kunci : Konseling Kelompok, Teknik *Assertive Training*, Perilaku Agresif Peserta Didik**



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG  
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

*Alamat : Jh. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame, Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703260*

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN  
TEKNIK ASSERTIVE TRAINING UNTUK  
MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK  
KELAS X MIPA 5 SMA NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

**Nama : Maylani Putri  
NPM : 1611080110  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**


**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dapat dipertahankan dalam sidang munaqosyah  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

  
**Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd  
NIP. 196104011981031003**

**Pembimbing II**

  
**Defriyanto, S.T.O., M.Ed  
NIP. 197803192008011012**

**Mengetahui,**

**Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

  
**Dr. Hj. Rifda Elfiyah, M.Pd  
NIP. 196910031997022002**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG  
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN

*Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260*

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK KELAS X MIPA 5 SMA NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020**, disusun oleh **Maylani Putri NPM 1611080110** Jurusan: **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**, telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal: **Selasa, 19 Mei 2020**.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Drs. H. Abdul Hamid, M.Ag

Sekretaris : Mega Aria Monica, M.Pd

Penguji Utama : Dr. H. Yahya AD, M.Pd

Penguji Pendamping I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

Penguji Pendamping II : Defriyanto, S.I.Q., M.Ed

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd

NIP.196408281988032002

## Surat Pernyataan

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maylani Putri

NPM : 1611080110

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training* untuk Menurunkan Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020” adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebutkan dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Maret 2020

Penulis,

Maylani Putri

NPM. 1611080110

## MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Artinya:

“Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (diperbatasan negerimu), dan bertaqwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung. (Qs. Ali’ Imran : 200).



## PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamiin, segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam berkat limpahan karunia-Nya, Saya dapat menyelesaikan sebuah karya kecil ini saya persembahkan sebagai tanda sayang dan cinta saya kepada:

1. Kedua orang tua saya yang tercinta, untuk Bapak Dedi Suprpto dan Ibu Yuniati yang telah menyayangi, mengasihi, dan atas segala hal yang telah kalian berikan, atas segala doa yang senantiasa tercurahkan tiada henti.
2. Adikku yang aku sayangi, Derri Satria, Chesa Agestin yang selalu membuatku semangat setiap hari.
3. Untuk seluruh keluargaku terimakasih atas dukungan, perhatian, kasih sayang dan doa untuk keberhasilan ini.
4. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung



## RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Maylani Putri dilahirkan pada tanggal 25 Mei 1999 di Rumah Bersalin/ Bidan Kartini Panjang, Bandar Lampung. Penulis adalah anak ke-1 dari 3 bersaudara. Penulis memulai pendidikan di SDN 2 Waylaga lulus pada tahun 2010, kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Gajah Mada Bandar Lampung pada tahun 2013, penulis melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 10 Bandar Lampung dan lulus pada tahun 2016. Pada tahun 2016 penulis diterima di UIN Raden Intan Lampung sebagai mahasiswi program studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam melalui jalur SPAN-PTKIN.

Peneliti juga telah melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Bumi Emas, Batanghari Lampung Timur selama 40 hari. Dan melaksanakan Praktik Pengalaman Kerja (PPL) di SMA Negeri 6 Bandar Lampung selama 50 hari.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamiin

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan karunia-Nya berupa ilmu pengetahuan, kesehatan dan petunjuk, sehingga skripsi dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung dapat diselesaikan. Solawat serta salam disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW, para sahabat dan pengikutnya yang setia.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan studi pada Program Strata Satu (S1) Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Penulis menyadari dalam skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, keterbatasan baik dalam ilmu pengetahuan, kata-kata maupun dalam penulisannya. Melalui skripsi ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam.

3. Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd, selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, motivasi, kritik dan bantuan untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Defriyanto, S.IQ., M.Ed, selaku pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi, waktu dan tenaganya guna menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan.
6. Dra. Hayati Nufus, selaku kepala sekolah SMA Negeri 6 Bandar Lampung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Setiyawati, S.Pd, selaku guru Bimbingan dan Konseling yang telah membantu penulis dalam melaksanakan penelitian.
8. Kedua orangtua ku, Bapak Dedi Suprpto dan Ibu Yuniati yang tidak pernah bosan-bosannya mendoakanku dan memberikan dukungan baik secara moril dan materil.
9. Adikku, Derri dan Chesa serta keluargaku yang telah mensupport.
10. Terimakasih untuk sahabatku, team cecanku Maria Ulfa, Heni Diana dan Anisa Muarif, motivatorku bik Mar teman seperjuangan

skripsiku yang dari awal hingga titik ini.

11. Terimakasih untuk sahabat kecilku yang hingga kini masih bersamaku Rita Winarsih, Maya Maharani dan Lilis Retno Sari.

12. Terimakasih untuk semua sahabatku, puput, yunda, mesi yang selalu menguatkan dan menjadi teman curhatku.

13. Teman-teman seperjuanganku CMB B dan seluruh BKPI angkatan 2016.

14. Terimakasih untuk teman-temanku KKN Kelompok 40 desa bumi emas Lampung Timur.

15. Almamater Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang kubanggakan.



Bandar Lampung, Maret 2020

Penulis

**Maylani Putri**

**1611080110**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	11
C. Batasan Masalah .....	11
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Tujuan Penelitian.....	12
1. Tujuan Penelitian .....	12
2. Manfaat Penelitian .....	12
3. Ruang Lingkup Penelitian.....	12
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Konseling Kelompok.....	14
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	14
2. Tujuan Konseling Kelompok .....	15
3. Asas-asas Konseling Kelompok.....	17
4. Komponen Konseling Kelompok.....	18
5. Manfaat Konseling Kelompok .....	20
6. Tahap-tahap Konseling Kelompok.....	21
7. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.....	26
B. Teknik <i>Assertive Training</i> .....	28
1. Pengertian <i>Assertive Training</i> .....	28
2. Perilaku <i>Assertive Training</i> .....	31

3. Dasar Teori Perilaku <i>Assertive Training</i> .....	32
4. Tujuan <i>Assertive Training</i> .....	34
5. Prosedur Pelaksanaan <i>Assertive Training</i> .....	35
6. Prosedur Terapan <i>Assertive Training</i> .....	37
C. Perilaku Agresif.....	38
1. Pengertian Perilaku Agresif .....	38
2. Ciri-ciri Perilaku Agresif .....	40
3. Jenis Perilaku Agresif .....	42
4. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Agresif .....	42
5. Dampak Perilaku Agresif.....	45
6. Teori Perilaku Agresif.....	46
D. Penelitian Relevan .....	50
E. Kerangka Berfikir .....	54
F. Hipotesis Penelitian .....	56

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	58
B. Desain Penelitian .....	59
C. Variabel Penelitian .....	61
D. Definisi Operasional .....	62
E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling .....	64
1. Populasi.....	64
2. Sampel.....	65
3. Teknik Sampling .....	65
F. Teknik Pengumpulan Data.....	66
1. Angket.....	66
2. Wawancara .....	67
3. Observasi.....	67
G. Pengembangan Instrument Penelitian .....	70
H. Pengujian Instrumen Penelitian.....	73
1. Uji Validitas .....	73
2. Uji Reliabilitas .....	74
I. Analisis Data .....	75

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	77
1. Gambaran Umum Perilaku Agresif .....	77
2. Deskripsi Data .....	78
3. Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> Untuk Menurunkan Perilaku Agresif.....	81
4. Hasil Uji Hipotesis.....	88
B. Pembahasan.....	91
1. Gambaran Aspek Perilaku Agresif .....	92
2. Keterbatasan Penelitian.....	93

**BAB V SIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan .....	94
B. Saran .....	94

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1 Data Peserta Didik yang Berperilaku Agresif.....	8
Tabel 2 Definisi Operasional.....	63
Tabel 3 Jumlah Populasi Penelitian .....	65
Tabel 4 Penskoran Item.....	68
Tabel 5 Kriteria Perilaku Agresif .....	69
Tabel 6 Kisi-kisi Instrumen.....	71
Tabel 7 Uji Validitas .....	74
Tabel 8 Uji Reliabilitas .....	75
Tabel 9 Hasil <i>Pretest</i> .....	78
Tabel 10 Hasil <i>Posttest</i> .....	79
Tabel 11 Hasil <i>Uji Wilcoxon</i> .....	89
Tabel 12 Deskripsi Data <i>Pretest, Posttest, Giant Score</i> .....	91





## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1 Kerangka Berfikir .....	55
Gambar 2 <i>Pola One Group Pretest And Posttest Design</i> .....	59
Gambar 3 Variabel Penelitian .....	62
Gambar 4 Grafik Penurunan Perilaku Agresif .....	80
Gambar 5 Kurva Perilaku Agresif .....	90



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan salah satu periode dalam rentangan kehidupan manusia, di mana individu meninggalkan masa anak-anaknya dan mulai memasuki masa dewasa. Oleh karena itu, periode remaja dapat dikatakan periode transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa atau bisa dikatakan periode rentangan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Dalam masa ini individu mengalami banyak tantangan dalam perkembangannya, baik dari dalam diri maupun dari luar diri terutama lingkungan sosial.<sup>1</sup>

Pada masa pubertas atau masa menjelang dewasa, remaja mengalami banyak pengaruh dari luar yang menyebabkan remaja terbawa pengaruh oleh lingkungan tersebut. Sehingga remaja yang tidak bisa menyesuaikan atau beradaptasi dengan lingkungan yang selalu berubah-ubah mengakibatkan perilaku yang maladaptif, seperti contohnya perilaku agresif yang dapat merugikan orang lain dan juga diri sendiri.<sup>2</sup>

Perilaku agresif dapat dikategorikan sebagai bentuk ekspresi emosional, biasanya timbul karena ketidakmampuan individu mengelola emosi dan

---

<sup>1</sup> Yoshi Restu, "Studi Tentang Perilaku Agresif di Sekolah" *Jurnal Ilmiah Konseling*, Vol. 2 No.1 (Januari 2013, h.243

<sup>2</sup> Angga Zakaria, "Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Realitas dalam Mengurangi Perilaku Agresif Peserta didik kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung" Skripsi. Lampung (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung:2018)" h.2

menyesuaikan diri dengan lingkungannya, yang diwujudkan dalam bentuk perilaku agresif atau penarikan diri. Agresivitas seseorang merupakan kesalahan dalam penyesuaian diri, berbentuk kenakalan, kebrutalan, kekerasan, dan kemarahan. Pada dasarnya perilaku agresif pada manusia adalah tindakan yang bersifat kekerasan, yang dilakukan oleh manusia terhadap sesamanya. Dalam agresi terkandung maksud untuk membahayakan atau mencederai orang lain. Perilaku agresif muncul karena terhalangnya seseorang dalam mencapai tujuan, kebutuhan, keinginan, pengharapan atau tindakan tertentu.<sup>3</sup>

Banyak faktor yang memicu terjadinya perilaku agresi pada siswa, sumber potensinya terjadi pemikiran, perasaan dan perilaku agresi. Menurut Deci dan Ryan karena faktor belajar sosial, suhu dan frustrasi akan tujuan. Menurut Rimm korban kekerasan menjadi faktor penyebab agresif karena melalui pengalaman yang diperoleh dari lingkungan membuat anak meniru perbuatan tersebut, terlalu dimanja merupakan faktor yang memicu munculnya agresif karena anak merasa berkuasa, sabotase antar orang tua.<sup>4</sup>

Menurut Myres menjelaskan bahwa agresi merupakan perilaku fisik maupun verbal yang disengaja dan memiliki maksud untuk menyakiti, menghancurkan atau merugikan orang lain untuk melukai objek yang menjadi

---

<sup>3</sup> Dwi Nikmah Puspitasari, "Pelatihan Keterampilan Sosial Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Anak", *Jurnal Psikologi Tabularasa* Vol. 9 No. 1. (April 2014), h.79

