

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK REALITAS
DALAM MENGURANGI PRILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK
KELAS X DI SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2017/2018.**



Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

**ANGGA ZAKARIA
NPM. 1311080162**

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1439/2017 M**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK REALITAS
DALAM MENGURANGI PRILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK
KELAS X DI SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2017/2018.**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

**ANGGA ZAKARIA
NPM. 1311080162**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Busmayaril, S.Ag, M.Ed

Pembimbing II : Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1439/2017 M**

ABSTRAK

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK REALITAS DALAM MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK KELAS X DI SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2017/2018.

OLEH

ANGGA ZAKARIA

Perilaku agresif adalah bentuk perilaku yang dapat menyakiti orang lain dengan tujuan untuk pemeliharaan hidup perilaku agresif itu sendiri berasal dari proses kognitif yang terganggu .dalam kehidupannya peserta didik yang mengalami berbagai permasalahan dalam hidup salah satunya adalah perilaku agresif, sehingga diharapkan permasalahan peserta didik tersebut bisa di bantu penyelesaiannya oleh guru agar dapat mengatasi masalah dengan lebih mudah dengan bimbingan seorang guru yang akhirnya masalah perilaku agresif ini tidak mengganggu perkembangan dan pertumbuhannya. Masalah pada penelitian ini adalah terdapat peserta didik yang memiliki perilaku agresif . Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui menurunnya perilaku agresif peserta didik dengan konseling kelompok dengan teknik realitas.

Jenis peneltian adalah penelitian kuantitatif dengan metode menggunakan design one group pretes-postes. Sampel yang digunakan penelitian ini adalah sebanyak 10 peserta didik dari kelas X SMA Budaya Bandar Lampung hasil dari skor tertinggi penyebaran angket perilaku agresif sebanyak 25 item. Angket yang digunakan sebagai prets dan psotes.

Hasil rata-rata skor perilaku agresif sebelum mengikuti konseling kelompok dengan teknik realitas adalah 94.4 dan setelah mengikuti konseling kelompok dengan teknik realitas menurun menjadi 55.2. Dari hasil uji t dengan (df)=9 taraf signifikan 0.05 sebesar 2.262. Karena nilai $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ ($60.64 \geq 2.262$) , maka H_0 di tolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa efektivitas konseling kelompok dengan teknik realitas dapat mengurangi perilaku agresif pada peserta didik SMA Budaya Bandar Lampung. Saran yang di ajukan peneliti yaitu kepada guru bimbingan dan konseling agar dapat melaksanakan pelyanan bimbingan dan konseling dengan menyertakan layannan konseling kelompok dengn teknik realitas dalam mengurangi perilaku agresif peserta didik.

Kata kunci: konseling kelompok dengan teknik realitas



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

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame I Bandar Lampung ☎ (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul : **EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK REALITAS DALAM MENGURANGI PERILAKU
AGRESIF PESERTA DIDIK SMA BUDAYA BANDAR
LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

Nama : **ANGGA ZAKARIA**

NPM : **1311080162**

Jurusan : **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

Fakultas : **Tarbiyah dan Keguruan**

MENYETUJUI

Untuk di Munaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Busmayaril, S.Ag., M.Ed

NIP. 19750810 200901 1 013

Pembimbing II

Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd

NIP. 1972081820006041004

Mengetahui
Ketua Jurusan BKPI

Andi Thahir, M.A., Ed.D

NIP. 197604272007011015



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

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame I Bandar Lampung ☎ (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: "**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK REALITAS DALAM MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018**". Disusun Oleh: **ANGGA ZAKARIA, NPM: 1311080162**, Jurusan: **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)**, telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal: Selasa/ 26 Juni 2018.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Dr. Nanang Supriyadi, M.Sc (.....)
Sekretaris : Iip Sugiharta, M.Si (.....)
Penguji Utama : Dr. Rifda El Fiah, M.Pd (.....)
Penguji Pendamping I : Busmayaril, S.Ag., M.Ed (.....)
Penguji Pendamping II : Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd (.....)

Mengetahui
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd
NIP. 19560810 198703 1 001

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا
بِالْعَدْلِ ۚ إِنَّ اللَّهَ نِعِمَّا يَعِظُكُمْ بِهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ سَمِيعًا بَصِيرًا

Artinya:

Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan amanat kepada yang berhak menerimanya, dan (menyuruh kamu) apabila menetapkan hukum di antara manusia supaya kamu menetapkan dengan adil. Sesungguhnya Allah memberi pengajaran yang sebaik-baiknya kepadamu. Sesungguhnya Allah adalah Maha Mendengar lagi Maha Melihat. (Q.S Annisa : 58)¹

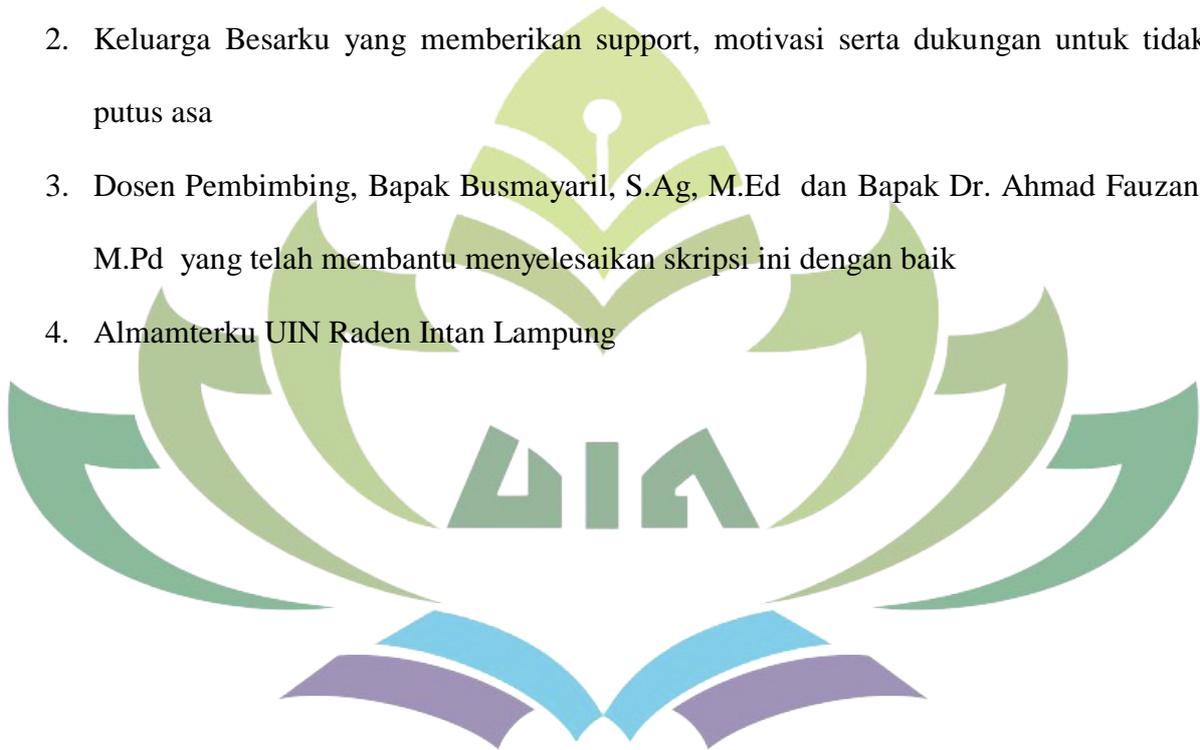


¹ Al-Qur'an Terjemahan CV Penerbit Diponegoro

PERSEMBAHAN

Skripsiku ini kupersembahkan untuk:

1. Ayahanda dan Ibunda tercinta, atas segala hal yang telah kalian berikan, atas doa yang senantiasa tercurahkan tiada henti, terimakasih atas kasih sayang, terimakasih atas jerih payah, kerja keras selama tanpa lelah demi untuk aku mendapatkan pendidikan. serta adiku arif saputra dan joy ardiansyah yang selalu memberikan semangat.
2. Keluarga Besarku yang memberikan support, motivasi serta dukungan untuk tidak putus asa
3. Dosen Pembimbing, Bapak Busmayaril, S.Ag, M.Ed dan Bapak Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini dengan baik
4. Almamterku UIN Raden Intan Lampung



RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan pada tanggal 09 Mei 1995 di Restu Buana Kecamatan Rumbia kab.Lampung Tengah, Peneliti adalah anak dari pasangan Bapak Rubianto dan Ibu Rasmi,

Peneliti menempuh pendidikan formal di SD Negeri 1 Restu Buana tahun 2001 sampai dengan 2007, kemudian melanjutkan kembali di SMP PGRI 1 Rumbia,kab.Lampung Tengah tahun 2007 sampai dengan 2010 dan Melanjutkan ke SMA Negeri 1 Rumbia Kab.Lampung Tengah dan lulus tahun 2013

Pada tahun 2013, Peneliti diterima di Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung yang sekarang UIN Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Bimbingan dan Konseling.



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul: “Implementasi Kebijakan Kepala Sekolah Terhadap Pelayanan Bimbingan Konseling di SMP Negeri 19 Bandar Lampung”. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan nabiullah Muhammad SAW, serta keluarga dan sahabat dan para pengikutnya.

Dalam Proses penulisan skripsi ini peneliti banyak menemui hambatan dan kesulitan namun berkat bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak maka skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh sebab itu peneliti ingin menyampaikan terimakasih kepada:

1. Prof.Dr. H.Moh Mukri, M.Ag, selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung memberikan kesempatan kepada peneliti menimba ilmu di UIN Raden Intan Lampung Khususnya Fakultas Tarbiyah dan Keguruan.
2. Prof.Dr.H.Chairul Anwar, M.Pd, Selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Andi Thahir, MA.,Ed.D, Selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Busmayaril, S.Ag, M.Ed, selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan bantuannya untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingannya guna menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Koseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung
7. Kepala Sekolah SMA Budaya Bandar Lampung yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.

8. Bapak Afrizal,S.Ag, S.pd, Guru BK SMA Budaya Bandar Lampung yang telah membantu peneliti mendapatkan data penelitian.
9. Kedua orang tuaku dan pakde bude ku yang telah memberikan dukungan moril maupun materil dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat-sahabatku BK B angkatan 13 terimakasih atas support dan dukungannya.
11. Sahabat-sahabat seperjuangan Arif visodik, Azizah Chai Carrina, Eka Rasmayani, Ega Novia Amanda yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Sahabat-sahabat Anggi Rhomadoni, Joko pramono, Edo, Ahmad fadila, Syamsul, Arif hanafi , Dewi erna saputri, dan Seluruh Aremania lampung yang telah memberi suport.