<sup>4</sup> Said Alhadi, dkk "Agresivitas Siswa SMP di Yogyakarta" *Jurnal Fokus Konseling* Vol. 4 No.1 2018, h.95

sasaran agresi. Agresif secara fisik meliputi kekerasan yang dilakukan secara fisik, seperti memukul, menampar, menendang, mencubit, merampas barang orang lain dan menyerang orang lain. Sedangkan agresi secara verbal meliputi marah – marah tanpa alasan, berteriak dan bersorak – sorak saat di kelas, mengancam orang lain, memerintah orang lain, serta berkata – kata kasar kepada teman maupun orang yang lebih tua.<sup>5</sup>

Perilaku Agresif jika dikaitkan dengan perspektif Islam, maka jelas agama islam sangat melarang hal-hal yang dapat membahayakan orang lain, dan dapat membahayakan diri sendiri. Al-Qur'an sebagai rujukan pertama menegaskan tentang perilaku agresif dengan jelas dengan ayat yang mengindikasikan perilaku agresif seperti yaitu Qs. An-nisa: 111

وَمَنْ يَكْسِبْ إِثْمًا فَإِنَّمَا يَكْسِبُهُ عَلَىٰ نَفْسِهِ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا

*Artinya: “Barangsiapa yang mengerjakan dosa, maka sesungguhnya ia mengerjakannya untuk (kemudharatan) dirinya sendiri. Dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana. (Qs. An-Nisa:111)<sup>6</sup>*

Dari ayat di atas dapat kita pahami bahwa sebagai manusia kita disuruh untuk berlaku adil dan berbuat kebajikan, memberi kepada kaum kerabat dan Allah melarang dari perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Oleh sebab itu islam sangat tidak memperbolehkan manusia berperilaku agresif. Agresi sebagai “segala bentuk perilaku yang dimaksud untuk menyakiti

<sup>5</sup> Azizah, Muslimah, D, *Mengurangi Prilaku Agresif Melalui Layanan Klasikal Menggunakan Teknik Sociodrama*, Tegal: UNS, 2013, h.3

<sup>6</sup> <https://tafsirweb.com/1643-surat-an-nisa-ayat-111.html>

seseorang, baik secara fisik maupun mental”. Karena itu secara sepintas setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak orang lain dapat disebut sebagai perilaku agresif.<sup>7</sup> Walaupun semua orang tampaknya memahami apa itu agresi, namun ada perbedaan pendapat tentang definisinya. Definisi paling sederhana untuk “agresi” dan didukung oleh pendekatan behavioris atau belajar, bahwa agresi adalah setiap tindakan yang menyakiti atau melukai orang lain.<sup>8</sup>

Peserta didik yang berperilaku agresif ini perlu dilakukan proses konseling agar berperilaku sesuai dengan norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku, sehingga dalam kehidupan berperilaku selanjutnya menjadi lebih terarah, dan menjadi manusia yang mampu mengarahkan dan mampu beradaptasi diri dengan lingkungannya. Layanan konseling kelompok bertujuan membantu konseli mencapai identitas berhasil. Konseli yang mengetahui identitasnya, akan mengetahui langkah-langkah apa yang akan ia lakukan dimasa yang akan datang dengan segala konsekuensinya. Bersama-sama konselor, konseli diharapkan kembali pada kenyataan hidup, sehingga dapat memahami dan mampu menghadapi realitas.<sup>9</sup>

Orpinas & Frankowski yang menyatakan bahwa skala perilaku agresi dapat digunakan untuk mengukur pencegahan terhadap munculnya perilaku agresi.

---

<sup>7</sup> Referensi:<http://etheses.uin-malang.ac.id/798/7/10410016%20Bab%203.pdf>

<sup>8</sup> Shelley E.Taylor, Letitia Anne Peplau dan David O.Sears, *Psikologi Sosial*, Penerjemah: Tri Wibowo B.S, edisi kedua belas, (Depok: Prenada Media Group ,2009), h.496

<sup>9</sup> Guntina Komalasari, Eka Wahyuni dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta:PT. Indeks, 2016),h.252

Penelitian yang dilakukan oleh Parlman & Hirdes juga menghasilkan bahwa skala perilaku agresi melalui tahap uji coba dapat digunakan untuk mengukur kualitas perilaku agresi dan membuat perencanaan untuk mereduksi perilaku agresi tersebut.<sup>10</sup>

Menurut Dill melihat perilaku agresif sebagai perilaku yang dilakukan berdasarkan pengalaman dan adanya rangsangan situasi tertentu sehingga menyebabkan seseorang itu bisa melakukan tindakan agresif. Bandura beranggapan bahwa perilaku agresif merupakan sesuatu yang dipelajari dan bukan perilaku yang dibawa individu sejak lahir.<sup>11</sup>

Adapun alasan peneliti menggunakan konseling kelompok sebagai teknik yang digunakan dalam mengurangi perilaku agresif verbal peserta didik adalah karena dipandang bahwa konseling kelompok yang paling pas dibandingkan layanan yang lain. Melalui dinamika kelompok yang muncul didalamnya, memungkinkan setiap anggota kelompok untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagai pengalaman dalam upaya mengembangkan wawasan, sikap atau keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam upaya-upaya mencegah timbulnya masalah dalam upaya pengembangan pribadi. Konseling kelompok sangat tepat bagi remaja karena memberikan kesempatan untuk menyampaikan perasaan, gagasan, permasalahan, melepas

---

<sup>10</sup> Wahyu Nanda, Irvan Budhi, "Analisis Validitas dan Reabilitas Skala Perilaku Agresif" Universitas Ahmad Dahlan.

<sup>11</sup> Badrun Susantyo "Memahami Perilaku Agresif" *Jurnal Informasi*, Vol. 16 No. 3, 2011, h.190

keraguan-keraguan diri, dan pada kenyataan mereka akan senang berbagi pengalaman dan keluhan-keluhan pada teman sebayanya.

Seperti halnya fenomena yang terjadi di Sekolah Menengah Atas banyak permasalahan yang dihadapi oleh para peserta didik yang perlu segera mendapatkan penanganan dari pelayanan konseling disekolah, untuk mengurangi perilaku agresif. Pemanfaatan konseling kelompok merupakan alternatif pilihan yang dipandang strategis, efektif dan memiliki kontribusi yang memadai dalam pengembangan pribadi pencegahan dan pengatasan masalah khususnya dalam permasalahan agresif. Sementara itu Wiener mengatakan bahwa tujuan dari konseling adalah sebagai media *terapeutik* bagi klien, karena dapat meningkatkan pemahaman diri dan berguna untuk perubahan tingkah laku secara individual. George dan Christiani juga menjelaskan bahwa konseling kelompok dimanfaatkan sebagai proses belajar dan upaya membantu klien dalam pemecahan masalahnya.

Perilaku Agresif juga terjadi di SMA Negeri 6 Bandar Lampung, ketika peneliti mengamati langsung selama melaksanakan Pra Penelitian di SMA Negeri 6 Bandar Lampung. Peneliti melakukan pengamatan tentang peserta didik yang melakukan perilaku agresif. Kelas X MIPA 5 merupakan kelas yang disekolah ini terkenal dengan anak-anaknya yang memiliki perilaku agresif

paling banyak. Kelas ini terdiri dari 10 peserta didik laki-laki dan 18 peserta didik perempuan.<sup>12</sup>

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti terhadap kelas X MIPA 5, terdapat peserta didik khususnya anak-anak kelas X MIPA 5 yang berjenis kelamin laki-laki yang memiliki sikap agresif. Dengan melakukan agresif secara verbal seperti berteriak-teriak, ribut dikelas, memaki, mengejek dan melawan terhadap guru. Pada saat itu peneliti melihat perilaku agresif tersebut bahwa setiap hari anak laki-laki bermain disekolah, bercanda sampai kelewatan sehingga berakhir dengan adanya perkelahian. Selain itu saat pelajaran pun sebagian besar anak laki-laki memilih ribut sendiri dikelas dan menjahili teman, merampas hak milik orang lain tanpa izin, mengganggu teman yang sedang belajar, merusak perlengkapan sekolah dan sulit diatur sehingga melawan terhadap guru pada saat jam pelajaran. Menurut peneliti kelas X MIPA 5 sebagian menunjukkan perilaku agresif verbal.

Berdasarkan peneliti dari informasi Guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 6 Bandar Lampung menunjukkan gejala adanya perilaku agresif dengan berkelahi serta sikap melawan terhadap guru. Sehingga untuk menurunkan perilaku agresif tersebut dapat diupayakan dengan melaksanakan kegiatan yang mengarah pada perilaku agresif.

---

<sup>12</sup> Sumber: *Dokumentasi* Guru SMA Negeri 6 Bandar Lampung



Tabel 1

**Data Peserta Didik Kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung yang memiliki Perilaku Agresif Verbal**

No	Nama peserta didik	Indikator				banyak subjek yang melakukan perilaku agresif verbal
		Melawan guru	Ribut dikelas	Memaki	Mengejek orang lain	
1	BS			√		5
2	ER	√				5
3	GF		√			4
4	MFAH	√				7
5	DCW			√		3
6	R				√	4
7	TS		√			3
8	MA				√	6

*Sumber: Dokumentasi Guru BK SMA Negeri 6 Bandar Lampung*

Berdasarkan tabel 1, terdapat 8 peserta didik yang melakukan perilaku agresif verbal. Data tersebut merupakan dokumentasi yang diperoleh dari guru BK mengenai catatan buku kasus peserta didik di SMA Negeri 6 Bandar Lampung. Data tersebut juga diperkuat dengan hasil wawancara guru BK di SMA Negeri 6 Bandar Lampung yaitu Ibu Setiyawati, S.Pd yang menyatakan bahwa masih adanya peserta didik yang memiliki perilaku agresif verbal.

Maka perilaku agresif adalah cenderung sifat seseorang yang ingin menyerang menyakiti orang lain baik secara fisik maupun secara verbal yang mengandung indikator sebagai berikut: 1. Melawan terhadap orang yang lebih tua, 2. Ribut dikelas, 3. Memaki dan 4. Mengejek orang lain.

Masalah perilaku agresif merupakan masalah yang masih serius di SMA Negeri 6 Bandar Lampung, apabila masalah ini tidak mendapatkan perhatian secara khusus dan tidak mendapatkan penanganan dari guru bimbingan konseling maka akan menghambat perkembangan peserta didik dan akan mengganggu peserta didik dalam meraih prestasi yang optimal. Untuk mengatasi masalah ini, perlu diupayakan kegiatan yang mempengaruhi untuk mengatasi perilaku agresif peserta didik.

Guru bimbingan dan konseling merupakan orang dewasa yang bertanggung jawab, orang tua pun haruslah andil dalam hal pembentukan kepribadian peserta didik karna dilingkungan keluargapun peserta didik pertama kali menganal dan memulai sosialisasinya dengan lingkungannya. Hal ini jelas untuk membentuk pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab serta mengoptimalkan potensi yang ada pada peserta didik.

Selanjutnya menurut William G. Scott menegaskan bahwa pelatihan adalah: *Training in the behavioral sciences is a an activity of line and staff which he has its goal executive development to achieve greater individual job effectiveness, improved interpersonal relationship in the organization, and enchaned executive adjustment to the context of his total environment*". Secara maknawi dapat diartikan bahwa pelatihan dalam ilmu pengetahuan perilaku adalah suatu kegiatan lini dan staff yang bertujuan mengembangkan pemimpin untuk mencapai efektivitas pekerjaan perorang yang lebih besar, hubungan antar pribadi dan organisasi yang lebih baik dan penyesuaian pemimpin yang ditingkatkan kepada konteks seluruh

lingkungannya.<sup>13</sup> Sesuai dengan penggunaan kata “kelompok” tersebut, maka dapat kita ketahui bahwa dalam konseling kelompok terdapat beberapa orang klien yang ditangani oleh konselor dalam waktu yang bersamaan. Masing-masing anggota kelompok ini diharapkan dapat saling memberikan umpan balik berupa stimulasi dan pilihan baru atas tingkah laku yang ditawarkan oleh anggota dalam menangani masalahnya. Selain itu, melalui kelompok konselor dapat menciptakan kebersamaan yang hangat sehingga masing-masing anggota kelompok termotivasi untuk menyelesaikan masalahnya.<sup>14</sup>

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa agresif itu dapat terjadi dari beberapa faktor yang pada dasarnya merupakan sifat dasar manusia untuk mempertahankan hidupnya. Pada dasarnya perilaku agresif muncul berkaitan erat pada rasa marah yang terjadi dalam diri seseorang. Namun hal tersebut dapat diatasi untuk mengendalikan perilaku agresif tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut dari teknik konseling kelompok dalam mengatasi perilaku agresif, kemudian dari latar belakang yang telah dipaparkan, atas dasar itulah peneliti tertarik untuk mengetahui lebih jauh tentang strategi guru bk dalam mengatasi permasalahan perilaku agresif melalui peneliti ini dengan mengangkat judul penelitian “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik

---

<sup>13</sup> Syarifuddin, *dasar-dasar bimbingan dan konseling* ( Medan: Kelompok Penerbit Perdana Mulya Sarana,2019), h.7

<sup>14</sup> Namora Lumangga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling* ( Jakarta: Kencana Group,2011), h.197

Assertive Training Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas X MIPA di SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun 2019/2020”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, maka dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Terdapat 8 Peserta didik yang memiliki perilaku agresif verbal.
2. Belum diterapkan konseling kelompok dengan teknik asertif untuk mengurangi perilaku agresif.

### **C. Batasan Masalah**

Batasan masalah bertujuan untuk mengetahui masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini agar tidak terlalu luas cakupannya, maka berdasarkan latar belakang konseling kelompok dengan teknik asertif training untuk menurunkan perilaku agresif peserta didik kelas X MIPA di SMA Negeri 6 Bandar Lampung.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang peneliti paparkan tersebut, maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki perilaku agresif, maka rumusan masalahnya yaitu: Apakah Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertif Training Berpengaruh Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Peserta Didik SMA Negeri 6 Bandar Lampung?

## **E. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan adalah target yang hendak dicapai dalam melakukan suatu kegiatan berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut: Untuk Mengetahui Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training Untuk Menurunkan Prilaku Agresif Peserta Didik Kelas X MIPA 5 SMA Negeri 6 Bandar Lampung

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Dari hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi pemikiran dan sumbangan ilmu dalam bidang pendidikan, terutama tentang penyebab dan menurunkan prilaku agresif.

#### **b. Secara Praktis**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi sebagai masukan dalam bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya bagi para pendidik, dan guru BK

### **3. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang ditetapkan diantaranya adalah:

1. Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling

2. Ruang Lingkup Objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah sejauh mana perilaku agresif pada siswa dapat diatasi dengan penggunaan layanan konseling kelompok

3. Ruang Lingkup Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 6 Bandar Lampung

4. Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah SMA Negeri 6 Bandar Lampung

5. Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilakukan pada semester ganjil 2019/2020 Bandar Lampung

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Konseling Kelompok

##### 1. Pengertian 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 adalah suasana yang hidup, yang berdenyut, yang bergerak, yang ditandai dengan adanya interaksi antar sesama anggota kelompok.<sup>15</sup>

Winkel menjelaskan konseling kelompok merupakan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa klien sekaligus dalam kelompok kecil. Latipun menambahkan konseling kelompok merupakan hubungan antara beberapa konselor dan beberapa klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari. Ia menyatakan bahwa konseling kelompok ini bertujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalahnya.<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Muchslisin Riadi, "Layanan Konseling Kelompok, diakses dari <https://www.kajianpustaka.com/2013/01/layanan-konseling-kelompok.html>, pada Rabu, 16 Januari 2013.

<sup>16</sup> Ibid, Namora Lumongga Lubis

Menurut Prayitno layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan didalam suatu kelompok. Disana ada konselor dan klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya minimal dua orang). Disana terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan yaitu hangat, permisif, terbuka dan penuh keakraban. Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah (jika perlu dengan menerapkan metode-metode khusus) kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.<sup>17</sup>

Maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah untuk memecahkan permasalahan anggota kelompok yang didalamnya terdapat tingkah laku yang sadar, mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta tolong-menolong kepada anggota kelompok lainnya.

## 2. Tujuan Konseling Kelompok

Penerapan konseling kelompok untuk membantu klien tentu saja dilakukan berdasarkan tujuan-tujuan khusus yang membedakan dari

---

<sup>17</sup> Referensi: Unknown "Pengertian Dan Tujuan Konseling Kelompok" diakses dari <http://warna-warnii.blogspot.com/2013/01/pengertian-dan-tujuan-bimbingan.html> , Pada 7 Januari 2013.



konseling individual. Pada bagian “Sekilas Konseling Kelompok” penulis telah mengungkapkan tujuan dari konseling kelompok secara umum. Pada bagian ini penulis kembali menguraikan berdasarkan pandangan para ahli.

Adapun tujuan konseling kelompok menurut Barriyah adalah:

1. Membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.
2. Berperan mendorong munculnya motivasi kepada klien untuk merubah prilakunya dengan memanfaatkan potensi yang dimilikinya.
3. Klien dapat mengatasi masalahnya lebih cepat dan tidak menimbulkan gangguan emosi.
4. Menciptakan dinamika social yang berkembang intensif.
5. Mengembangkan keterampilan komunikasi dan interaksi social yang baik dan sehat.<sup>18</sup>

Konseling kelompok menurut Prayitno merujuk kepada *therapy group* menurut Jacobs dkk dan memiliki kemiripan dengan konsep *psychotherapy* yang dimaksudkan Sally H. Barlow dan *therapeutic groups* yang dimaksudkan Maria T. Riva. *Theraphy group* dibedakan dengan jenis kelompok yang lain pada mempromosikan perkembangan masing-masing anggota melalui proses saling berbagi permasalahan pribadi. Sementara Prayitno membedakan konseling kelompok dengan layanan

---

<sup>18</sup> Ibid, Namora Lumangga Lubis “Memahami Dasar-dasar Konseling”

lainnya pada pengentasan masalah pribadi dari masing-masing anggota. Berdasarkan uraian pengertian kedua kelompok dari (konseling kelompok dan *therapeutic group*) memiliki kemiripan konsep dan praktik. Keduanya mempromosikan pemecahan permasalahan individu yang dirasakan masing-masing anggota kelompok.<sup>19</sup>

### 3. Asas-Asas Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu:

#### 1. Asas Kerahasiaan

Asas ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua (pembicaraan ataupun tindakan) yang ada dalam kegiatan konseling kelompok.

#### 2. Asas Kesukarelaan

Asas kesukarelaan kehadiran, pendapat, usulan, tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, tanpa paksaan.

#### 3. Asas Keterbukaan

---

<sup>19</sup> Dina Sukma “Rujukan Konsep Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok Karya Prayitno” <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor> Vol. 00 No.00 h.4-5

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keraguan-keraguan atau kekhawatiran dari anggota.

#### 4. Asas Kegiatan

Hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.

#### 5. Asas Kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat.<sup>20</sup>

### 4. Komponen Konseling Kelompok

Jejak pendidikan Prayitno menjelaskan bahwa dalam konseling kelompok terdapat tiga komponen yang berperan, yaitu pemimpin kelompok, peserta atau anggota kelompok dan dinamika kelompok:

#### a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah komponen yang penting dalam konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja

---

<sup>20</sup> Nasrina Nur Fahmi "Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman" *Jurnal Hasbiah*, Vol. 13, No. 1 (Desember 2016), h.71.

mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan melainkan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang dalam kelompok tersebut. Dalam hal ini menyangkut adanya peranan pemimpin konseling kelompok, serta fungsi pemimpin kelompok. Seperti yang diungkapkan oleh Prayitno, menjelaskan pemimpin kelompok adalah orang yang mampu menciptakan suasana sehingga anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah mereka sendiri.

b. Anggota Kelompok

Keanggotaan merupakan salah satu unsur pokok dalam kehidupan kelompok. Tanpa anggota tidaklah mungkin ada kelompok. Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota konseling kelompok. Untuk terselenggaranya konseling kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana seharusnya. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas atau heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya jumlah anggota kelompok tidak terlalu besar dan juga tidak terlalu kecil.

c. Dinamika Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok dinamika konseling kelompok sengaja ditumbuhkembangkan karena dinamika

kelompok adalah interaksi interpersonal yang ditandai dengan semangat kerja sama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok.<sup>21</sup>

## 5. Manfaat Konseling Kelompok

Dari sejumlah jenis layanan, konseling kelompok merupakan layanan yang banyak memberikan manfaat dalam membantu mengentaskan masalah pribadi siswa disekolah. Dalam kaitan ini Prayitno menyatakan bahwa layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk membahas dan mengentaskan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok.

Disamping itu manfaat lain yang diperoleh siswa dalam layanan konseling kelompok yaitu dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi, kemampuan sosial siswa, keterampilan mengendalikan diri.<sup>22</sup>

Manfaat konseling kelompok menurut Shetzer dan Stone mengungkapkan manfaat konseling kelompok bagi peserta didik, yaitu:

- a. Melalui konseling kelompok, konselor dapat berhubungan dengan lebih banyak peserta didik.

---

<sup>21</sup> Referensi: Admin, "Komponen Konseling Kelompok" Jejak Pendidikan Portal Indonesia, diakses dari <http://www.jepakpendidikan.com/2017/04/komponen-konseling-kelompok.html>, pada Selasa 18 April 2017.

<sup>22</sup> Egy Novita Fitri, Marjonan "Manfaat Layanan Konseling Kelompok dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa" *Jurnal Education*, Vol 2 No. 2 2016, h.19

- b. Peserta didik lebih dapat menerima konseling kelompok, karena jika mengikuti sesi konseling individu, peserta didik yang bermasalah.
- c. Keterlibatan dalam konseling kelompok memungkinkan peserta didik untuk membangun keterampilan interpersonal.
- d. Konseling kelompok sering dianggap efektif dalam waktu dan uang.
- e. Konseling kelompok berguna untuk mengubah tabiat, kepribadian, sikap, serta penilaian terhadap anggota kelompok.
- f. Anggota konseling kelompok lebih mudah menerima saran yang diberikan oleh teman sebaya dibandingkan orang dewasa
- g. Konseling kelompok dapat memberikan situasi yang lebih baik untuk kegiatan pemecahan masalah
- h. Menjadkan peserta didik lebih bersikap terbuka dalam berbagai hal.<sup>23</sup>

## 6. Tahap-Tahap Konseling Kelompok

### 1. Prakonseling

Tahap prakonseling dianggap sebagai tahap persiapan pembentukan kelompok. Adapun hal-hal mendasar yang dibahas pada tahap ini adalah para klien yang telah diseleksi akan

---

<sup>23</sup> Prayitno, "*Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*" (Padang: Ghalia Indonesia, 1995), h.21

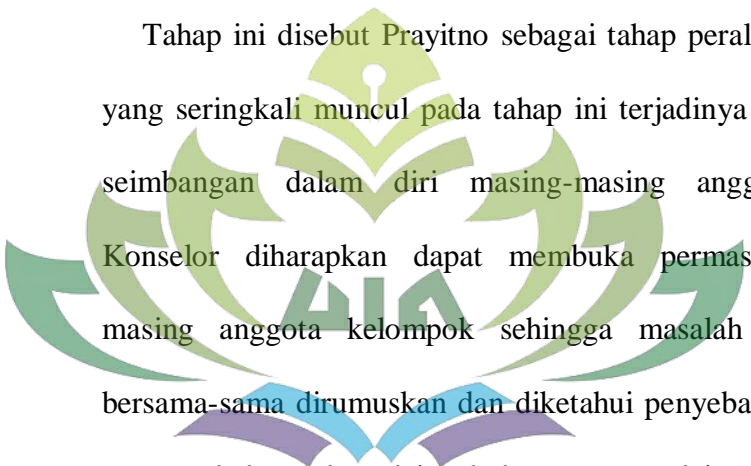
dimasukkan dalam keanggotaan yang sama menurut pertimbangan homogenitas. Setelah itu, konselor akan menawarkan program yang dapat dijalankan untuk mencapai tujuan. Penting sekali bahwa tahap inilah konselor menanamkan harapan pada anggota kelompok agar bahu membahu mewujudkan tujuan bersama sehingga proses konseling akan berjalan efektif. Konselor juga perlu menekankan bahwa pada konseling kelompok hal yang paling utama adalah keterlibatan klien untuk ikut berpartisipasi dalam keanggotaan dan tidak sekedar hadir dalam pertemuan kelompok. Selain itu, konselor juga perlu memperhatikan kesamaan masalah sehingga semua masalah anggota dapat difokuskan kepada inti permasalahan yang sebenarnya.