Bandar Lampung, Juli 2018

Peneliti

Angga ZAKaria



DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| ABSTRAK | ii |
| PERSETUJUAN | iii |
| PENGESAHAN | iv |
| MOTTO | v |
| PERSEMBAHAN | vi |
| RIWAYAT HIDUP | vii |
| KATA PENGANTAR | vii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 13 |
| C. Batasan Masalah | 13 |
| D. Rumusan masalah | 13 |
| E. Tujuan Penelitian | 14 |
| F. Manfaat Penelitian..... | 14 |
| G. Ruang Lingkup Penelitian | 14 |
| BAB II LANDASAN TEORI | |
| A. Konseling Kelompok | 16 |
| 1. Pengertian Konseling Kelompok | 16 |

| | |
|--|----|
| 2. Tujuan Konseling Kelompok | 17 |
| 3. Asa-asas Konseling Kelompok | 19 |
| 4. Tahapan dalam Konseling Kelompok..... | 19 |
| B. Teknik Konseling Realitas | 20 |
| 1. Konseling Realitas Tentang Manusia | 20 |
| 2. Konsep Dasar Konseing Realitas..... | 22 |
| 3. Proses Konseling Realitas..... | 24 |
| 4. Tahap-tahap Konseling Realitas | 26 |
| 5. Kelebihan dan Kelemahan Teknik Realitas | 30 |
| C. Perilaku Agresif | 31 |
| 1. Pengertian Agresif | 31 |
| 2. Teori-teori Agresifitas..... | 33 |
| 3. Faktor Yang Mempengaruhi Prilaku Agresif | 34 |
| 4. Macam-macam Agresif..... | 38 |
| 5. Ciri-ciri Agresif..... | 40 |
| 6. Dampak Perilaku Agresif..... | 41 |
| 7. Upaya Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik | 42 |
| D. Penelitian Relevan | 45 |
| E. Kerangka Berfikir..... | 47 |
| F. Hiotesis..... | 49 |

BAB III METODELOGI PENELITIAN

| | |
|--|----|
| A. Jenis Penelitian | 50 |
| B. Desain Penelitian | 51 |
| C. Variabel Penelitian..... | 52 |
| D. Definisi Operasionl..... | 53 |
| E. Populasi, Sampel dan Tekink Sampling..... | 55 |
| 1. Populasi Penelitian | 55 |

| | |
|---|----|
| 2. Sampel..... | 56 |
| 3. Teknik Sampling | 57 |
| F. Teknik Pengumpulan Data | 57 |
| 1. Wawancara (Interview)..... | 57 |
| 2. Metode Observasi | 58 |
| 3. Kuesioner (Angket)..... | 58 |
| G. Pengembangan Instrumen Penelitian..... | 62 |
| H. Pengujian Instrumen Penelitian | 65 |
| 1. Uji Validitas | 66 |
| 2. Uji Reliabilitas..... | 66 |
| I. Analisis Data | 67 |

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

| | |
|--|----|
| A. Hasil Penelitian..... | 68 |
| 1. Gambaran Umum Perilaku Agresif Peserta Didik | 69 |
| 2. Deskripsi Data | 72 |
| 3. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Realitas Dalam Mengurangi Perilaku Agresif | 74 |
| 4. Hasil Uji Statistik Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Realitas Dalam Mengurangi Perilaku Agresif..... | 80 |
| 5. Perbandingan Nilai <i>Prettest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>Gain Score</i> | |
| B. Pembahasan | 87 |
| 1. Pembahasan Gambaran Umum Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas X Di SMA Budaya Bandar Lampung | 87 |
| 2. Keterbatasan Penelitian | 91 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|--------------------|----|
| A. Kesimpulan..... | 92 |
| B. Saran..... | 93 |

DAFTAR PUSTAKA

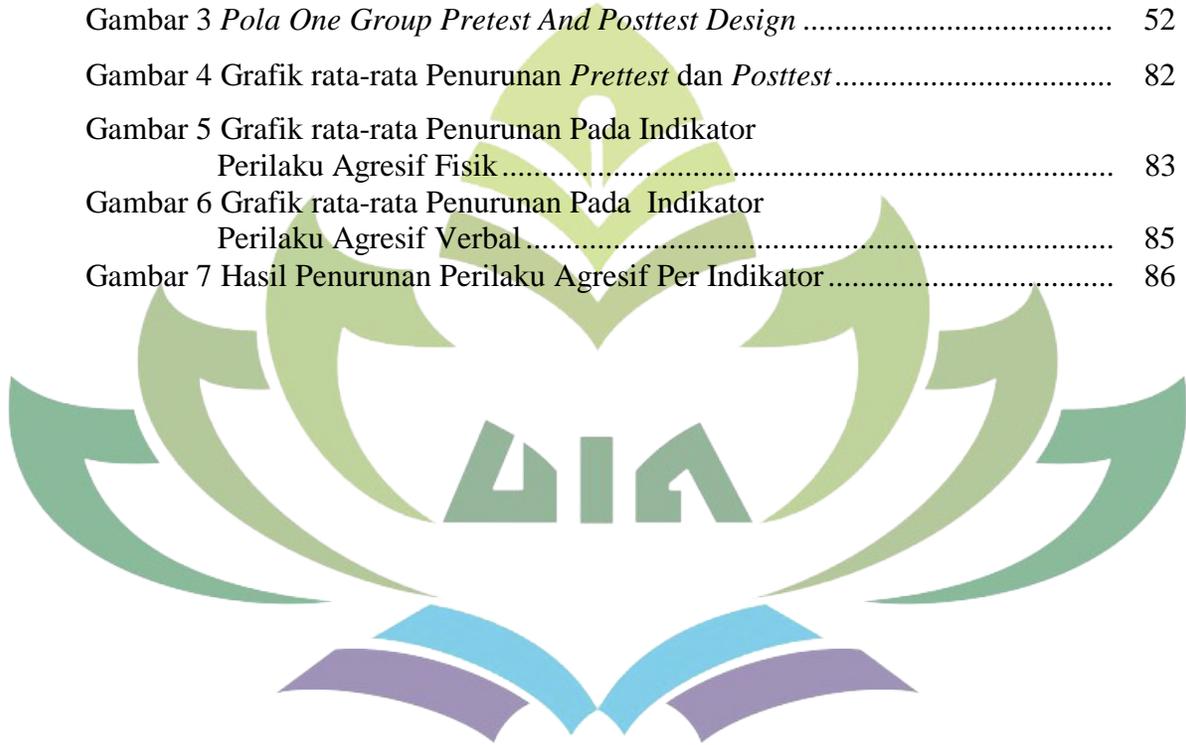
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|--|----------------|
| Tabel 1 Peserta Didik yang Berperilaku Agresif Kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung | 9 |
| Tabel 2 Definisi Operasional | 53 |
| Tabel 3 Jumlah Populasi Penelitian | 55 |
| Tabel 4 Penskoran Item..... | 58 |
| Tabel 5 Kriteria Perilaku Agresif..... | 60 |
| Tabel 6 Kisi-kisi Instrumen..... | 62 |
| Tabel 7 Gambaran Umum Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas X SMA Budaya Bandar Lampung..... | 69 |
| Tabel 8 Gambaran Indikator Perilaku Agresif Fisik | 70 |
| Tabel 9 Gambaran Indikator Perilaku Agresif Verbal | 71 |
| Tabel 10 Hasil Pretest | 72 |
| Tabel 11 Hasil Posttest..... | 73 |
| Tabel 12 Hasil Uji T Paired Perilaku Agresif Peserta Didik <i>Prettest</i> dan <i>Posttest</i> | 81 |
| Tabel 13 Hasil Uji Paired Perilaku Agresif Peserta Didik Pada Indikator Perilaku Agresif Fisik | 82 |
| Tabel 14 Hasil Uji Paired Perilaku Agresif Peserta Didik Pada Indikator Perilaku Agresif Verbal | 84 |
| Tabel 15 Deskripsi Data <i>Prettest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>Gain Score</i> | 85 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|--|----------------|
| Gambar 1 Kerangka Berfikir Konseling Kelompok dengan Teknik Realitas | 47 |
| Gambar 2 Variabel Penelitian | 51 |
| Gambar 3 <i>Pola One Group Pretest And Posttest Design</i> | 52 |
| Gambar 4 Grafik rata-rata Penurunan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> | 82 |
| Gambar 5 Grafik rata-rata Penurunan Pada Indikator Perilaku Agresif Fisik | 83 |
| Gambar 6 Grafik rata-rata Penurunan Pada Indikator Perilaku Agresif Verbal | 85 |
| Gambar 7 Hasil Penurunan Perilaku Agresif Per Indikator | 86 |



DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|-------------|--|
| Lampiran 1 | Surat Keterangan Penelitian |
| Lampiran 2 | Surat Balasan Penelitian |
| Lampiran 3 | Daftar Hadir Peserta Didik |
| Lampiran 4 | Surat Validasi Angket |
| Lampiran 5 | Angket Peserta Didik |
| Lampiran 6 | Hasil Uji T SPSS 16 |
| Lampiran 7 | Tabel Distribusi t |
| Lampiran 8 | Tabel F |
| Lampiran 9 | Tabel L |
| Lampiran 10 | Hasil <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen Peserta Didik |
| Lampiran 12 | Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen Peserta Didik |
| Lampiran 14 | Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) |
| Lampiran 16 | Dokumentasi Kegiatan |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah bukan hanya lapangan tempat orang memper tajam intelektualnya saja, melainkan peranan sekolah itu jauh lebih luas karena di dalamnya berlangsung beberapa bentuk-bentuk dasar dari kelangsungan pendidikan. Sekolah bagi remaja merupakan lembaga sosial, dimana mereka hidup, berkembang dan menjadi matang. Sekolah merupakan lembaga peralihan yang mempersiapkan remaja dengan berbagai sosial dan nilai moral. Sekolah juga merupakan wahana pendidikan bagi peserta didik untuk menuntut ilmu. Di samping itu, sekolah dapat memberikan bimbingan yang baik dalam bidang pendidikan dan bidang pekerjaan bagi remaja. Sehingga mereka dapat menerima diri mereka dan sanggup menyesuaikan diri di masa sekarang dan di masa datang.

Remaja adalah suatu tingkat umur, di mana anak-anak tidak lagi anak, akan tetapi belum dapat dipandang dewasa. Jadi, remaja adalah umur yang menjembatani antara umur anak-anak dan umur dewasa. Pada umur ini terjadi perubahan, yang tidak mudah bagi seorang anak untuk menghadapinya tanpa

bantuan dan pengertian dari pihak orang tua dan orang dewasa pada umumnya.¹

Remaja juga diartikan sebagai masa transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional.² Masa remaja ini secara psikologi seharusnya usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat³. Dalam kehidupan sosial dikenal bentuk tata aturan yang disebut norma. Jika tingkah laku yang diperlihatkan sesuai dengan norma yang berlaku, maka tingkah laku tersebut dinilai baik dan diterima. Sebaliknya, jika tingkah laku tersebut tidak sesuai atau bertentangan dengan norma yang berlaku, maka tingkah laku dimaksud dinilai buruk dan ditolak.

Pada masa pubertas atau masa menjelang dewasa, remaja mengalami banyak pengaruh dari luar yang menyebabkan remaja terpengaruh 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.

Perilaku agresif jika dikaitkan dengan tinjauan perspektif Islam, maka sudah sangatlah jelas bahwa agama Islam sangat melarang hal-hal yang dapat

¹ Zakiah Darajat, *Pembinaan Remaja*, (Jakarta : Bulan Bintang,1976), h. 28.

² John W. Santrock, *Perkembangan Remaja*, penerjemah : Shinto B. Adelar, edisi keenam, (Jakarta : Erlangga, 2003), h.26.

³ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, penerjemah : Istiwidayanti, edisi kelima, (Jakarta:Erlangga,1980), h.206.

membahayakan orang lain, dan dapat membahayakan diri sendiri, firman Allah surah an-Nisa : 111:

وَمَنْ يَكْسِبْ إِثْمًا فَإِنَّمَا يَكْسِبُهُ عَلَىٰ نَفْسِهِ ۚ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴿١١١﴾

Artinya: “Barang siapa yang mengerjakan dosa, maka sesungguhnya ia mengerjakannya untuk (kemudharatan) dirinya sendiri. dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.” (QS.An-Nisa:111)⁴

Gambaran seperti yang telah dikemukakan diatas jelas menunjukkan bahwa hukumnya melibatkan diri dengan hal-hal yang berkaitan dengan perilaku agresif adalah hal yang dilarang, terlebih bila dikaitkan dengan akibat-akibatnya. Dalam surat Al-Baqarah juga menegaskan tentang perilaku agresif yang dimiliki setiap individu.

وَقَاتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ الَّذِينَ يُقْتَلُونَكُمۡ وَلَا تَعْتَدُوا ۚ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ

الْمُعْتَدِينَ ﴿١٩٠﴾

Artinya: “Dan perangilah di jalan Allah orang-orang yang memerangi kamu, tetapi jangan melampaui batas sungguh Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas”. (QS. Al - Baqarah [2]:190)⁵

⁴ Al-Qur'an dan Terjemah, *Al-Hikmah*, (Jawa Barat: CV. Diponegoro, 2013), h.96

⁵ *Ibid*, h.29

Dari ayat tersebut, yang berkaitan dengan perilaku Agresif yaitu menyakini bahwa manusia lahir dengan dua sifat dasar, yaitu *eros (dorongan hidup)* dan *thanatos (dorongan mati)*. Agresi dan kekerasan adalah salah satu wujud kehendak untuk mati. Dapat diketahui bahwa sifat bawaan manusia adalah suci begitupun dengan peserta didik. Peserta didik yang pada dasarnya memiliki sifat dasar baik dan apabila menjadi jelek/kotor, maka lingkungannya yang mengotorinya. Manusia adalah pemangsa bagi manusia lain. Karena sifat dasarnya itu, dalam situasi sulit manusia akan memunculkan kekerasan dan agresif.⁶

Menurut Segall pemicu umum dari agresif adalah ketika seseorang mengalami satu kondisi emosi tertentu, yang sering terlihat adalah emosi, marah. Perasaan marah berlanjut pada keinginan untuk melampiaskannya dalam satu bentuk tertentu pada objek tertentu. Marah adalah sebuah pertanyaan yang disimpulkan dari perasaan yang ditunjukkan yang sering disertai dengan konflik atau frustrasi.⁷ Pengaruh kelompok atau geng sebaya sangat kuat karena pada masa remaja lebih banyak di luar rumah bersama dengan teman-teman sebaya sebagian kelompok, sehingga pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, minat, penampilan, dan perilaku lebih besar dari pada pengaruh keluarga. Geng merupakan sebuah kelompok sebaya dengan umur yang rata-rata sama, yang

⁶ Fuad Nashori, *Psikologi Sosial Islami*, (Bandung : PT Refika aditama, 2008), h. 91

⁷ Sarlito W.Sarwono, *Psikologi Sosial*, (Jakarta : Salemba Humanika, 2009),h.220

memamerkan permanensi tertentu, terlibat dalam kegiatan kriminal, dan memiliki representasi keanggotaan simbolis tertentu.

Menurut Decker & Van Winkle, bahwa geng sering kali lahir untuk merespons ancaman (menurut persepsi yang bersangkutan atau ancaman yang sungguh-sungguh ada) yang berasal dari individu-individu atau kelompok-kelompok lain di lingkungan masyarakat. Ancaman bisa diarahkan pada fisik, wilayah kekuasaan, atau identitas psikologis para anggotanya. Sehingga hal ini menyebabkan kekerasan, perkelahian antar geng.⁸

Perilaku agresif adalah salah satu bentuk tindakan-tindakan diskriminatif, yang bertentangan dengan norma-norma yang berlaku pada masyarakat bisa disebut sebagai perilaku negatif atau antisosial, yang perlu penanganan khusus agar perilaku negatif atau anti sosial tersebut menjadi perilaku yang positif atau yang bersosial. Perilaku agresif peserta didik misalnya marah-marah, menghina, mengkritik, bertengkar, menyindir, menyalahkan dan menertawakan.

Maka dari itu, peserta didik yang berperilaku agresif ini perlu dilakukan proses konseling agar dalam berperilaku sesuai dengan norma-norma dan selaras dengan nilai-nilai yang berlaku, sehingga dalam kehidupan berperilaku selanjutnya menjadi lebih terarah, dan menjadi manusia yang mampu mengarahkan dan mampu beradaptasi diri dengan lingkungan yang heterogen.

⁸ *Ibid.*, h.224.

Konseling dalam makna hubungan tolong menolong (*Relationship*) adalah suatu relasi yang terjadi diantara dua pihak, di mana terjadi proses memberi bantuan kepada seseorang dan juga pada dasarnya merupakan suatu proses untuk memungkinkan orang itu tumbuh kearah yang dipilihnya, memahami diri sendiri sehingga mampu memecahkan masalahnya dan menghadapi krisis tertentu secara tabah, dan menyadarkan akan adanya alternatif-alternatif pilihan yang dipilih untuk melakukan tindakan penyelesaian dalam masalahnya.

Adapun alasan peneliti menggunakan konseling kelompok sebagai teknik yang digunakan dalam mengurangi perilaku agresif verbal peserta didik adalah, karena dipandang bahwa konseling kelompok memiliki keunggulan tersendiri dibandingkan layanan yang lain. Hal tersebut juga karena kegiatan kelompok dapat merangsang seseorang untuk mengungkapkan perasaan yang tidak dapat dilakukan pada waktu bertemu dengan konselor dalam suasana tatap muka secara individual.

Melalui dinamika kelompok yang muncul di dalamnya, memungkinkan setiap anggota kelompok untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagai pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah-masalah dalam upaya pengembangan pribadi. Konseling kelompok sangat tepat bagi remaja karena memberikan kesempatan untuk menyampaikan gagasan, perasaan, permasalahan, melepas keragu-raguan diri, dan pada kenyataanya mereka akan senang berbagi pengalaman dan keluhan-keluhan pada teman sebayanya. Dalam kegiatan

kelompok, konseli dapat menyadari bahwa dia bukan satu-satunya orang yang memiliki masalah atau kesulitan. Konseli dapat menyadari pula bahwa kesulitan orang lain bahkan lebih berat dari pada kesulitan sendiri.

Seperti halnya fenomena yang terjadi di sekolah menengah kejuruan banyak permasalahan yang dihadapi oleh para peserta didik, yang perlu segera mendapatkan penanganan dari pelayanan konseling di sekolah 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 kusus nya dalam permasalahan agresif. Sebagaimana menurut Menurut W.S. Winkel konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok.

Fenomena perilaku agresif juga terjadi di SMA Budaya Bandar Lampung, ketika peneliti mengamati langsung selama melaksanakan Pra penelitian di SMA Budaya Bandar Lampung di sekolah tersebut. Peneliti melakukan pengamatan tentang peserta didik yang melakukan perilaku agresif. Kelas X2 merupakan kelas yang di sekolah ini yang dikenal dengan anak-anaknya yang memiliki perilaku agresif paling banyak, kelas ini terdiri dari 14 peserta didik laki-laki dan 20 peserta didik perempuan.⁹

⁹ Sumber : *Dokumentasi* Guru BK di SMA Budaya Bandar Lampung

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti terhadap kelas X2, terdapat peserta didik khususnya anak-anak kelas X2 yang berjenis kelamin laki-laki yang memiliki sikap agresif. Dengan melakukan agresif fisik yaitu, berkelahi memukul, merampas barang milik orang lain, dan menyerang orang lain. Sedangkan secara verbal seperti berteriak-teriak dan ribut di kelas. memaki, mengejek dan melawan terhadap guru. Pada saat itu peneliti melihat perilaku agresif tersebut bahwa setiap hari anak laki-laki bermain di sekolah, kecenderungan permainan berakhir dengan adanya perkelahian, akibat kejadian ini orang tua dari masing-masing peserta didik berseteru di ruang BK. Selain itu saat pelajaran pun sebagian besar anak laki-laki memilih ribut sendiri di kelas dan menjahili teman, merampas hak milik orang lain tanpa izin, mengganggu teman yang sedang fokus belajar, merusak perlengkapan sekolah dan sulit diatur sehingga melawan terhadap guru pada saat jam pelajaran. menurut peneliti kelas X2 hampir semuanya menunjukkan perilaku agresif baik itu agresif fisik dan agresif verbal.

Berdasarkan peneliti dari informasi dari Guru Bimbingan konseling di SMA Budaya Bandar Lampung menunjukkan gejala adanya perilaku agresif dengan berkelahi serta sikap melawan terhadap guru. Indikasi perilaku agresif terdapat pada peserta didik kelas X. Sehingga untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik tersebut dapat diupayakan dengan melaksanakan kegiatan yang mengarah pada perilaku yang positif.

Tabel 1
Berperilaku Agresif Peserta Didik Kelas X
di SMA Budaya Bandar Lampung

| No | Inisial | Perilaku Agresif Fisik | Perilaku Agresif Verbal |
|----|---------|------------------------|-------------------------|
| 1 | SA | Berkelahi | - |
| 2 | D | Berkelahi | - |
| 3 | RS | - | Mengejek Orang Lain |
| 4 | AN | - | Melawan Terhadap Guru |
| 5 | ANP | Berkelahi | - |
| 6 | TA | Memukul | - |
| 7 | KH | Memukul | - |
| 8 | DNS | - | Melawan terhadap Guru |
| 9 | TRS | - | Mengejek Orang Lain |
| 10 | DP | Berkelahi | - |

Sumber : Dokumentasi Guru BK di SMA Budaya Bandar Lampung

Berdasarkan tabel 1, terdapat 10 peserta didik yang melakukan perilaku agresif. Dengan demikian bahwa perilaku agresif terbagi menjadi secara fisik dan verbal. Agresif fisik meliputi, berkelahi dan memukul Sedangkan agresif secara verbal meliputi, melawan terhadap guru dan menimbulkan kegaduhan dikelas atau ribut dikelas.

Maka perilaku agresif adalah kecenderungan sifat seseorang yang ingin menyerang meyakiti orang lain baik secara fisik maupun secara verbal yang mengandung indikator seperti berikut: (1) cenderung ingin menyerang; (2) Situasi yang mengecewakan; (3) Menghalangi atau menghambat; dan (4) Melukai pesan orang lain.