## 2. Tahap Permulaan

Tahap ini ditandai dengan bentuknya struktur kelompok. Adapun manfaat dari dibentuknya struktur kelompok ini adalah agar anggota kelompok dapat memahami aturan yang ada dalam kelompok. Aturan-aturan ini akan menuntut anggota kelompok untuk bertanggung jawab pada tujuan dan proses kelompok. Konselor dapat kembali menegaskan tujuan yang harus dicapai dalam konseling. Hal ini dimaksudkan untuk menyadarkan klien pada makna kehadirannya terlibat dalam kelompok.

Selain itu, klien diarahkan untuk memperkenalkan diri mereka masing-masing yang dipimpin oleh ketua kelompok (konselor). Pada saat inilah klien menjelaskan tentang dirinya dan tujuan yang ingin dicapainya dalam proses konseling. Biasanya klien hanya akan menceritakan hal-hal umum yang ada dalam dirinya dan belum mengungkapkan permasalahannya.

### 3. Tahap Transisi



Tahap ini disebut Prayitno sebagai tahap peralihan. Hal umum yang seringkali muncul pada tahap ini terjadinya suasana ketidakseimbangan dalam diri masing-masing anggota kelompok. Konselor diharapkan dapat membuka permasalahan masing-masing anggota kelompok sehingga masalah tersebut dapat bersama-sama dirumuskan dan diketahui penyebabnya. Walaupun anggota kelompok mulai terbuka satu sama lain, tetapi dapat pula terjadi kecemasan, resistensi, konflik, dan keengganan anggota kelompok membuka diri. Oleh karena itu, konselor selaku pimpinan kelompok harus dapat mengontrol dan mengarahkan anggotanya untuk merasa nyaman dan menjadikan anggota kelompok sebagai keluarganya sendiri.

### 4. Tahap Kerja

Prayitno menyebut tahap ini sebagai tahap kegiatan. Tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui



penyebabnya sehingga konselor dapat melakukan langkah selanjutnya yaitu menyusun tindakan. Pada tahap ini anggota kelompok diharapkan telah dapat membuka dirinya lebih jauh dan menghilangkan defensinya, adanya perilaku modeling yang diperoleh dari mempelajari tingkah laku baru serta belajar untuk bertanggung jawab pada tindakan dan tingkah lakunya. Akan tetapi, pada tahap ini juga dapat saja terjadi konfrontasi antar anggota dan transferensi. Dan peran konselor dalam hal ini adalah berupaya menjaga keterlibatan dan kebersamaan anggota kelompok serta aktif.

Kegiatan kelompok pada tahap ini dipengaruhi pada tahapan sebelumnya. Jadi apabila pada tahap sebelumnya berlangsung dengan efektif maka tahap ini juga dapat dilalui dengan baik, begitu pun sebaliknya. Apabila tahap ini berjalan dengan baik, biasanya anggota kelompok dapat melakukan kegiatan tanpa mengharapkan campur tangan pemimpin kelompok lebih jauh.

##### 5. Tahap Akhir

Tahap ini adalah tahapan dimana anggota kelompok mulai mencoba perilaku baru yang telah mereka pelajari dan dapatkan dari kelompok. Umpan balik adalah hal penting yang sebaiknya dilakukan oleh masing-masing anggota kelompok. Hal ini dilakukan untuk menilai dan memperbaiki perilaku kelompok

apabila belum selesai. Oleh karena itu, tahap akhir ini dianggap sebagai tahap melatih diri klien untuk melakukan perubahan.

Konselor dapat memastikan waktu yang tepat untuk mengakhiri proses konseling. Apabila anggota kelompok merasakan bahwa tujuan telah tercapai dan telah terjadi perubahan perilaku maka proses konseling dapat segera diakhiri.

#### 6. Pasca Konseling

Jika proses konseling telah berakhir, sebaiknya konselor menetapkan adanya evaluasi sebagai bentuk tindak lanjut dari konseling kelompok. Evaluasi bahkan sangat diperlukan apabila terdapat hambatan dan kendala yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan dan perubahan perilaku anggota kelompok setelah proses konseling berakhir.

Konselor dapat menyusun rencana baru atau melakukan perbaikan pada rencana yang telah dibuat sebelumnya. Atau dapat melakukan perbaikan terhadap pelaksanaannya. Apapun hasil dari proses konseling kelompok yang telah dilakukan seyoginya dapat memberikan peningkatan pada seluruh anggota kelompok. Karena inilah inti dari konseling kelompok yaitu untuk mencapai tujuan bersama.<sup>24</sup>

#### 7. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

---

<sup>24</sup>Ibid, Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling*

1) Perencanaan yang mencakup kegiatan:

- a. Membentuk kelompok
- b. Mengidentifikasi dan meyakinkan klien (peserta didik) tentang perlunya masalah dibawa ke dalam layanan konseling kelompok.
- c. Menempatkan klien dalam kelompok.
- d. Menyusun jadwal kegiatan.
- e. Menetapkan prosedur kegiatan.
- f. Menyiapkan kelengkapan administrasi.

2) Pelaksanaan yang mencakup kegiatan:

- a. Mengkomunikasikan rencana layanan konseling kelompok.
- b. Mengorganisasikan kegiatan layanan konseling kelompok.
- c. Menyelenggarakan layanan konseling kelompok melalui tahap-tahap:

- 1) Pembentukan.
- 2) Peralihan
- 3) Kegiatan, dan
- 4) Pengakhiran.

3) Evaluasi yang mencakup kegiatan:

- a. Menetapkan materi evaluasi.
- b. Menetapkan prosedur evaluasi.
- c. Menyusun instrument evaluasi.

- d. Mengoptimalkan instrument evaluasi.
  - e. Mengolah hasil aplikasi instrument.
- 4) Analisis hasil evaluasi yang mencakup kegiatan:
    - a. Menetapkan norma atau standar analisis
    - b. Melakukan analisis, dan
    - c. Menafsirkan hasil analisis.
  - 5) Tindak lanjut yang menyakup kegiatan:
    - a. Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut.
    - b. Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait.
    - c. Melaksanakan rencana tindak lanjut.
  - 6) Laporan yang mencakup kegiatan:
    - a. Menyusun laporan layanan konseling kelompok.
    - b. Menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau kepada pihak-pihak lain yang terkait.
    - c. Mengkomunikasikan laporan layanan.<sup>25</sup>

## **B. Teknik *Assertive Training***

### **1. Pengertian *Assertive Training***

*Assertive Training* pada dasarnya adalah penempatan latihan keterampilan sosial bagi perkembangan peserta didik untuk mencapai

---

<sup>25</sup> Khusnul Khotimah “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Self Management untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas viii di SMP TAMANSISWA Teluk Betung Bandar Lampung” Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung: Skripsi, 2019.

tujuan yang lebih baik. *Assertive Training* juga merupakan salah satu teknik yang ada dalam pendekatan behavioral yang dapat dilakukan untuk mengubah tingkah laku menjadi tingkah laku baru yang lebih baik.

Corey dalam Jurnal Faizah Defa, berpendapat bahwa dalam pendekatan behavioral, assertive training adalah teknik yang mencapai popularitas yang didalamnya merupakan satu bentuk dari keterampilan bersosialisasi.<sup>26</sup>

Shan Rees dan Roderick S. Graham dalam jurnal Faizal Defa, berpendapat bahwa *assertive training* menunjukkan bagaimana untuk berhubungan dengan apa yang kita inginkan, bagaimana mengubah pola pemikiran negative kita, bagaimana menghargai pendapat diri sendiri, bagaimana menyampaikan penolakan dan kritik serta membangun harga diri dan kepercayaan diri.

Dari penjelasan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa *assertive training* adalah kemampuan untuk menyatakan keyakinan secara tegas, berterus terang, mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan secara langsung, tanpa rasa cemas, jujur serta mempertahankan hak-hak pribadi dengan menjaga perasaan dan hak-hak orang lain.

*Assertive Training* adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut:

---

<sup>26</sup> Faizah Defa, "Teknik Assertive Training untuk meningkatkan perilaku asertif siswa", *Jurnal Fokus Konseling*. Vol. 1 No. 1 (Januari 2015), h.61

- (a) Tidak dapat menyatakan kemarahan atau kejengkelannya.
- (b) Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan dari padanya.
- (c) Mereka yang mengalami kesulitan dalam berkata “tidak”
- (d) Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya.
- (e) Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pemikirannya.<sup>27</sup>

Lazarus menyamakan perilaku asertif dengan empat kemampuan interpersonal yaitu: 1) kemampuan menyatakan tidak, 2) kemampuan membuat pernyataan/perminatan, 3) kemampuan mengekspresikan perasaan positif maupun negative, dan 4) kemampuan membuka dan mengakhiri percakapan.

Menurut Lioyd perilaku asertif adalah perilaku bersifat aktif, langsung dan jujur. Perilaku ini mampu mengkomunikasikan kesan respek kepada diri sendiri dan orang lain sehingga dapat memandang keinginan, kebutuhan, dan hak kita sama dengan keinginan, kebutuhan dan hak orang lain atau bisa diartikan juga sebagai gaya wajar yang tidak lebih dari sikap langsung, jujur dan penuh dengan respek saat

---

<sup>27</sup> Ibid, h.73

berinteraksi dengan orang lain.<sup>28</sup> Dalam surat Ali Imran ayat 139 juga menjelaskan bahwa seseorang harus mempunyai kepercayaan diri:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

*Artinya: Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman Ali-Imran Ayat 139.*<sup>29</sup>

Berdasarkan pendapat-pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa teknik assertive training merupakan strategi dari ilmu psikoterapi yang dapat digunakan untuk membantu individu dalam mengungkapkan perasaan, kepercayaan diri, pengungkapan diri, sehingga siswa dapat mengutarakan pendapatnya, dan melatih ketegasannya atas hal-hal yang terjadi pada dirinya. Tetapi tidak merugikan orang lain dan lingkungan sekitarnya.

## 2. Perilaku Assertif Training

Perilaku asertif merupakan terjemahan dari istilah asertivitas atau assertion yang artinya titik tengah antara perilaku non asertif dan perilaku agresif. Orang yang memiliki tingkah laku atau perilaku asertif orang yang berpendapat dari orientasi dari dalam, memiliki kepercayaan diri yang baik, dapat mengungkapkan pendapat dan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut dan berkomunikasi yang baik, dapat mengungkapkan pendapat

<sup>28</sup> Cucu Urunsari “Strategi Konseling Latihan Asertif Untuk Meredukasi Perilaku Bullying” *Jurnal Of Innovati Counseling*, Vol.1, No, 1, (Januari 2017), h.32

<sup>29</sup> Referensi: <https://tafsirweb.com/1271-surat-ali-imran-ayat-139.html>

dan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut dengan orang lain. Sebaliknya orang yang kurang asertif adalah mereka yang memiliki ciri terlalu mudah mengalah atau lemah, mudah tersinggung, cemas, kurang yakin pada diri sendiri, sukar mengadakan komunikasi dengan orang lain dan tidak bebas mengemukakan masalah atau hal yang telah dikemukakan.<sup>30</sup>

Menurut Suterlina Sukaji, perilaku asertif adalah perilaku seseorang dalam hubungan antar pribadi yang menyangkut ekspresi emosi yang tepat, jujur, relatif terus terang, dan tanpa perasaan cemas terhadap orang lain. Sementara menurut Lange dan Jukubowski, seperti yang dikutip oleh Calhoun, perilaku asertif merupakan perilaku seseorang dalam mempertahankan hak pribadi serta mampu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keyakinan secara langsung dan jujur dengan cara yang tepat.<sup>31</sup>

Rini menyatakan bahwa asertif adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan, kepada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Sedangkan Ratnus dan Nevid menyatakan bahwa asertif adalah tingkah laku yang menampilkan keberanian untuk secara

---

<sup>30</sup> Dita Putri Larasati, 2019 “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training Untuk meningkatkan Disiplin Belajar Pada Peserta didik Kelas XI IPS di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung*” Fakultas Tarbiyah Uin Raden Intan Lampung, 2019

<sup>31</sup> Zainal Abidin “Pengaruh Pelatihan Resilensi Terhadap Perilaku Asertif Pada Remaja” *Jurnal Pamotar* Vol.4 No.2 (Oktober 2011), h. 130



jujur dan terbuka menyatakan kebutuhan, perasaan-perasaan dan pikiran yang apa adanya.<sup>32</sup>

### 3. Dasar Teori Perilaku *Assertive Training*

Teori Assertive Training atau Latihan ketegasan didasarkan pada suatu asumsi yang mengatakan bahwa banyak individu yang menderita karena memiliki rasa cemas, depresi dan reaksi-reaksi ketidakbahagiaan yang lain karena tidak dapat mengungkapkan pendapat serta tidak mampu untuk mempertahankan atau membela hak dan kepentingan pribadinya.