Masalah perilaku agresif merupakan masalah yang masih serius di SMA Budaya Bandar Lampung. Apabila masalah ini tidak mendapatkan perhatian secara khusus dan mendapatkan penanganan segera dari guru, terutama guru bimbingan

dan konseling, maka akan menghambat perkembangan peserta didik dan dikhawatirkan akan mengganggu peserta didik dalam meraih prestasi yang optimal. Untuk mengatasi permasalahan ini, perlu diupayakan kegiatan yang mengarah untuk mengatasi perilaku agresif peserta didik.

Informasi lain yang diperoleh, bahwa peran guru bimbingan dan konseling belum ada upaya untuk mengatasi masalah perilaku agresif tersebut, hanya saja adanya guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut untuk peserta didik yang melakukan masalah-masalah tertentu saja. Belum melaksanakan adanya konseling kelompok secara spesifik. Hal ini merupakan kendala bagi guru bimbingan dan konseling untuk memberikan layanan secara optimal.

Guru bimbingan dan konseling merupakan orang dewasa yang bertanggung jawab untuk memberikan pertolongan pada peserta didiknya dalam mengatasi masalah yang dihadapi para peserta didik dan senantiasa memberikan petunjuk-petunjuk yang bijak untuk menjadikan peserta didik yang lebih baik dari hari sebelumnya, selain itu mampu melaksanakan tugasnya sebagai makhluk sosial dan sebagai makhluk individual dan mandiri. Seperti firman Allah dalam surat AL-Maidah ayat 2 yang berbunyi:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ إِنَّ اللَّهَ

شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

Artinya: “Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya.” (QS.An-Nisa:111)¹⁰

Berdasarkan penjelasan ayat tersebut bahwa sebagai makhluk hidup kita harus saling tolong menolong, apalagi sebagai guru BK di sekolah menolong peserta didik yang memiliki permasalahan adalah hal yang diharuskan karena bimbingan dari guru BK sangat dibutuhkan untuk membantu peserta didik dalam penyelesaian permasalahan peserta didik. Selain peran guru bimbingan dan konseling di sekolah, orang tua pun haruslah turut andil dalam hal pembentukan kepribadian peserta didik karena di lingkungan keluargalah peserta didik pertama kali mengenal dan memulai sosialisasinya dengan lingkungannya. Hal ini jelas bahwa untuk membentuk pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab serta mengoptimalkan potensi yang ada pada diri peserta didik.

Kegiatan konseling kelompok cukup efektif untuk membantu peserta didik untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi, terutama dalam meningkatkan dan mengembangkan motivasi belajar peserta didik. Di mana dalam kegiatan konseling kelompok, aktifitas dan dinamika peserta didik harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah peserta didik yang menjadi peserta layanan. Manfaat yang bisa diperoleh peserta didik dalam melakukan kegiatan konseling kelompok antara lain: meningkatkan

¹⁰ Al-Qur'an dan Terjemah, *Op.Cit.*h.106

pemahaman terhadap lingkungan, melatih keberanian peserta didik untuk mengemukakan masalahnya, dan dapat mengembangkan diri secara optimal untuk kesejahteraan diri dan kesejahteraan lingkungannya. Untuk menumbuhkan motivasi belajar peserta didik, konselor diharapkan mampu menumbuhkan ketertarikan dalam belajar.

Dalam konseling kelompok ada beberapa teknik khusus dalam pendekatan behavioral terdapat teknik khusus diantaranya: penguatan positif, kartu berharga, pembentukan, kontrak perilaku, penokohan (*modeling*), pengelolaan diri (*self Management*), realitas, penghapusan, pembanjiran, penjenjuran, hukuman, dan *disensitisasi sistematis*. Dari beberapa teknik pendekatan *behavioral* di atas, salah satu teknik yang dipilih oleh peneliti yaitu teknik realitas. Teknik realitas merupakan pendekatan yang lebih menekankan pada perubahan tingkahlaku yang lebih bertanggungjawab dengan merencanakan dan melakukan tindakan-tindakan tersebut. Oleh karena itu, pendekatan realitas dipilih sebagai salah satu pendekatan pemecahan masalah kekerasan dengan tujuan menghantarkan konseli untuk bertanggung jawab terhadap apa yang terjadi dan apa yang ingin dilakukan pada masa sekarang dengan tidak berfokus pada masa lalu.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kiranya sangat diperlukan untuk mengefektifkan layanan konseling kelompok sebagai salah satu alternatif untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa SMA Budaya Bandar Lampung. Atas dasar pemikiran di atas, maka dalam penelitian ini ditetapkan sebuah judul:

“Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Realitas Dalam Mengurangi Prilaku Agresif Peserta Didik SMA Budaya Bandar Lampung Tahun ajaran 2017/2018.

B. Identifikasi Masalah

Mengingat keterbatasan waktu, kemampuan maupun biaya dan agar peneliti lebih terfokus, maka perlu adanya pembatasan masalah. Penelitian yang dilakukan akan dibatasi dan berfokus tentang:

1. Terdapat 10 peserta didik yang memiliki perilaku agresif fisik dan verbal.
2. Belum adanya proses bimbingan dan konseling untuk mengatasi permasalahan tersebut.

C. Batasan Masalah

Batasan masalah bertujuan untuk mengetahui masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini agar tidak terlalu luas cakupannya, maka berdasarkan latar belakang kelompok dengan teknik realitas dalam mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah konseling kelompok dengan teknik relitas efektif dalam mengurangi prilaku agrsif peserta didik SMA Budaya Bandar Lampung?

E. 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 efektifitas konseling kelompok dengan teknik realitas dalam mengurangi perilaku agresif peserta didik SMA Budaya Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan pokok permasalahan yang dikemukakan di atas, Pada dasarnya pengertian dari penelitian itu mengandung dua manfaat penelitian yaitu:

1. Secara Teori

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran tentang wacana keilmuan, terutama pengetahuan tentang penyebab dan bentuk-bentuk perilaku agresif yang terjadi di lingkungan.

2. Secara Praktis

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

G. Ruang Lingkup Penelitian

Peneliti 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

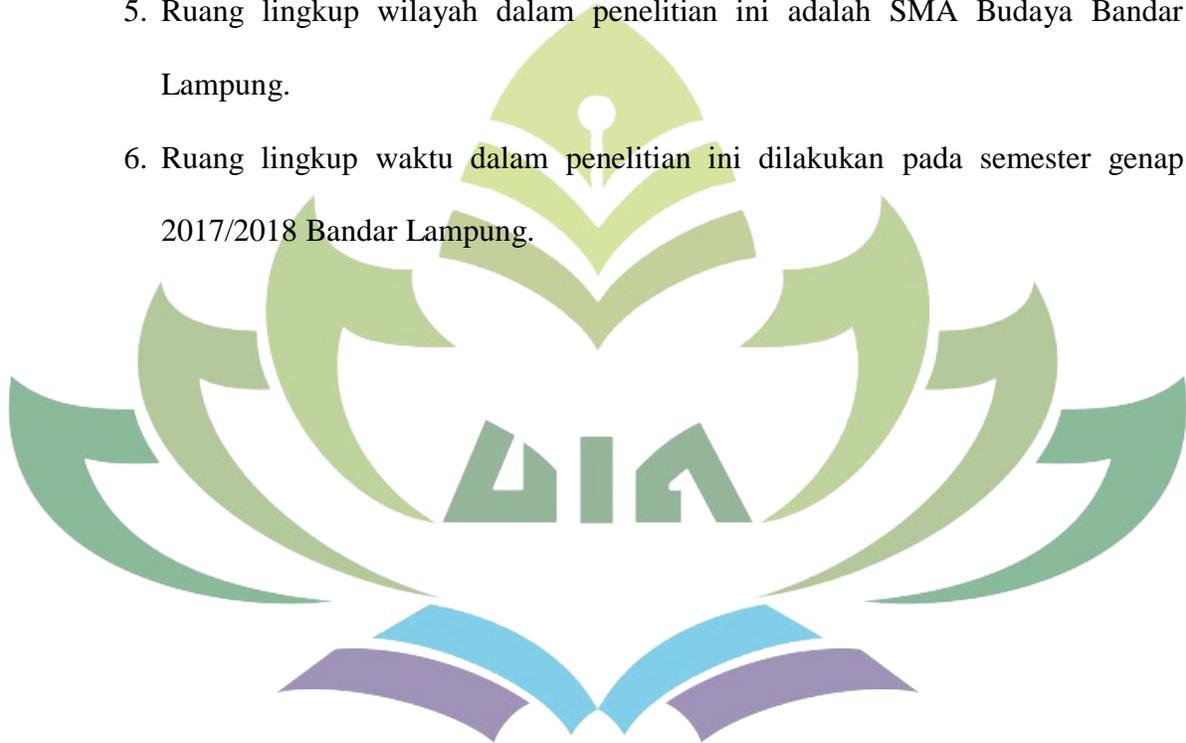
Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah sejauh mana perilaku agresif pada siswa dapat diatasi dengan penggunaan layanan konseling *behavioral*.

3. Ruang Lingkup Subjek

4. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Budaya Bandar Lampung.

5. Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah SMA Budaya Bandar Lampung.

6. Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilakukan pada semester genap 2017/2018 Bandar Lampung.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai-nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif.¹ Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok bersifat memberi kemudahan bagi pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti member kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah sikap dan prilakunya selaras dengan lingkungannya.²

Menurut George M. Gazda dalam buku Winkel mengemukakan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, yang terpusat pada

¹ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar belakang*, Bandung, 2007, h. 10

² *Ibid*, h.24

pemikiran dan perilaku yang disadari.³ Sedangkan menurut Hamdani Bkran Adz-Dzaky konseling kelompok adalah suatu aktifitas memberikan bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri.⁴

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 saling tolong-menolong kepada anggota kelompok lainnya.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan Konseling Kelompok dalam buku Dewa Ketut Sukardi yaitu:

- a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak
- b. Melatih anggota kelompok dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok
- d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.⁵

Sedangkan menurut Prayitno dalam buku Tohirin menjelaskan, secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan soaialisasi siwa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan

³ Winkel dan Sri hastuti, *Bimbingan dan Konseling di institute pendidikan*, Media abadi, Yogyakarta, 2004, h. 590

⁴ Erhamwilda. *Konseling Islami*, Graha Ilmu, Yogyakarta, 2009, h. 99

⁵ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Rineka Cipta, Jakarta 2008,h. 68

komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa berkembang secara optimal. Melalui layanan konseling kelompok juga dapat dientaskan masalah klien(siswa) dengan memanfaatkan dinamika kelompok.⁶

Selanjutnya menurut Prayitno secara khusus yaitu fokus layanan konseling kelompok adalah masalah pribadi individu peserta layanan, maka layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut, para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus, yaitu: Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawancara dan bersosialisasi dan komunikasi, dan terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbahasan pemecahan masalah tersebut bagi individu lain yang menjadi peserta layanan.⁷

Jadi, dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling kelompok adalah untuk pengembangan potensi, melatih sosialisasi, komunikasi dengan orang lain, mengekspresikan diri dan mampu mengelola emosi peserta didik serta bertujuan untuk pengentasan masalah yang dialami anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

⁶ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2007, h.180

⁷ Tohirin, *Ibid*, h. 81

3. Asas-Asas Konseling Kelompok

a. Asas Kerahasiaan

Para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain.

b. Asas Keterbukaan

Para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.

c. Asas Kesukarelaan

Semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.

d. Asas Kenofmatifan

Semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.⁸

4. Tahapan dalam Konseling Kelompok

Tahapan-tahapan dalam pelaksanaan konseling kelompok yaitu:

- a. “Perencanaan, mencakup kegiatan; (1) membentuk kelompok. Ketentuan membentuk kelompok dalam konseling kelompok antara 8-10 orang (tidak boleh melebihi 10 orang), (2) mengidentifikasi dan meyakinkan klien(siswa) tentang perlunya masalah dibawa kedalm layanan konseling kelompok, (3) menempatkan klien dlm kelompok, (4) menyusun jadwal kegiatan, (5) menetapkan prosedur layanan, (6) menetapkan fasilitas layanan, (7) menyiapkan kelengktan adminstrasi”.