Menurut Townend, asertif adalah tentang harga diri dan menghormati orang lain, memiliki sikap positif pada diri sendiri, memiliki kepercayaan diri, menerima diri sendiri dan mengembangkan kesadaran diri, berperilaku secara langsung dan jujur yaitu dengan memiliki harga diri yang positif menjadikan seseorang memiliki keberanian untuk bertindak sesuai dengan yang dipikirkan dan dirasakan, tanpa harga diri yang positif seseorang tidak akan bertindak sesuai yang mereka inginkan karena cemas dengan penilaian (dikritik) orang lain.<sup>33</sup>

Matheson mengemukakan beberapa laporan penelitian yang membuktikan bahwa assertive training dapat meningkatkan perilaku asertif. Dalam laporan tersebut para ahli yang mendukung latihan asertif

---

<sup>32</sup> Tika Meilena dan Suryanto "Self Disclosure, Perilaku Asertif dan Kecenderungan Terhindar dari Tindakan Bullying" *Jurnal Psikologi Indonesia* Vol.4 No.2 (Mei 2015), h.211

<sup>33</sup> Khalida Amaliyah dkk "Pengaruh Teknik Asertif Training Untuk Meningkatkan Asertivitas terhadap perilaku seksual dalam berpacaran pada siswi kelas VIII di SMP Dipenogoro 1 Jakarta" *Jurnal BK Unj*, h.3

menyatakan bahwa dampak latihan asertif pada peningkatan konsep diri adalah dramatis.<sup>34</sup>

Alberti dan Emmons mendaftar sepuluh kunci perilaku asertif yaitu 1) dapat mengekspresikan diri secara penuh 2) sangat memberi respek pada kepentingan orang lain 3) langsung dan tegas 4) jujur 5) menepatkan orang lain secara setara dalam suatu hubungan 6) verbal, mengandung isis pesan (perasaan, fakta, pendapat, permintaan, keterbatasan), 7) non verbal, mengandung bentuk pesan (kontak mata, suara, postur, ekspresi wajah, gerak isyarat tubuh, jarak fisik, waktu, kelancaran bicara, mendengarkan) 8) layak bagi orang lain dan situasi, tidak universal 9) dapat diterima secara sosial 10) dipelajari, bukat bakat yang diturunkan.<sup>35</sup>

#### 4. Tujuan *Assertive Training*

Joice dan Weill dalam Farida menjelaskan tujuan latihan asertif yaitu mengembangkan ekspresi perasaan baik positif maupun negatif, mengekspresikan perasaan-perasaan kondadiktif, mengembangkan perilaku atas dasar prakarsa sendiri.

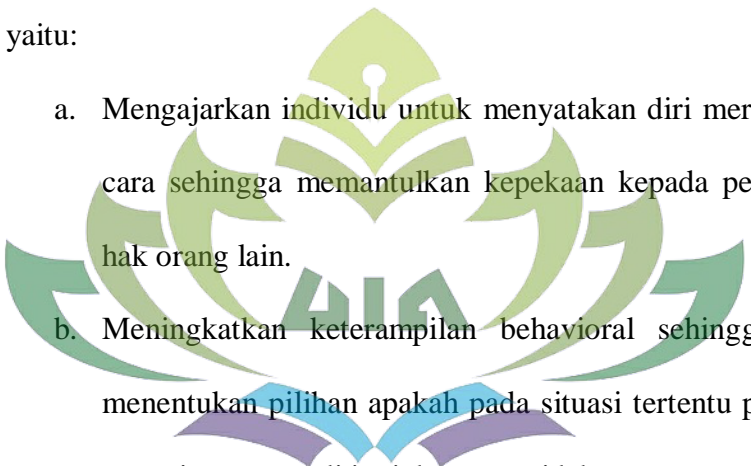
---

<sup>34</sup> Laila Maharani, Tika Ningsih “Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training dalam menangani konsep diri negative pada peserta didik” *Jurnal BK* 02 (1) 2015, h. 11

<sup>35</sup> Ibid Cucu

Konseling kelompok dengan teknik asertif bertujuan digunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan asertivitasnya.<sup>36</sup> Teknik assertive training dalam pelaksanaan tentu memiliki beberapa tujuan yang ingin dicapai oleh konselor dan klien. Day menjelaskan bahwa assertive training membantu klien belajar kemandirian sosial yang diperlukan untuk mengekspresikan diri mereka dengan tepat.

Sedangkan menurut Corey terdapat beberapa tujuan assertive training yaitu:

- 
- a. Mengajarkan individu untuk menyatakan diri mereka dalam suatu cara sehingga memantulkan kepekaan kepada perasaan dan hak-hak orang lain.
  - b. Meningkatkan keterampilan behavioral sehingga mereka bisa menentukan pilihan apakah pada situasi tertentu perlu berperilaku seperti apa yang di inginkan atau tidak.
  - c. Mengajarkan pada individu untuk mengungkapkan diri dengan cara semedikian rupa sehingga terefleksi kepekaan terhadap perasaan dan hak orang lain.
  - d. Meningkatkan kemampuan individu untuk menyatakan dan mengekspresikan dirinya dengan enak dalam berbagai situasi sosial.

---

<sup>36</sup> Rizki Mutia dkk "Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Asertif Training Terhadap Kemampuan Asertivitas siswa kelas VIII SMP Negeri 18 Bengkulu" *Jurnal Consila* Vol.1 No.2 2018, h.61

- e. Menghindari kesalahpahaman dari pihak lawan komunikasi.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa tujuan latihan assertif adalah untuk melatih individu mengungkapkan dirinya, mengungkapkan apa yang dirasakan dan menyesuaikan diri dalam berinteraksi sehingga dapat menghindari terjadinya kesalahpahaman dalam berkomunikasi.<sup>37</sup>

## 5. Prosedur Pelaksanaan Assertive Training

Menurut Joyce & Weil langkah-langkah dalam melakukan teknik assertive training yang merumuskan lima tahapan latihan asertif yaitu sebagai berikut:

### 1. Mengidentifikasi perilaku target

Mengidentifikasi perilaku target terjadi pada saat mendiskusikan situasi dimana mereka memiliki beberapa kesulitan mengekspresikan perasaan dan mengidentifikasi jenis perasaan yang bermasalah. Pengidentifikasi bertujuan agar siswa mengetahui perilaku dan perasaan yang bermasalah dan perlu diperbaiki.

### 2. Menetapkan prioritas untuk situasi dan perilaku

Setelah pengidentifikasi perilaku yang akan dirubah maka perlu diterapkan prioritas dalam pemilihan situasi. Prioritas ini perlu

---

<sup>37</sup> <http://edutaka.blogspot.com/2015/03/kajian-pustaka-tentang-teknik-assertive.html>

mencakup dua hal yang situasi dan jenis perasaan bahwa mereka memiliki kesulitan dalam mengekspresikan perasaannya dalam situasi yang tepat. Prioritas ini memberikan dasar untuk memilih situasi dan perasaan yang akan dilakukan untuk berkonsentrasi pada langkah pertama. Dalam langkah kedua ini target dilatih untuk mengungkapkan perasaannya dalam bentuk ucapan atau kata-kata yang berisi hal logis dan tidak bertele-tele.

### 3. Memerankan situasi

Peserta didik akan terlibat dalam perilaku latihan atau bermain peran. Pemeranan situasi atau bermain peran ini perlu dilakukan agar peserta didik mempelajari perilaku mana yang perlu diubah. Setelah diskusi tentang bermain peran mungkin dimodifikasi sehingga ekspresi perasaan akan menjadi baik memadai dan dapat diterima secara sosial, pemeran memberlakukan stimulus kembali, kali ini dengan beberapa ekspresi perasaan. Diberlakukannya ini diikuti oleh beberapa orang lain dimana peserta didik (dan mungkin guru) dapat mengungkapkan secara memadai dalam situasi tersebut. Terutama ketika perasaan bertentangan yang akan diungkapkan atau ketika salah satu kebutuhan untuk mengganggu perilaku orang lain, guru dapat memimpin diskusi tentang berbagai macam tanggapan yang relatif tidak agresif tetapi efektif yang dapat dibuat dalam situasi sosial.

#### 4. Pengulangan

Pada fase empat, pengulangan lebih lanjut dilakukan. Pengulangan perlu dilakukan agar siswa terbiasa dengan perilaku baru yang telah dipelajari pada fase sebelumnya. Peserta didik mempraktekan perilaku baru dan mengamati berbagai gaya asertif, mereka saling memberikan umpan balik lain pada cara untuk menjadi lebih efektif, dan secara bertahap unsur-unsur ekspresi yang jelas dari pesaraan dan ketegasan dibuat eksplisit. Asumsi dari model ini adalah peserta didik akan belajar perilaku baru dan mulai mentransfernya atau mengaplikasikan ke situasi kehidupan nyata mereka. Dalam tahap keempat ini, akan diberlakukan umpan balik

#### 5. Memindahkan pada situasi nyata

Konselor perlu menyadari tidak semua konsekuensi akan positif. Beberapa peserta didik akan menemukan mereka bisa lebih nyaman meminta pergi dari situasi ini. Orang lain akan mengekspresikan perasaan mereka dengan seseorang dan kemungkinan akan ditolak.<sup>38</sup>

#### 6. Prosedur Terapan *Assertive Training*

Prosedur dasar dalam *assertive training*:

---

<sup>38</sup> Nurul Rahmi “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* untuk menurunkan kompetensi interpersonal siswa kelas x sma negeri 2 kandangan” *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6, 2016. h.65

1. Mengajarkan perbedaan antara asertif, agresif, non agresif dan sopan.
2. Membantu individu mengidentifikasi dan menerima hak-hak pribadi dirinya dan orang lain.
3. Mengurangi hambatan kognitif dan afektif yang menghambat aktualisasi sikap asertif.
4. Mengembangkan keterampilan perilaku asertif secara langsung melalui praktek-praktek di dalam pelatihan.<sup>39</sup>

### C. Perilaku Agresif

#### 1. Pengertian Perilaku Agresif

Myers menjelaskan perilaku agresif sebagai perilaku fisik atau lisan yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti dan merugikan orang lain. Selaras dengan pernyataan tersebut, Davidoff menyatakan bahwa perilaku agresif adalah setiap tindakan makhluk hidup yang ditujukan untuk menyerang dan menyakiti makhluk lainnya baik itu secara verbal maupun non verbal. Selanjutnya, Berkowitz perilaku agresif sebagai bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun secara mental.<sup>40</sup>

---

<sup>39</sup> Lutfi Fauzan, “Konseptual Assertive Training” (<https://lutfifauzan.wordpress.com/2010/01/12/makalah-konseptual-assertive-training/>), diakses pada 12 Januari 2010

<sup>40</sup> <https://www.universitaspikologi.com/2018/07/pengertian-ciri-ciri-dan-bentuk-perilaku-agresif.html>, diakses pada 13 Juli 2018

Perilaku agresif seringkali dikaitkan dengan tindakan anti sosial (asosial). Wirutmo mengatakan bahwa tindakan remaja yang anti sosial adalah merupakan suatu proses yang sangat kompleks. Salah satu dimensi yang menjadi sebab munculnya tindakan asosial adalah situasi dan kondisi yang secara langsung dihadapi dan dirasakan oleh remaja, sedangkan fasilitas yang dimiliki sangat terbatas.<sup>41</sup>

Scheneiders mengartikan perilaku agresif sebagai luapan emosi atas reaksi terhadap kegagalan individu yang ditunjukkan dalam bentuk perusakan terhadap orang atau benda dengan unsur kesengajaan yang diekspresikan dengan kata-kata (verbal) dan perilaku non-verbal.<sup>42</sup> Seperti telah kita lihat, pengalaman marah dan frustrasi sering mewakili kekerasan. Craig Anderson dan rekannya mengusulkan model agresi afektif umum. Mereka berpendapat bahwa agresi diperbesar oleh peningkatan faktor sikap agresif, pemikiran agresif, dan kebangkitan agresif.<sup>43</sup>

## 2. Ciri-ciri Perilaku Agresif

Dalam perilaku agresif terdapat beberapa ciri dan unsur yang terkandung didalamnya, diantaranya adalah menurut Supriyo yaitu:

### 1. Adanya tujuan untuk mencelakakan

---

<sup>41</sup> Nuryati Amamimi R, "Anomie dan Kecendrungan Perilaku Agresif dikalangan Remaja" *Jurnal Psikologi*, No.1 1998, h.26

<sup>42</sup> Badrun Susantyo "Memahami Perilaku Agresif" *Jurnal Informasi*, Vol. 16, No. 3 Tahun 2011, h.189

<sup>43</sup> Shelley dkk, *Ibid*, h.507



Terdapat tujuan mencelakakan dari perilaku agresif kepada korban. Dalam hal ini pelaku berniat dan nada tujuan untuk mencelakakan korban. Misalnya pelaku punya dendam kepada korban dan berniat mencelakakan korban.

2. Ketidak inginan si korban menerima tingkah laku si pelaku

Ciri pelaku tersebut dikaitkan sebagai perilaku agresif bila sang korban tidak menginginkan datangnya perilaku tersebut. Lain halnya jika sang korban menginginkan tingkah laku tersebut. Misalnya sang korban ingin dirinya ditampar ataupun ditendang, itu merupakan perilaku agresif.

3. Menyerang pendapat orang lain

Menyerang pendapat orang lain dalam artian perilaku tidak bisa menerima pendapat orang lain dan dengan segala cara dia menantang pendapat tersebut.

4. Marah-marah tanpa alasan yang jelas

Sang pelaku marah-marah dengan penuh emosi kepada korban dan dengan alasan yang tidak jelas.

5. Melakukan perkelahian

Melakukan perkelahian dengan individu lain merupakan perilaku yang dapat digolongkan perilaku agresif.<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> Raras Ambarani, “*Perilaku Agresif Siswa SMP 3 Urangan*” (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2016), h. 22

Menurut bower ciri-ciri atau karakteristik perilaku agresif diantaranya yaitu:

1. Mengekspresikan perasaan tanpa pengendalian bahkan menyinggung perasaan orang lain.
2. Cenderung menerang, mengintimidasi, mengkritik dan memaksa untuk meminta penjelasan lebih lanjut.
3. Selalu mempertahankan haknya tanpa peduli dengan hak orang lain.
4. Cenderung menyampaikan keluhan dengan meledak ledak.
5. Cenderung menyerang orang lain yang tidak sependapat dengan dirinya dengan cara memotong pembicaraan atau mengintimidasi.<sup>45</sup>

### 3. Jenis Perilaku Agresif

Agresi memiliki jenis yang banyak, sementara dampaknya dapat sangat serius pada korban. Secara umum Myres membagi agresi dalam dua jenis yaitu:

- a. Agresi rasa benci atau agresi emosi (Hostile Aggression)

---

<sup>45</sup> Si Manis, “*Pengertian Agresif, Ciri dan Jenis Bentuk Perilaku Agresif Menurut Para Ahli*” (<https://www.pelajaran.co.id/2019/29/pengertian-agresif-ciri-dan-jenis-bentuk-perilaku-agresif-menurut-para-ahli.html>) diakses pada 29 May 2019

Merupakan ungkapan kemarahan dan ditandai dengan emosi yang tinggi. Perilaku agresi pada jenis ini berpusat pada tujuan dari agresi itu sendiri. Agresi ini tersebut agresi jenis panas. Akibat dari agresi ini tidak dipikirkan oleh pelaku dan pelaku memang tidak peduli jika akibat perbuatannya lebih banyak menimbulkan kerugian dari pada manfaat.

- b. Agresi sebagai sarana untuk mencapai tujuan lain (Instrumental Aggression)

Agresi jenis ini tidak disertai emosi. Antara perilaku dan korban kadang-kadang tidak ada hubungan pribadi. Agresi hanya merupakan sarana untuk mencapai tujuan lain.<sup>46</sup>

#### 4. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif

Pemicu yang umum dari perilaku agresif tersebut adalah ketika seseorang mengalami satu kondisi emosi tertentu, yang sering terlihat adalah emosi marah. Perasaan marah berlanjut pada keinginan untuk melampiaskan dalam satu bentuk tertentu dan pada objek tertentu. Sedangkan faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku agresif pada remaja yaitu faktor internal dan eksternal. Internal tersebut meliputi: frustrasi, gangguan pengamatan dan tanggapan remaja, gangguan berfikir dan intelegency remaja, serta gangguan perasaan/emosional remaja.

---

<sup>46</sup> <https://www.universitaspikologi.com/2018/07/pengertian-ciri-dan-jenis-perilaku-agresif.html> , diakses pada 18 Juli 2018

Sedangkan faktor eksternal meliputi faktor keluarga, sekolah dan lingkungan.<sup>47</sup>

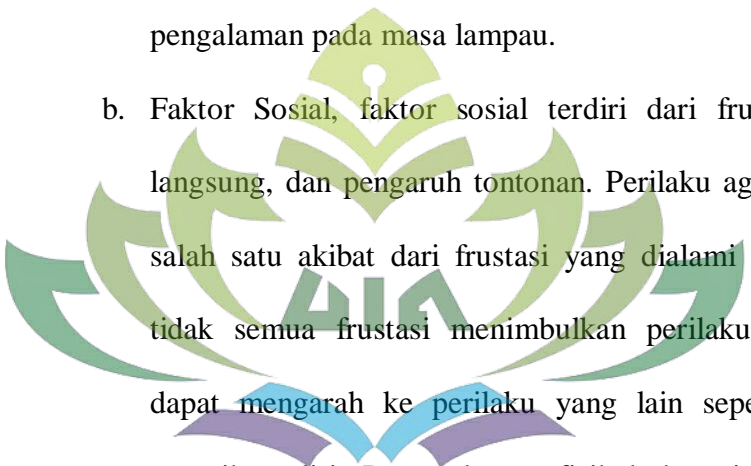
Jeanne Ellis Ormrod menyebutkan faktor yang mempengaruhi perilaku agresif diantaranya adalah akibat kerusakan neurologis, yang mengakibatkan remaja secara genetis memiliki kecenderungan untuk melakukan agresi. Hal lain yang menjadi faktor yang mempengaruhi agresif adalah:

- a. Lingkungan, faktor keluarga yang disfungsi, keadaan keluarga yang terbiasa dengan konflik, kekerasan dan kurang kasih sayang dapat memicu remaja berperilaku agresif.
- b. Media, terbiasa menyaksikan kekerasan yang terjadi di media dapat meningkatkan perilaku agresif remaja.
- c. Faktor kognisi, seperti remaja kurang mampu mengartikan isyarat dari orang lain, kurang mampu melihat sudut pandang orang lain, memiliki tujuan diri yang lebih dominan memiliki cara pemecahan masalah yang tidak efektif dan memiliki bahwa perilaku agresif itu tepat dan efektif.

Anantasari mengemukakan beberapa penyebab perilaku agresif:

---

<sup>47</sup> Junia Trisnawati dkk, "Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Agresif Remaja di SMK N 2 Pekanbaru" *Jurnal Psikolog*, Vol. 1 No. 2, Oktober 2014, h.2

- 
- a. Faktor Psikologi, faktor psikologis terdiri dari perilaku naluriah dan perilaku yang dipelajari. Perilaku naluriah menurut Freud terdapat dua macam, yakni eros dan thanatos. Perilaku agresif termasuk thanatos, yakni energy yang tertunjuk untuk merusak atau pengakhiran kehidupan. Perilaku yang dipelajari menurut Bandura sehubungan dengan perilaku agresif, yakni perilaku tersebut dipelajari manusia melalui pengalaman pada masa lampau.
- b. Faktor Sosial, faktor sosial terdiri dari frustrasi, provokasi langsung, dan pengaruh tontonan. Perilaku agresif merupakan salah satu akibat dari frustrasi yang dialami seseorang tetapi tidak semua frustrasi menimbulkan perilaku agresif karena dapat mengarah ke perilaku yang lain seperti depresi dan penarikan diri. Pencenderaan fisik dan ejakan verbal dari orang lain sebagai bentuk provokasi langsung dapat memicu perilaku agresif. Pengaruh tontonan kekerasan di televisi bersifat kumulatif, artinya semakin panjang tontonan kekerasan maka semakin meningkatkan perilaku agresif.
- c. Faktor Lingkungan, faktor lingkungan meliputi pengaruh udara, kebisingan, dan kesesakan karena jumlah manusia yang terlalu banyak sehingga memicu terjadinya perilaku agresif.

- d. Faktor Biologis. Para peneliti yang menyelidiki kaitan antara cedera kepala dan perilaku agresif mengindikasikan kombinasi pencederaan fisik yang pernah dialami dan cedera kepala, mungkin ikut menyebabkan munculnya perilaku agresif.
- e. Faktor Genetik. Pengaruh faktor genetic antara lain ditunjukkan oleh kemungkinan yang lebih besar untuk melakukan perilaku agresif dari kaum pria yang mempunyai kromosom XYY.<sup>48</sup>

## 5. Dampak Perilaku Agresif

Penyebab perilaku agresif yang dilakukan oleh siswa sangat kompleks, tetapi secara garis besar dikelompokkan menjadi dua, yaitu penyebab internal dan eksternal seperti, amarah, frustrasi, lingkungan, proses belajar model kekerasan, dan proses pendisiplinan yang keliru. Kedua faktor tersebut menyebabkan terhambatnya perkembangan aspek emosi dan sosial siswa yang bersangkutan. Terhambatnya perkembangan emosi dan perilaku sosial di antaranya diwujudkan dalam bentuk perilaku agresif. Hal ini berdampak pula pada perkembangan emosi dan perilaku siswa disekolah. Selain itu perilaku agresif juga dapat memengaruhi prestasi akademis, interaksi sosial mereka dengan teman sebaya dan guru.<sup>49</sup>

---

<sup>48</sup> Andani Fitriana, "Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Agresif Siswa SMK 3 Yogyakarta" (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2018), h.28

<sup>49</sup> Salmati, "Perilaku Agresif dan Penanganannya (Studi Kasus Pada Siswa SMP N 8 Makassar)" *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, Vol.1 No. 1(Juni 2015), h.67

Dampak utama dari perilaku agresif ini adalah anak tidak mampu berteman dengan anak lain atau bermain dengan teman-temannya. Keadaan ini menciptakan lingkaran setan, semakin anak tidak diterima oleh teman-temannya maka semakin menjadilah perilaku agresif yang ditampilkannya.<sup>50</sup>