⁸ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Rajawali Pers, Jakarta, 2009 h. 87-93

- b. "Pelaksanaan, mencakup kegiatan; (1) mengomunikasikan rencana layanan konseling kelompok, (2) mengomunikasikan kegiatan layanan konseling kelompok, (3) menyelenggarakan layanan konseling kelompok melalui tahap-tahap (a) pembentukan, (b) peralihan, (c) kegiatan dan, (d) pengakhiran".
- c. Evaluasi, mencakup kegiatan; (1) menetapkan materi evaluasi, (2) menetapkan prosedur evaluasi, (3) menyusun instrumen evaluasi, (4) mengoptimalkan instrumen evaluasi, (5) mengolah aplikasi instrumen".
- d. "Analisis hasil evaluasi, mencakup kegiatan; (1) menetapkan standar norma atau analisis, (2) melakukan analisis, (3) menafsirkan analisis".
- e. "Tindak lanjut, mencakup kegiatan; (1) menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, (2) mengomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terikat, (3) melaksanakan rencana tindak lanjut".
- f. "Laporan, mencakup kegiatan; (1) menyusun laporan layanan konseling kelompok, (2) menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan kepada pihak-pihak lain yang terkait, (3) mengomunikasikan laporan layanan".⁹

B. Teknik Konseling Realitas

1. Konseling Realitas Tentang Manusia

Ciri yang sangat khas dari pendekatan konseling ini adalah tidak terpaku pada kejadian-kejadian di masa lalu, tetapi lebih mendorong konseli untuk menghadapi realitas. Pendekatan ini lebih menekankan pada perubahan tingkahlaku yang lebih bertanggungjawab dengan merencanakan dan melakukan tindakan-tindakan tersebut. Oleh karena itu, pendekatan realitas dipilih sebagai salah satu pendekatan pemecahan masalah kekerasan dengan tujuan menghantarkan konseli untuk bertanggung jawab terhadap apa yang terjadi dan apa yang ingin dilakukan pada masa sekarang dengan tidak berfokus pada masa lalu.

⁹ Tohirin. *Op Cit.* hlm. 185-186

Menurut Glasser percaya bahwa setiap manusia memiliki kebutuhan psikologis yang secara konstan (terus-menerus) hadir sepanjang rentangkehidupannya dan harus dipenuhi. Ketika seseorang mengalami, masalah, hal tersebut disebabkan oleh satu faktor, yaitu terhambatnya seseorang dalam memenuhi kebutuhan terhadap realita, yaitu kecenderungan seseorang untuk menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan.¹⁰ Mengacu pada pandangan tentang kebutuhan manusia untuk dicintai dan mencintai, dan kebutuhan untuk merasa berharga bagi orang lain.

Manusia memiliki keunikan tersendiri sehingga sering menjadi objek kajian yang sangat menarik. Karena itu, setiap ahli memandang secara berbeda tentang manusia. Misalnya, Prayitno mencatat beberapa filosof seperti Hsun Tsu memandang manusia pada hakikatnya adalah jahat, oleh karenanya untuk mengembangkannya diperlukan latihan dan disiplin yang keras, terutama disiplin kepada tubuhnya.¹¹ Demikian halnya dengan Glasser dalam pendekatan reality memandang bahwa manusia umumnya memiliki kebutuhan psikologis yang harus dipenuhi, dan kebutuhan itu akan hadir secara terus-menerus sepanjang manusia menjalani masa kehidupannya. Karena itu, ketika manusia mengalami masalah, itu disebabkan kebutuhan psikologisnya terhambat.

¹⁰ Thompson, et. al., *Counseling Children*, Brooks/Cole, The USA, 2004, h. 111, tersedia secara lengkap dalam: www.google.books.com., diakses pada 3 September 2014.

¹¹ Prayitno, *Dasar Teori dan Praktis Pendidikan*, Grasindo, Jakarta, 2009, h. 44.

Berdasarkan pandangan di atas, tidak bisa dipungkiri bahwa jika kebutuhan-kebutuhan psikologis tersebut tidak dapat terpenuhi seringkali kekerasan menjadi salah satu jalan keluar yang dianggap baik sebagai alternatif untuk memenuhi kebutuhan. Pendekatan reality berasumsi bahwa keterhambatan psikologis tersebut disebabkan karena adanya penyakalan terhadap realitas yang dihadapi oleh manusia yang cenderung untuk menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan. Jika merujuk pada teori kebutuhan manusia yang kemukakan oleh Maslow, maka pendekatan ini didasarkan pada kebutuhan manusia untuk dicintai dan mencintai, dan kebutuhan untuk merasa berharga bagi orang lain.

2. Konsep Dasar Konseling Realitas

Pada dasarnya setiap individu terdorong untuk memenuhi kebutuhan dan keinginannya, di mana kebutuhan bersifat universal pada semua individu, sementara keinginan bersifat unik pada masing-masing individu. Ketika seorang dapat memenuhi apa yang diinginkan kebutuhan tersebut terpuaskan. Tetapi, jika pada yang di peroleh tidak sesuai dengan keinginan, maka orang akan frustrasi, dan pada akhirnya, ketika timbul perbedaan antara apa yang diinginkan dengan apa yang di peroleh, membuat individu memunculkan perilaku yang spesifik. Perilaku yang dimunculkan adalah bertujuan yaitu dibentuk untuk mengatasi hambatan antara apa yang diinginkan dengan apa yang di peroleh, atau muncul karena di pilih oleh individu.

Stephen Pamlmer menjelaskan bahwa teori yang mendasari pendekatan reality disebut teori pilihan, merupakan salah satu teori yang menjelaskan tidak hanya bagaimana kita berfungsi sebagai individu, secara psikologis dan fisiologis, tetapi juga bagaimana kita berfungsi sebagai kelompok dan bahkan masyarakat.¹² Berkaitan dengan teori kontrol. Penerimaan terhadap realita, menurut Glasser harus tercermin dalam perilaku total (*total behavior*) yang mengandung empat komponen, yaitu: berbuat (*doing*), berpikir (*thinking*), merasakan (*feeling*), dan menunjukan respon fisiologis (*physiology*).¹³ Konsep perilaku total membandingkan bagai mana mobil membawa arah mobil berjalan, demikian halnya keempat roda mobil membawah mobil berjela keempat komponen dari total behavior tersebut menetapkan arah hidup individu.

Glasser dalam Corey menjelaskan bahwa secara langsung mengubah cara kita merasakan terpisah dari pada apa yang kita lakukan dan pikirkan, merupakan hal yang sulit di lakukan. Miskipun demikian, kita memiliki kemampuan untuk mengubah apayang kita lakukan dan kita pikirkan apapun perilaku total terletak pada pilihan untuk mengubah apa yang kita lakukan dan pikirkan. Sementara itu, reaksi emosi dan respon fisiologis termasuk dalam proses tersebut. Bagaimana individu bertindak dan berpikir dialogikan sebagai fungsi roda depan, sedangkan perasaan fisiologis mewakili roda belakang. Mesin

¹²Palmer, S. at.al, *Konseling dan Psikoterapi*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2011, h. 201.

¹³ Gantina Komalasari, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, PT Indeks, Jakarta 2014, h 91.

kendaraan diibaratkan sebagai kebutuhan-kebutuhan individu, dan setir yang di bedakan merupakan gambaran keinginan untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Sebagaimana kendaraan roda empat, jelas kontrol utama dibagian roda depan, sehingga tindakan dan pikiran yang berperan dalam memenuhi kebutuhan individu.

Ketika seseorang berhasil memenuhi kebutuhannya Glasser orang tersebut mencapai identitas sukses. Pencapaian identitas sukses ini terikat pada konsep 3R, yaitu keadaan dimana individu dapat menerima kondisi yang yakni melakukan sesuatu (*doing*), berpikir (*thinking*), merasakan (*feeling*), (*responsibility*), sesuai realita (*reality*), dan benar (*right*).

3. Proses Konseling Realitas

Pendekatan ini melihat konseling sebagai proses rasional yang mendekati pada perilaku sekarang dan saat ini. Artinya, konseli ditekankan untuk melihat perilakunya yang dapat diamati dari pada motif-motif bawah sadarnya cukup efektif dalam memenuhi kebutuhannya atau tidak. Jika dirasa perilaku yang ditampilkan tidak membuat konseli merasa puas, maka konselor mengarahkan konseli untuk melihat peluang-peluang yang dapat dilakukan dengan merencanakan tindakan yang lebih bertanggung jawab. Perilaku yang di hapapi, oleh Glasser di sebut sebagai penerimaan terhadap realita. Dengan demikian. Dapat membantu konseli mengatasi tekanan dan permasalahan yang

dialami. Menurut Glsser, hal hal yang membawa perubahan sikap dari penolakan ke penerimaan realitas yang terjadi selama pproses konseling adalah:

- a. Konseli dapat mengeksplorasi keinginan, kebutuhan, dan apa yang dipersiapkan tentang kondisi yang di hadapinya. Disini konseli terdorong untuk mengendali dan mendefisikan apa yang mereka inginkan untuk memenuhi kebutuhanya . setelah mengetahui apa yang diinginkan,konseli lalu mengevaluasi apakah yang lakukan selama ini memenuhi kebutuhan kebutuhan tersebut.
- b. Konseli fokus pada perilaku sekarang tanpa terpaku pada permasalahan masa lalu. Tahap ini merupakan kesadaran untuk memahami kondisi yang di alaminya bukanlah bisa di pungkiri.
- c. Konseli mau mengevaluasi perilakunya ialakukan terhadap dirinya berdasarkan sistem nilai yang berlaku di masyarakat.
- d. Konseli mulai menetapkan perubahan yang di kehendaki dan komitmen terhdap apa yang telah di rencanakan. Rencana-rencana yang di tetapkan harus sesuai dengan kemampuan konseli, bersifat konkri atau jelas pada bagian mana dari perilaku yang akan diubah, realistis dan melibatkan perbuatan positif. Rencana itu juga harus di lakukan dengan segera dan berulang ulang.¹⁴

¹⁴ Thompson, et. al., *Counseling Children*, Brooks/Cole, The USA, 2004, h. 533, tersedia secara lengkap dalam: www.google.books.com., diakses pada 3 September 2014.