## 6. Teori Perilaku Agresif

Dalam teori ini perilaku agresif merupakan ekspresi dari adanya insting kematian. Insting inilah yang menjadi patokan untuk menjelaskan adanya beberapa bentuk tingkah laku agresif seperti peperangan ataupun bunuh diri. Freud (Baron dan Byrne, 2000) beranggapan bahwa insting mati yang dapat menjelaskan perilaku agresif mempunyai sifat katarsis atau pelepasan ketanggapan yang dapat merugikan masyarakat.<sup>51</sup>

Teori- teori dalam agresi menggambarkan bahwa adanya perilaku agresif terjadi karena terdapat beberapa faktor yang menjad penyebabnya. Perilaku agresif dapat terjadi dari banyak rangsangan baik eksternal maupun internal, hanya saja tidak dialami oleh semua orang namun hanya pada orang yang belum mampu untuk mengendalikan emosinya. Sarwono (2002) menyatakan bahwa teori agresi terbagi dalam beberapa kelompok, yaitu:

---

<sup>50</sup> Beyyon Blogger, “*Perilaku Agresif Penyebab dan Penangannya*” ([https://www.kompasiana.com/icha\\_nors/5509803a8133117249b1e23e/perilaku-agresif-penyebab-dan-penanganannya](https://www.kompasiana.com/icha_nors/5509803a8133117249b1e23e/perilaku-agresif-penyebab-dan-penanganannya)) diakses pada 25 Juni 2015

<sup>51</sup> Penulis Admin, “*Teori Perilaku Agresif*” (<https://www.konselingindonesia.com/read/351/teori-perilaku-agresif.html>), Pusat Reverensi Konseling diakses pada 19 Maret 2012

a. Teori Bawaan

Teori bawaan atau bakat terdiri atas teori psikoanalisa dan teori biologi.

b. Teori Lingkungan

Inti dari teori lingkungan adalah perilaku agresif merupakan reaksi terhadap peristiwa atau stimulus yang terjadi di lingkungan. Teori lingkungan terdiri dari: teori frustrasi- agresi klasik, teori frustrasi- agresi baru, teori belajar sosial.

c. Teori kognitif

Teori kognitif ini memutuskan proses yang terjadi pada kesadaran dalam membuat penggolongan, pemberian sifat-sifat, penilaian, dan pembuatan keputusan.<sup>52</sup>

**Langkah-langkah Proses Konseling Kelompok dengan Teknik  
*Assertive Training***

a. Tahap Pembentukan

1. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih; kalimat yang diucapkan konselor: “Ibu sangat berterima kasih kalian mau mengikuti kegiatan konseling kelompok.”

2. Berdoa

---

<sup>52</sup> Khusnul Khotimah “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta didik kelas VII di SMP Taman Siswa Teluk Betung*” (Lampung: Universitas Islam Negeri Lampung), h.40



Konselor mengajak anggota kelompok untuk berdoa; “Sebelum memulai kegiatan alangkah baiknya kita menundukan kepala berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing agar kegiatan konseling kelompok ini dapat berlangsung dengan lancar dan diperoleh hasil yang memuaskan dan menyenangkan”.

3. Konselor menjelaskan pengertian konseling kelompok dengan teknik assertive training

Konselor menjelaskan secara singkat kegiatan konseling kelompok kepada anggota kelompok agar termotivasi untuk sungguh-sungguh mengikuti kegiatan sampai selesai.

4. Konselor menjelaskan tujuan konseling

Konselor menjelaskan tujuan konseling kepada anggota kelompok agar kegiatan terfokus membantu memecahkan kesulitan yang dialami anggota dengan baik.

5. Konselor menjelaskan azas-azas konseling.

Konselor menjelaskan azas-azas yang digunakan dalam kegiatan konseling kelompok agar anggota kelompok termotivasi untuk terbuka untuk mengemukakan kesulitan yang dihadapi sekalipun yang bersifat pribadi dan rahasia. Setelah dijelaskan konselor menanyakan kepada semua anggota agar saling menghargai dan berjanji tidak akan memberitahukan apa yang dibahas di kegiatan konseling kelompok.

6. Konselor melaksanakan perkenalan yang dilanjutkan dengan rangkaian nama-nama anggota kelompok.

b. Tahap Peralihan

1. Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok

- Masing-masing anggota kelompok berdiri
- Memperkenalkan diri

2. Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut.

3. Mengenali dan mengatasi susasana anggota kelompok untuk memasuki tahap berikutnya.

4. Memberikan contoh kesulitan yang menghambat tugas-tugas perkembangan yang dapat dibahas dalam kelompok.

c. Tahap Kegiatan

1. Menjelaskan kesulitan yang hendaknya dikemukakan oleh anggota. Kebutuhan atau kesulitan yang sangat mengganggu dalam kehidupan sehari-hari.

2. Mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan kesulitan masing-masing secara bergantian.

3. Memilih atau menetapkan kesulitan yang akan dibahas. Memahami secara positif, mendengar secara baik dan merespon dengan tepat.

4. Membahas kesulitan secara tuntas. Bertanya tentang apa, bagaimana, dan mengapa.

5. Selingan, permainan sederhana agar lebih dinamis dan bergairah.
6. Menegaskan komitmen anggota terhadap kesulitan anggota, menemukan ide-ide rasional, menanggapi secara rasional, dan pemberian saran atau nasehat jika diperlukan.

d. Tahap Pengakhiran

1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri.
2. Anggota kelompok memberikan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing.
3. Pembahasan kegiatan lanjutan
4. Pesan serta tanggapan anggota kelompok
5. Ucapan terima kasih
6. Berdoa
7. Perpisahan.<sup>53</sup>

#### D. Penelitian yang Relevan

Berikut adalah beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan kajian penelitian:

1. Rischa dan Siti, tahun 2019 dalam Jurnal Pendidikan Khusus dengan Judul *Assertive Training* untuk mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa Tunagrahita SMALB. Penelitian ini dilatar belakangi adanya temuan perilaku agresif pada anak tunagrahita

---

<sup>53</sup> Hasanuddin Fajari, "Langkah-langkah Proses Konseling Kelompok" diakses dari [hasanuddinfajari.blogspot.com/2010/01/langkah-langkah-proses-konseling.html?m=1](http://hasanuddinfajari.blogspot.com/2010/01/langkah-langkah-proses-konseling.html?m=1), pada Minggu 24 Januari 2010

ringan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh *assertive training* untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa tunagrahita kelas X SMALB di SLB negeri gedangan siduarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen dengan *Single Subject Research (SSR)*, desain penelitian ini digunakan adalah desain A-B-A. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis visual dalam kondisi dan analisis visual antar kondisi untuk data frekuensi dan durasi, sedangkan data kualitas dianalisis menggunakan teknik deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada fase baseline (A1) rata-rata perilaku agresif yang dilakukan siswa selama waktu 40 menit adalah 35,5 detik dengan rata-rata frekuensi sebesar 14,25 kali dengan kualitas perilaku agresif berat. Pada fase intervensi (B) rata-rata perilaku agresif yang dilakukan siswa selama waktu 40 menit adalah 9,2 detik dengan rata-rata frekuensi sebesar 5,7 kali dengan kualitas perilaku agresif ringan. Pada fase baseline (A2) rata-rata frekuensi sebesar 7,25 kali dengan kualitas perilaku agresif ringan.<sup>54</sup>

---

<sup>54</sup> Rischea Hudzaimi Zulfah, "*Assertive Training Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa Tunagrahita*" (Surabaya: Universitas Negeri Surabaya)

2. Anna Aisa tahun 2013 dalam skripsi Keefektivan Teknik Latihan Asertif Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas latihan asertif untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian pre eksperimental design group dengan jenis one group pretest and posttest design. Eksperimen dilaksanakan pada satu kelompok tanpa kelompok pembanding. Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan pretest pada sekelompok individu yang memiliki perilaku agresif tinggi, treatment berupa latihan asertif dan posttest berupa skala perilaku agresif. subjek penelitian adalah siswa SMA Laboratorium Kelas XI yang memiliki perilaku agresif tinggi, berjumlah 7 orang. Data skala perilaku agresif dianalisis dengan uji statistic non-parametrik Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan perilaku agresif siswa sebelum dan sesudah diberikan treatment. Nilai probality kurang dari 0,05 ( $p=0.018$ ).<sup>55</sup>
3. Ondawati tahun 2019. Dalam jurnal Penelitian Pendidikan dengan judul Upaya Menurunkan Perilaku Agresif melalui Pemberian Layanan Konseling Kelompok pada siswa. Penelitian ini dilator

---

<sup>55</sup> Anna Aisa “Keefektivan Teknik Latihan Asertif untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang” (Malang: Universitas Negeri Malang, 2013)

belakangi dengan banyaknya permasalahan yang terjadi di kelas VII/A SMP Negeri 2 Jatinangor Kabupaten Sumedang terutama masalah pertengkaran diantara anggota kelas tersebut maupun kelas lain yang disebabkan karena rasa marah, sakit hati ataupun kesalahpahaman. Hal ini menyebabkan sering terganggunya kegiatan pembelajaran dikelas tersebut, sehingga penulis berusaha mengadakan penelitian tentang upaya penurunan perilaku agresif bertengkar disekolah melalui pemberian layanan konseling kelompok. Perilaku agresif adalah suatu perilaku yang bertujuan untuk melukai orang lain baik secara verbal maupun non verbal. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa melalui layanan konseling kelompok dapat menurunkan perilaku agresif bertengkar disekolah sebesar 65% dengan jumlah penurunan dari 11 peserta didik berperilaku agresif dalam satu minggu berkurang menjadi 4 peserta didik. Dengan penurunan peserta didik berjumlah 7 merupakan penurunan yang cukup signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa melalui pemberian layanan konseling kelompok dapat menurunkan perilaku agresif disekolah pada peserta didik kelas VII/A SMP Negeri 2 Jatinangor.<sup>56</sup>

---

<sup>56</sup> Ondawati "Upaya Menurunkan Perilaku Agresif melalui Pemberian Layanan Konseling Kelompok pada Siswa" *Jurnal Penelitian Pendidikan*, h.84