4. Tahap-tahap Konseling Realitas

Proses konseling dalam pendekatan realitas berpendoman pada dua unsur utama, yaitu penciptaan kondisi lingkungan yang kondusif dan beberapa prosedur yang menjadi pendoman untuk mendorong terjadi perubahan pada konseli. Secara praktis, Thompson, et.al., mengemukakan delapan tahap dalam konseling realita yaitu:

- a. Tahap pertama; Konselor menunjukkan keterlibatan dengan klien (*be friend*);
- b. Tahap kedua; fokus pada perilaku sekarang;
- c. Tahap ketiga; mengeksplorasi total *behavior* klien;
- d. Tahap keempat; klien menilai diri sendiri atau melakukan evaluasi;
- e. Tahap kelima; merencanakan tindakan yang bertanggung jawab;
- f. Tahap keenam; membuat komitmen;
- g. Tahap ketujuh; tidak menerima permintaan maaf atau alasan konseli;
- h. Tahap kedelapan tindak lanjut.¹⁵

Pada tahap pertama, konselor mengawali pertemuan dengan bersikap otentik, hangat dan menaruh perhatian pada hubungan yang sedang dibangun. Konselor harus dapat melibatkan diri pada konseli dengan memperlihatkan sikap hangat dan ramah. Hubungan yang terbangun antara konselor dan konseli sangat penting, sebab konseli akan terbuka dan bersedia menjalani proses konseling jika dia merasa bahwa konselornya, terlibat bersahabat, dan dapat di percaya. Oleh karena itu, penerimaan yang positif adalah sangat esensial agar proses konseling

¹⁵ Ibid, h. 115

berjalan efektif. Menunjukkan ketelibatan dengan konseli dapat di tunjukkan dengan perilaku *attending*. Perilaku ini tampak dalam kontak mata (menatap konseli), ekspresi wajah (menunjukkan minatnya tampak dibuat-buat), duduk dengan sikap dan diarahkan ke konseli, melakukan respon reflesi, memperhatikan perilaku nonverbal konseli, dan melakukan respon parafrase.

Selain itu, konselor menunjukkan sikap bersahabat. Pada tahap awal, umumnya konseli menunjukkan tidak membutuhkan bantuan konselor, terlebih bila konseli tidak datang dengan sukarela. Meskipun konseli menunjukkan ketidaksetiaan, marah, atau bersikap yang tidak berkena dan sebagainya. Konselor harus tetap menunjukkan sikap ramah dan sopan, tetap tenang, dan tidak mengintimidasi konseli, kalimat diungkapkan juga mengkonfirmasi apa yang sedang dilakukan oleh konseli pada saat itu, tetapi menunjukkan kekuatan dan fleksibilitas konseli, bukan kelemahan dan kekakuan konseli. Mengapa karena pada dasarnya konseli bukan senang marah kepada konselor. Oleh karena itu, respon konselor harus mengandung muatan bahwa ia sedang menyampaikan terkadang marah bukanlah sebuah kesalahan, sebab dalam keadaan tertentu, marah kadang-kadang menjadi pilihan. Berikut adalah contoh respons konselor yang menunjukkan sikap di atas. Pada tahap kedua, setelah konseli dapat melibatkan diri kepada konselor, maka konselor menanyakan kepada konseli apa yang akan dilakukan sekarang.

Tahap kedua ini merupakan ekspolasi diri bagi konseli. Konseli menungkapkan ketidaknyamanan yang ia rasakan dalam menghadapi permasalahannya yang telah dilakukan dalam menghadapi kondisi tersebut. Secara rinci, tahap ini meliputi: Ekspoorasi “*picture album*” (keinginan) kebutuhan, dan perrepsi; dan menayakan keinginan-keinginan konseli.

Pada tahap ketiga, menanyakan apa yang di lakukan konseli (*doing*), yaitu: konselor menanyakan secara spesifik apa saja yang dilakukan konseli: cara pandang dalam konseling realita, akar permasalahan konseli mengungkapkan setiap kali menghadapi ujian ia mengalami kecemasan yang luar biasa. Dalam pandangan konseling realita, yang harus di atasi bukan kecemasan konseli, tetapi hal-hal apa saja yang telah dilakukannya untuk menghadapi ujian. Memasuki tahap keempat, konselor menayakan kepada konseli apakah pilihan perilakunya didasari oleh keyakinan bahwa hal itu baik baginya. Fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilaku saat ini. Beri kesempatan kepada konseli untuk mengevaluasi, apakah ia cukup terbantu dengan pilihannya tersebut. Pada tahap ini respon konselor di antaranya menannyakan apakah yang di lakukan konseli dapat membantunya dari permasalahannya atau sebaliknya. Konselor menanyakan kepada konseli apakah pilihan perilakunya tidak didasari oleh keyakinan bahwa hal tersebut baik baginya fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli,

tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat ini. Berkesempatan kepada konseli untuk mengevaluasi, apakah ia cukup terbantu dengan pilihannya tersebut.

Kemudian bertanya kepada konseli apakah pilihan perilakunya dapat memenuhi apa yang menjadi kebutuhan konseli saat ini, menanyakan apakah konseli tetap pada pilihannya apakah hal tersebut merupakan perilaku yang dapat pada tahap ini, konselor juga tidak memberikan hukuman, mengkritik dan berdebat, tetapi hadapan kondisi pada konseli dan menyebabkan ia merasa lebih gagal. Tahap selanjutnya yaitu saat konseli belum berhasil melakukan perubahan, hal itu merupakan pilihannya dan ia akan merasakan konsekuensi dari tindakannya. Konselor memberi pemahaman pada konseli, bahwa kondisinya akan membaik jika ia bersedia melakukan perbaikan itu. Selain itu konselor jangan mudah menyerah. Proses konseling yang efektif antara lain di tunjukan dengan seberapa harapan konselor menyerah dengan bersikap pasif. Tidak kooperatif, marah, atau apatis, namun pada tahap inilah konselor dapat menunjukan bahwa kegigihan konselor dapat motivasi konseli untuk bersama-sama memecahkan masalah. Dan pada tahap terakhir dalam konseling, konselor konseling mengevaluasi perkembangan yang dicapai, konseling dapat berakhir jika tujuan yang telah ditetapkan tercapai, akan tetapi konseling dapat dilanjutkan kembali jika tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya belum tercapai sesuai dengan rencana.

Setiap tahapan pada konseling di atas harus dilalui dengan baik dan tuntas, jika setiap tahap belum tuntas maka tahap berikutnya akan terhambat. Keberhasilan setiap tahapan dalam proses konseling reality sangat tergantung pada sebelumnya. Karena itu, setiap tahap konseling membutuhkan keseriusan konselor untuk membantu klien mengenali, memahami, mengevaluasi dan merencanakan tindakan selanjutnya.

5. Kelebihan dan Kelemahan Konseling Realitas

a. Kelebihan

- 1) Asumsi mengenai tingkah laku merupakan hasil belajar
- 2) Asumsi mengenai kepribadian dipengaruhi oleh lingkungan dan kematangan
- 3) Konseling bertujuan untuk mempelajari tingkah laku baru sebagai upaya untuk memperbaiki tingkah laku yang tidak sesuai. Klien bisa belajar tingkah laku yang lebih realistis dan karenanya bisa tercapai keberhasilan.
- 4) Langsung lebih cepat menyadarkan klien karena menggunakan secara langsung mengajak klien berbuat dan bersifat praktis, luwes dan efektif
- 5) Mudah dilaksanakan dan tidak memerlukan pengetahuan tentang diagnosis.

b. Kelemahan

- 1) Teori ini mengabaikan tentang intelegensi manusia, perbedaan individu dan faktor genetik lain
- 2) Dalam konseling kurang menekankan hubungan baik antara konselor dan konseli, hanya sekedarnya
- 3) Pemberian reinforcement jika tidak tepat dapat mengakibatkan kecanduan atau ketergantungan
- 4) Jangka waktu terapi yang relatif pendek dan berurusan dengan masalah tingkah laku sadar pada konseli
- 5) Teknik yang digunakan kurang mampu menggunakan data yang dialami dari diri pribadi klien
- 6) Hanya menekankan perilaku tanpa mempertimbangkan sisi perasaan.¹⁶

C. Perilaku Agresif

1. Pengertian Agresif

Agresif, menurut John C.Brigham yang dikutip oleh Fuad Nashori dalam buku Psikologi Sosial Islami “Adalah perbuatan yang diniati untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis”.¹⁷ Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa agresif seringkali dipakai manusia sebagai jalan untuk

¹⁶ Nikmatul lailiyah, “*pengaruh layanan konseling realitas terhadap perilaku agresif siswa kelas VIII di SMPN 2 kota bengkulu*”. (Bengkulu : universitas bengkulu, 2014), h. 30

¹⁷ Fuad Nashori, *Psikologi Sosial Islami*, (Bandung : PT Refika Aditama, , 2008), h. 91.

mengungkapkan perasaan dan menyelesaikan persoalan hidup mereka seperti peperangan, perkelahian antar pelajar, pembunuhan, dan lain sebagainya. Akhir-akhir ini pertebaran peristiwa-peristiwa agresif yang bersifat massal.

Sementara menurut Konrad Lorenz, dia berpendapat bahwa agresif adalah “naluri untuk mempertahankan hidup”. Karena bersifat naluriah maka setiap saat sifat itu bisa muncul, lebih-lebih dalam situasi hidup yang mengancam eksistensi kehidupan seseorang.¹⁸ Senada dengan pendapat tersebut menurut Berkowitz yang dikutip oleh Sarlito W. Sarwono, mendefinisikan agresif adalah segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun secara mental. Namun adapun perbedaan pendapat tentang definisinya menurut Geen yang dikutip oleh Shelley E. Taylor, dkk “Agresi” didukung oleh pendekatan behavioris atau belajar, adalah bahwa agresi adalah setiap tindakan yang menyakiti tau melukai orang lain.¹⁹ Agresif seperti yang dikemukakan para ahli tersebut diatas tampak memiliki persamaan yang mendasar yaitu pada tingkah laku yang merusak baik fisik, psikis, maupun benda-benda yang ada disekitarnya. Agresif juga melekat pada setiap peserta didik termasuk juga remaja. Remaja yang masih dalam proses perkembangan mempunyai kebutuhan-kebutuhan pokok terutama kebutuhan rasa aman, kasih sayang, dan kebutuhan harga diri. Pada prinsipnya manusia ingin memiliki kebutuhannya dengan cara yang dipilih. Kemungkinan remaja akan mengalami frustrasi atau perilaku yang merugikan diri

¹⁸ *Ibid* h.92

¹⁹ Shelley e. Taylor. Dkk, *Psikologi Sosial*, (Jakarta : Kencana, 2009), h. 496

sendiri maupun orang lain. Selanjutnya situasi frustrasi akan membuat orang marah dan akan memperbesar kemungkinan mereka melakukan perilaku agresif.