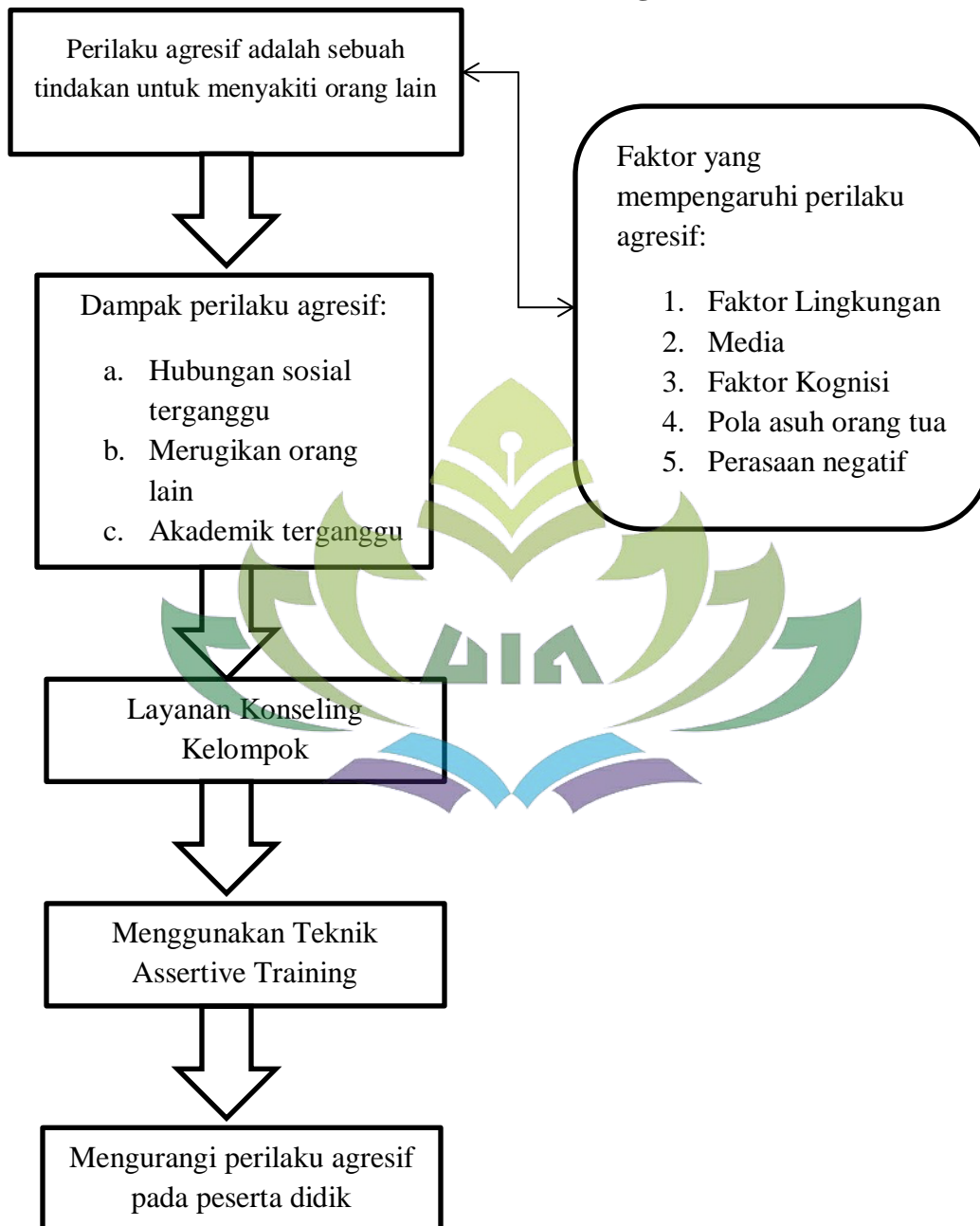
## E. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Menurut Sugiyono, kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari beberapa teori yang dideskripsikan.<sup>57</sup> Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa efektivitas konseling kelompok dengan teknik asertif training untuk menurunkan perilaku agresif peserta didik adalah diharapkan dapat membantu peserta didik untuk menerima dan memahami berbagai informasi berkenaan dengan pengertian, fungsi, dan manfaat penting dalam mengurangi perilaku agresif, memiliki perilaku yang baik terhadap diri sendiri dan lingkungan. Berikut ini merupakan kerangka berfikir dalam penelitian.

---

<sup>57</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Alfabeta 2015, h.60

**Gambar 1**  
**Kerangka Berfikir Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training**





## F. Hipotesis

Hipotesis merupakan pernyataan tentative yang merupakan dugaan atau terkaan sementara tentang apa saja yang kita amati dalam usaha untuk memahaminya. Untuk membedakan antara teori dan hipotesis maka perlu diadakannya penelitian atau pembuktian teori untuk menjawab suatu hipotesis. Hal ini disebabkan karena teori memiliki tujuan untuk mengatur fakta-fakta dan memberinya makna. Teori juga merupakan alat yang tersusun rapi untuk menjelaskan dan meramalkan peristiwa-peristiwa. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

Ha = Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training berpengaruh untuk menurunkan perilaku agresif pada peserta didik kelas X MIPA di SMA Negeri 6 Bandar Lampung.

Ho = Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training tidak berpengaruh untuk menurunkan perilaku agresif pada peserta didik kelas X MIPA di SMA Negeri 6 Bandar Lampung.

Hipotesis statistiknya sebagai berikut:

Ha :  $\mu_1 \neq \mu_2$

Ho :  $\mu_1 = \mu_2$

Keterangan

$\mu_1$  : Perilaku agresif peserta didik sebelum pemberian teknik *assertive training*.

$\mu_2$  : Perilaku agresif peserta didik sesudah pemberian teknik *assertive training*.



## DAFTAR PUSTAKA

- Admin. "Teori Perilaku Agresif" <https://www.konselingindonesia.com/read/351/teori-perilaku-agresif.html>, Pusat Reverensi Konseling.(19 Maret 2012).
- Admin. 2017. Komponen Konseling Kelompok. Dari <http://www.jejakpendidikan.com/2017/04/komponen-konseling-kelompok.html>. (18 April 2007).
- Al- Qur'an dan Terjemah, *Al- Hikmah*, (Jawa Barat: CV. Diponogoro, 2013).
- Ambarani, Raras. *Perilaku Agresif Siswa SMP 03*. Skripsi. Semarang. Universitas Negeri Semarang, 2016.
- Angga Zakaria, "Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Realitas dalam Mengurangi Prilaku Agresif Peserta didik kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung" Lampung (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung: 2018)
- Anna Aisa "Keefektivan Teknik Latihan Asertif untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang" (Malang: Universitas Negeri Malang), 2013.
- Arih, Toriqul. *Perbedaan Perilaku Agresi Antara Siswa Laki-laki dan Siswa Perempuan*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 2017.
- Asiah dan Ibrahim, Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Terhadap Perilaku Bullying Verbal Siswa SMP 2 Percut Sai, Jurnal Psikologi Konseling, 2018.
- Azizah, Dian Muslimah, *Mengurangi Perilaku Agresif Melalui Layanan Klasikal Menggunakan Teknik Sosiodrama Pada Siswa Kelas V di SD Negeri Pegirikan 03 Kabupaten Tegal*. Skripsi. Semarang. Universitas Negeri Semarang, 2013.
- Badrun Susantyo, Memahami Perilaku Agresif. Jurnal Informasi, 2011
- Beyyon Blogger, *Perilaku Agresif Penyebab dan Penanganannya*" [https://www.kompasiana.com/icha\\_nors/5509803a8133117249b1e23e/perilaku-agresif-penyebab-dan-penanganannya](https://www.kompasiana.com/icha_nors/5509803a8133117249b1e23e/perilaku-agresif-penyebab-dan-penanganannya) (25 Juni 2015)
- Cucu Urumsari,*Strategi Konseling Latihan Asertif Untuk Meredukasi Perilaku Bullying*. Jurnal Innovative Counseling, 2017

- Dina Sukma “*Rujukan Konsep Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok Karya Prayitno*” <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>.
- Dita Putri Larasati, “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training Untuk meningkatkan Disiplin Belajar Pada Peserta didik Kelas XI IPS di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung*” Fakultas Tarbiyah Uin Raden Intan Lampung, 2019
- Dwi Nikmah Puspitasari, *Pelatihan Keterampilan Sosial Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Anak*, 2014
- Egy Novita Fitri, Marjonah, *Manfaat Layanan Konseling Kelompok Dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa*. Jurnal Education, 2016
- Fitrianisa, Andani, *Identifikasi Faktor-faktor Penyebab Perilaku Agresif Siswa SMK 3 Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2018.
- Febriyani, Hendri, dkk, *Hubungan Persepsi Perawat dengan Tindakan Asertif Pada Klien Perilaku Agresif di RSJ.Prof. Dr. V. L. Ratumbuang*. Jurnal Keperawatan, 2016.
- Gustiana, Eka Wahyuni, dkk. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks, 2016
- Hasanuddin Fajari, “Langkah-Langkah Proses Konseling Kelompok” diakses dari [hasanuddinfajari.blogspot.com/2010/01/langkah-langkah-proses-konseling.html?m=1](http://hasanuddinfajari.blogspot.com/2010/01/langkah-langkah-proses-konseling.html?m=1), pada Minggu 24 Januari 2010
- <http://digilib.uinsby.ac.id/13703/6/Bab%202.pdf>.
- <http://edutaka.blogspot.com/2015/03/kajian-pustaka-tentang-teknik-assertive.html>
- <https://www.universitaspikologi.com/2018/07/pengertian-ciri-ciri-dan-bentuk-perilaku-agresif.html>, diakses pada 13 Juli 2018
- <https://www.universitaspikologi.com/2018/07/pengertian-ciri-dan-jenis-perilaku-agresif.html> , (18 Juli 2018)
- Junia Trisnawati, Fathra Anis, dkk, *Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Agresif Remaja di SMK Negeri 2 Pekanbaru*. Jurnal Psikolog, 2014.

- Khalida Amaliyah, Retty, dkk. *Pengaruh Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Assertivitas Terhadap Perilaku Seksual Dalam Berpacaran Pada Siswi Kelas VIII*. Jurnal BK UNJ
- Khotimah, Khusnul. *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta didik kelas VII di SMP Taman Siswa Teluk Betung* . Skripsi. (Lampung: Universitas Islam Negeri Lampung), 2019.
- Laila Maharani, Tika Ningsih, *Layanan Konseling Kelompok Teknik Asertif Training dalam Menangani Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2015.
- Larasati, Dita Putri, *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training Untuk meningkatkan Disiplin Belajar Pada Peserta didik Kelas XI IPS di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung*. Skripsi. Lampung. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019.
- Lubis, Namora Lumongga, *Memahami Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: Prenamedia Group, 2011.
- Lutfi Faudzan, *Konseptual Assertive Training*. <https://lutfifauzan.wordpress.com/2010/01/12/makalah-konseptual-assertive-training/>. (12 Januari 2010)
- Muchslisin Riadi, *Layanan Konseling Kelompok*. <https://www.kajianpustaka.com/2013/01/layanan-konseling-kelompok.html>. (16 Januari 2013)
- Nasrina Nur Fahmi, Slamet, *Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman*. Jurnal Hisbah, 2016.
- Ni Md Ayu, Gd Sedanayasa, dkk. *Penerapan Konseling Behavioral dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VII B SMP N 3 singoraja*” Jurnal Bimbingan dan Konseling
- Nurul Rahmi “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training untuk menurunkan kompetensi interpersonal siswa kelas x sma negeri 2 kandangan” *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6, 2016.
- Nuryati Atamimi., *Anomie dan Kecenderungan Perilaku Agresif di Kalangan Remaja*. Jurnal Psikologi, 1998.

Ondawati “Upaya Menurunkan Perilaku Agresif melalui Pemberian Layanan Konseling Kelompok pada Siswa” *Jurnal Penelitian Pendidikan*”, 2019.

Prayitno, *Dasar Teori dan Praktis Pendidikan*. Grasindo: Jakarta, 2009.

Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok* Padang: Ghalia Indonesia, 1995.

Referensi: <http://etheses.uin-malang.ac.id/798/7/10410016%20Bab%203.pdf>

Rischa Hudzaimi Zulfah, “Assertive Training Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa Tunagrahita” (Surabaya: Universitas Negeri Surabaya)

Rizki Mutia dkk “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Asertif Training Terhadap Kemampuan Asertivitas siswa kelas VIII SMP Negeri 18 Bengkulu” *Jurnal Consila* Vol.1 No.2 2018, h.61

Said Alhadi, dkk “Agresivitas Siswa SMP di Yogyakarta” *Jurnal Fokus Konseling* Vol. 4 No.1, 2018

Salmati, *Perilaku Agresif dan Penanganannya*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 2015.

Shelley E. Taylor, Letitia Anne, dkk, *Psikologi Sosial*. Depok: Prenada Media Group, 2009.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta, 2018.

Syarifuddin, *dasar-dasar bimbingan dan konseling* Medan: Kelompok Penerbit Perdana Mulya Sarana, 2019.

Tika Meilena dan Suryanto “Self Disclosure, Perilaku Asertif dan Kecendrungan Terhindar dari Tindakan Bullying” *Jurnal Psikologi Indonesia* Vol.4 No.2 (Mei 2015)

Unknow, *Pengertian dan Tujuan Konseling Kelompok*. <http://warnawarnii.blogspot.com/2013/01/pengertian-dan-tujuan-bimbingan.html>. (07 Januari 2013)

Wahyu Nanda, Irvan Budhi, “Analisis Validitas dan Reabilitas Skala Perilaku Agresif” Universitas Ahmad Dahlan.

Yoshi Restu, *Studi Tentang Perilaku Agresif Siswa Disekolah*. Jurnal Ilmiah  
Konseling, 2013

Zainal Abidin, *Pengaruh Latihan Relisiensi terhadap Perilaku Asertif pada Remaja*.  
*Jurnal Pamator*, 2011.