Pengaruh frustrasi juga dapat dilihat dari sudut pandang yang lebih luas dalam masyarakat. Depresi ekonomi menyebabkan frustrasi yang mempengaruhi hampir semua orang.²⁰ Orang memperoleh pekerjaan atau tidak dapat memberi sesuatu yang diinginkan dan jauh lebih dibatasi dalam semua segi kehidupan. Akibatnya, berbagai bentuk agresif menjadi lebih umum. Berdasarkan pendapat-pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa agresif adalah bentuk perilaku yang dapat menyakiti orang lain dengan tujuan untuk pemeliharaan hidup perilaku agresif itu sendiri berasal dari proses kognitif yang terganggu.

2. Teori-teori Agresivitas

a. Teori bawaan

1) Teori Naluri

Freud dan Suryabrata, dalam teori psikoanalisis klasik mengemukakan bahwa agresif adalah satu dari dua naluri dasar manusia.

b. Teori biologi

Moger dan Sarwono, berpendapat bahwa perilaku agresif ditentukan oleh proses yang terjadi di otak, dan susunan syaraf pusat, demikian pula hormon laki-laki (testosteron) dipercaya sebagai pembawa sifat agresif.

²⁰ *Ibid*, h. 498.

c. Teori belajar sosial

Teori belajar sosial lebih memperhatikan faktor dari tarikan dari luar, Bandura dalam sarwono, mengatakan bahwa dalam kehidupan sehari-hari perilaku agresif dipelajari dari model dalam keluarga dalam lingkungan kebudayaan atau melalui media masa.²¹

3. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif

Adapun faktor yang menjadi penyebab terjadinya perilaku agresif menurut para ahli adalah sebagai berikut. Menurut Faturochman faktor-faktor yang mempengaruhi agresif adalah:

a. Provokasi

Agresif sering terjadi sebagai usaha untuk membalas agresif. Kemungkinan hal semacam ini dilakukan dengan dasar pemikiran bahwa cara bertahan paling baik adalah dengan menyerang. Perlu di catat bahwa tidak selamanya agresif dan menyerang dalam bentuk fisik, tetapi juga meliputi penyerangan verbal.

b. Kondisi aversif

Kondisi aversif adalah suatu keadaan yang tidak menyenangkan yang ingin dihindari oleh seseorang. Menurut Berkowitz keadaan yang tidak menyenangkan merupakan salah satu faktor penyebab agresif. Alasannya

²¹ Thrisia Febrianti, “*pengaruh layanan konseling kelompok terhadap perilaku agresif siswa kelas VII di SMPN 3 kota bengkulu*”. (Bengkulu : universitas bengkulu, 2014), h. 2

adalah orang akan selalu berusaha mencari keseimbangan. Dengan faktor yang kurang menyenangkan itu, orang akan mencoba membuat keseimbangan dengan jalan, antara lain, berusaha menghilangkan atau mengubah situasi itu dengan berbagai hal baik kegiatan yang positif maupun negatif guna mengimbangkan keadaan yang tidak menyenangkan dalam situasi yang dialami.

c. Isyarat agresif

Isyarat agresif adalah stimulus yang diasosiasikan dengan sumber frustrasi yang menyebabkan agresif.

d. Kehadiran orang lain

Kehadiran orang, terutama orang diperkirakan agresif berpotensi untuk menumbuhkan agresif. Diasumsikan bahwa kehadiran tersebut akan berpartisipasi ikut agresif.

e. Karakteristik individu

Berbagai penyebab diluar individu yang bersangkutan akan sulit mencetuskan perbuatan agresif tanpa ada faktor dari dalam. Fenomena yang sering terlihat adalah stimulasi dari beberapa faktor akan memperkuat potensi dalam diri individu yang kemudian memunculkan perilaku agresif.

Sementara itu menurut Sarlito W. Sarwono berpendapat bahwa faktor penyebab agresif yaitu:

a. Sosial

Frustrasi, terhambatnya atau tercegahnya upaya mencapai tujuan kerap menjadi penyebab agresif. Agresif tidak selalu muncul karena frustrasi.

Provokasi verbal atau fisik adalah salah satu penyebab agresif.

b. Pola Asuh

Pola tingkah laku berdasarkan kepribadian. Orang dengan pola tingkah laku tipe A cenderung lebih agresif daripada orang dengan tipe B.²²

c. Kebudayaan

Kebudayaan dalam lingkungan yang juga ikut andil dalam pengaruh dalam kehidupan kita baik maupun buruknya kebudayaan itu. Ketika kita menyadari bahwa lingkungan juga berperan terhadap tingkah laku maka tidak heran jika muncul ide bahwa salah satu penyebab agresif adalah kebudayaan.

d. Sumber daya

Manusia senantiasa ingin memenuhi kebutuhannya. Salah satu pendukung utama kehidupan manusia adalah daya dukung alam. Ketidak mampuan untuk mencukupi kebutuhan tersebutlah maka timbulah agresif.

e. Media masa

Media massa sangatlah berpengaruh besar terhadap perilaku agresif.

Alasannya karena dengan media massa inilah seseorang dapat terinspirasi

²² *Op. Cit*, h. 152

dengan apa yang ingin peserta didik lakukan.²³ Sementara itu Fuad Nashori berpendapat munculnya perilaku agresif berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadi dalam diri seseorang. Rasa marah dapat muncul dengan sebab-sebab: Adanya serangan orang lain Contoh : Amarah akibat dari serangan atau gangguan yang dilakukan orang lain. Dan frustrasi adalah gangguan atau kegagalan dalam mencapai tujuan. Salah satu prinsip dalam psikologi adalah frustrasi cenderung membangkitkan perasaan agresif.²⁴

Menurut Lorenz yang dikutip oleh Dayakisni menjelaskan ada empat faktor pencetus agresif Faktor pencetus adalah faktor yang mendasari perilaku agresif itu muncul yaitu:

a. Deindividualis

Setiap individu memiliki identitas yang berbeda-beda sehingga upaya individu untuk menyelesaikan tugas perkembangan pun berbeda-beda ada yang secara cepat dapat menyelesaikan ada juga yang lambat untuk menyelesaikannya yang lambat menyelesaikan biasanya iri dan akan menimbulkan emosi yang berlebihan dan akan menimbulkan emosi;

b. Kekuasaan dan kepatuhan

Kekuasaan dan kepatuhan merupakan faktor pencetus agresif karena dengan kekuasaan seseorang akan memerintah dengan semauya sendiri sehingga

²³ Sarlito, W.S Eko.A.M, *Psikologi Sosial*. (Jakarta: Salemba Humanika, 2009), h.152

²⁴ Fuad Nashori, *Op, Cit* h.102

bawahnya akan berusaha untuk menuruti segala sesuatu yang diperintahkan oleh atasannya. Bawahan akan menurut walaupun yang diperintahkan oleh atasan dapat menyakiti orang lain; dan

c. Pengaruh obat-obatan terlarang

Selain itu juga obat-obatan terlarang merupakan faktor pencetus agresif yang dominan karena apabila individu menggunakan obat-obatan terlarang dalam dosis yang cukup tinggi maka pemikiran akan terganggu individu akan sensitif sekali mudah tersinggung, banyak terjadi akibat menggunakan obat-obatan terlarang itu individu tega untuk membunuh individu lain.²⁵

4. Macam-macam Agresif

Ada berbagai bentuk agresi yang terjadi pada diri individu salah satu diantaranya adalah seperti yang dikemukakan oleh Murray dan Bellak dan Sukaji yang dikutip oleh Sugiyarta SL bahwa agresifitas meliputi: agresifitas emosional verbal, agresifitas fisik sosial, agresifitas destruktif dan agresifitas sosial.

- a. Agresifitas emosional verbal dapat ditampakan dengan perilaku mudah marah atau membenci orang, akan tetapi tidak secara fisik;
- b. Agresifitas fisik sosial, ditampakan dengan perilaku berkelahi, membunuh, membalas dendam, agresifitas fisik sosial sangat berbahaya kalau terus menerus dibiarkan tanpa adanya penanganan; dan

²⁵ Kursin, *Keefektifan Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Panti Pamardi Putra Mandiri Semarang*, (Semarang : UNNES, 2005), h. 21

- c. Agresifitas destruktif, dapat ditampakan dengan perilaku menyerang binatang memukul diri sendiri, dan bunuh diri ini disebabkan karena individu merasa kesal dengan dirinya sendiri dan frustrasi.²⁶

Contohnya; individu menderita menaun dan tidak sembuh-sembuh akibatnya menjadi tanggungan keluarga dan individu itu memutuskan untuk bunuh diri supaya tidak menjadi tanggungan keluarga lagi. Menurut Sear, Freedman dan Paplau yang dikutip oleh Wirawan membagi menjadi tiga jenis agresif yaitu:

- a. Perilaku melukai dan maksud melukai

Perilaku melukai misalnya (menembak orang dengan pistol) belum tentu dengan maksud melukai Misalnya, dengan tidak sengaja. Sebaliknya, maksud melukai hendak menembak orang belum tentu berakibat melukai Misalnya, Pistolnya kosong atau macet. Perilaku agresif adalah yang paling sedikit mempunyai unsur maksud melukai dan lebih pasti terdapat pada perbuatan yang bermaksud melukai dan berdampak sungguh-sungguh melukai. Sementara itu perilaku melukai yang tidak disertai dengan maksud melukai tidak dapat digolongkan sebagai agresif;

- b. Perilaku agresif yang antisosial dan prososial

Perilaku agersif yang prososial misalnya, polisi membunuh teroris biasanya tidak diagap sebagai perilaku agresif. Sementara perilaku agresif yang anti sosial seperti teroris membunuh sandera dianggap agresif; dan

²⁶ *Ibid*, h. 5

c. Perilaku dan perasaan agresif

Ini pun harus dibedakan walaupun kenyataannya sulit dibedakan antara sumbernya adalah pada pemberian atribusi oleh korban terhadap pelaku.

5. Ciri-ciri Agresif

Ada beberapa bentuk agresif yang terjadi pada diri peserta didik salah satu diantaranya adalah seperti yang dikemukakan oleh Buss yang dikutip oleh Fuad Nashori. Mengklasifikasi perilaku agresif secara lebih lengkap, yaitu perilaku agresif secara fisik atau verbal, secara aktif atau pasif, dan secara langsung atau tidak langsung. Tiga klasifikasi tersebut masing-masing akan saling berinteraksi, sehingga akan menghasilkan delapan bentuk perilaku agresif, yaitu:

- a. perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya menusuk, menembak, memukul orang lain;
- b. perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya membuat jebakan untuk mencelakakan orang lain;
- c. perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara langsung, misalnya tidak memberikan jalan kepada orang lain;
- d. perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menolak untuk melakukan sesuatu, menolak untuk mengerjakan perintah orang lain;
- e. perilaku agresif verbal aktif yang dilakukan secara aktif, misalnya memaki-maki orang lain;

- f. perilaku agresif verbal aktif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menyebarkan gosip tentang orang lain.;
- g. Perilaku agresif verbal pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menolak untuk berbicara dengan orang lain, menolak untuk menjawab pertanyaan orang lain atau menolak untuk memberikan perhatian pada suatu pembicaraan; dan
- h. Perilaku agresif verbal pasif yang dilakukan secara langsung, misalnya tidak setuju dengan pendapat orang lain, tetapi tidak mau mengatakan (memboikot), tidak mau menjawab pertanyaan orang lain.²⁷

Dari beberapa macam perilaku agresif di atas dalam penelitian ini hanya akan menggunakan dua macam agresif karena disesuaikan dengan masalah yang dihadapi oleh responden pada penelitian ini yaitu:

- a. perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya berkelahi, dan memukul orang lain; dan
- b. perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya, merampas milik orang lain, ribut di kelas dan melawan terhadap guru., menolak untuk mengerjakan perintah orang lain

6. Dampak Perilaku Agresif

Dampak utama dari perilaku agresif ini adalah anak tidak mampu berteman dengan anak lain atau bermain dengan teman-temannya. Keadaan ini menciptakan lingkungan yang kurang baik karena anak tidak diterima oleh teman-

²⁷ Fuad Nashori *Ibid*, h.100.

temanya, maka makin menjadilah perilaku agresif yang ditampilkannya. Maka dari itu kita harus mengetahui faktor penyebab anak berperilaku agresif. Perilaku agresif biasanya ditunjukkan untuk menyerang menyakiti orang lain baik secara fisik maupun secara verbal. Perilaku agresif dianggap sebagai suatu gangguan perilaku bila memenuhi persyaratan sebagai berikut:

- a. bentuk perilaku luar biasa, bukan hanya berbeda sedikit dari perilaku yang biasa. Misalnya, memukul ungkapan tidak setuju dinyatakan dengan memukul, maka perilaku tersebut dapat diindikasikan sebagai perilaku agresif termasuk perilaku yang biasa, tetapi bila setiap kali ungkapan tidak setuju dinyatakan dengan memukul, maka perilaku tersebut sebagai perilaku agresif bila memukulnya menggunakan alat yang tidak wajar misalnya memukul dengan menggunakan tempat minuman;
- b. masalah ini bersifat kronis artinya perilaku ini bersifat menetap terus-menerus, dan tidak menghilang dengan sendirinya; dan
- c. perilaku tidak dapat diterima karena tidak sesuai dengan norma sosial atau budaya.

Untuk dapat mengetahui anak yang berperilaku negatif kita dapat mengenali gejala serta karakteristik anak yang berperilaku agresif.²⁸

7. Upaya Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik

Sesuai dengan pandangan behaviorisme yaitu ketika dilahirkan, pada dasarnya manusia tidak membawa bakat apa-apa. Manusia berkembang berdasar

²⁸ Thrisia Febrianti, *Op. Cit*, h. 25

stimulus yang diterimanya dari lingkungan sekitar. Lingkungan yang buruk akan menghasilkan manusia yang buruk, lingkungan yang baik akan menghasilkan manusia baik. Kepribadian manusia dapat dibentuk melalui rangsangan-rangsangan tertentu. Perilaku agresif dihasilkan dari lingkungan yang salah memberikan stimulus. Lingkungan keluarga pada khususnya, keluarga mengalami kerusakan sehingga anak akan melihat bahwa orangtua tidak lagi memperhatikan dan menyayangi individu sehingga individu akan membalas melalui perilaku yang kurang sesuai dengan norma yang ada pada masyarakat. Sesuai dengan pandangan Skinner (yang dipelajari dari Social Training usaha untuk mengontrol perilaku yaitu dengan teknik modeling dan modifikasi). Teknik tersebut antara lain:

a. Penegakan Fisik

Kita mengontrol perilaku fisik, misalnya beberapa dari kita menutup mulut untuk menghindari diri dari menertawakan kesalahan orang lain. Orang kadang-kadang melakukan dengan bentuk lain seperti berjalan menjauhi seseorang yang telah menghina agar kita tidak kehilangan kontrol dan menyerang orang tersebut terlarang untuk mengontrol perilaku yang tidak diinginkan.

b. Mengubah Kondisi Stimulus

Suatu teknik lain adalah mengubah stimulus yang bertanggung-jawab. Misalnya orang yang berkelebihan berat badan menyisihkan sekotak permen dari hadapannya sehingga dapat mengekang diri sendiri. Dalam contoh tersebut, orang menyingkirkan diskriminatif stimuli yang menyebabkan

perilaku yang diinginkan. Akan tetapi kita tidak hanya menyingkirkan stimulus tertentu pada situasi tertentu. Kita tidak juga menghadirkan stimulus untuk melakukan sesuatu perilaku tertentu.

c. Memanipulasi Kondisi Emosional

Skinner menyatakan bahwa kadang kita mengadakan perubahan emosional dalam diri kita untuk mengontrol diri. Misalnya beberapa orang menggunakan teknik meditasi untuk mengatasi stres. Serupa dengan itu kita mungkin memiliki suasana hati yang baik sebelum menghadiri pertemuan yang membuat stres agar kita dapat menunjukkan perilaku yang tepat.

d. Melakukan Respon-Respon lain

Kita juga sering menahan diri dengan tidak melakukan tindakan yang akan mendatangkan hukuman. Misalnya untuk menahan diri agar tidak menyerang orang lain yang sangat tidak kita sukai, kita mungkin melakukan tindakan yang tidak berhubungan dengan pendapat kita tentang mereka.

e. Memperkuat Diri secara Positif

Salah satu teknik yang kita gunakan untuk mengendalikan perilaku, menurut Skinner adalah dengan self reinforcement. Kita mengendalikan diri sendiri atas perilaku yang patut dihargai. Misalnya, seorang pelajar menghargai diri sendiri karena telah rajin belajar dan dapat mengerjakan ujian dengan baik.

f. Menghukum diri sendiri

Misalnya seseorang menghukum dirinya sendiri karena gagal dengan cara belajar dengan giat agar mendapatkan hasil yang diharapkan.

D. Penelitian Relevan

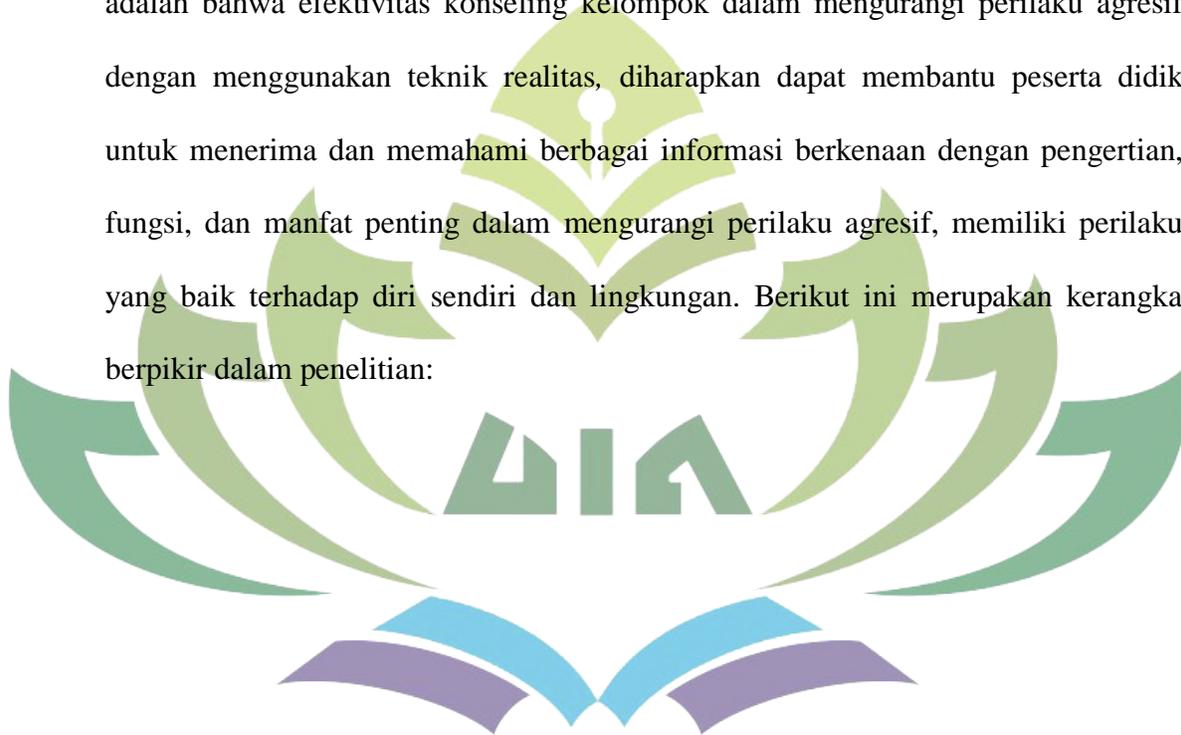
1. Pengaruh Konseling Realita Terhadap Pembentukan Kemandirian Pada Peserta Didik di SMPN 2 Kuripan Tahun Pelajaran 2013/2014 Oleh Elis Sulistiya, Jurnal Bimbingan dan Konseling, FIP IKIP Mataram. Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Konseling Realita Terhadap Pembentukan Kemandirian Pada Peserta Didik di SMPN 2 Kuripan Tahun Pelajaran 2013/2014. Adapun jenis eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pre-experimental Design (nondesign) atau eksperimen tidak murni, dan salah satu bentuk eksperimennya adalah One-Group Pretest-Posttest Design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMPN 2 Kuripan yang mengalami masalah dalam kemandirian, sampel yang digunakan adalah 10 orang siswa. Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode angket sebagai metode pokok. Untuk menganalisa data menggunakan rumus t-test. Hasil penelitian yaitu: nilai t hitung sebesar 4,756 dan nilai t table pada taraf signifikansi 5 % dengan N=10 sebesar 2,262. Dengan demikian nilai t hitung lebih besar daripada nilai t pada table ($4,756 > 2,262$) sehingga dapat disimpulkan “signifikan”. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis Nol (H_0) di tolak dan hipotesis alternatif (H_a) di terima. Maka kesimpulan analisis dalam penelitian ini adalah Ada Pengaruh Konseling Realita Terhadap Pembentukan Kemandirian Pada Peserta Didik di SMPN 2 Kuripan Tahun Pelajaran 2013/2014.

2. Penerapan Konseling Realita Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Oleh Wida Sulistyowat. Penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan skor harga diri rendah siswa sebelum dan sesudah penerapan konseling realita pada peserta didik. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian pre-test post test one group design. Subyek penelitian ini adalah 6 peserta didik yang mempunyai skor harga diri rendah. Pengumpulan data menggunakan Coopersmith Self Esteem Inventory (CSEI) yang telah dihitung validitas dan reliabilitas. Tehnik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji tanda. Dari hasil analisis data berdasarkan analisis uji tanda dengan taraf signifikan 5 %, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan skor harga diri antara sebelum dan sesudah penerapan konseling realita. Harga diri rendah siswa menjadi meningkat setelah perlakuan, maka dapat disimpulkan bahwa konseling realita dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri peserta didik.

Berdasarkan kedua penelitian relevan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konseling realitas dapat membantu mengatasi permasalahan peserta didik, sehingga hal tersebut memotivasi peneliti untuk mengadakan penelitian yang berjudul "Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Realitas Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik di SMK Negeri 7 Bandar Lampung.

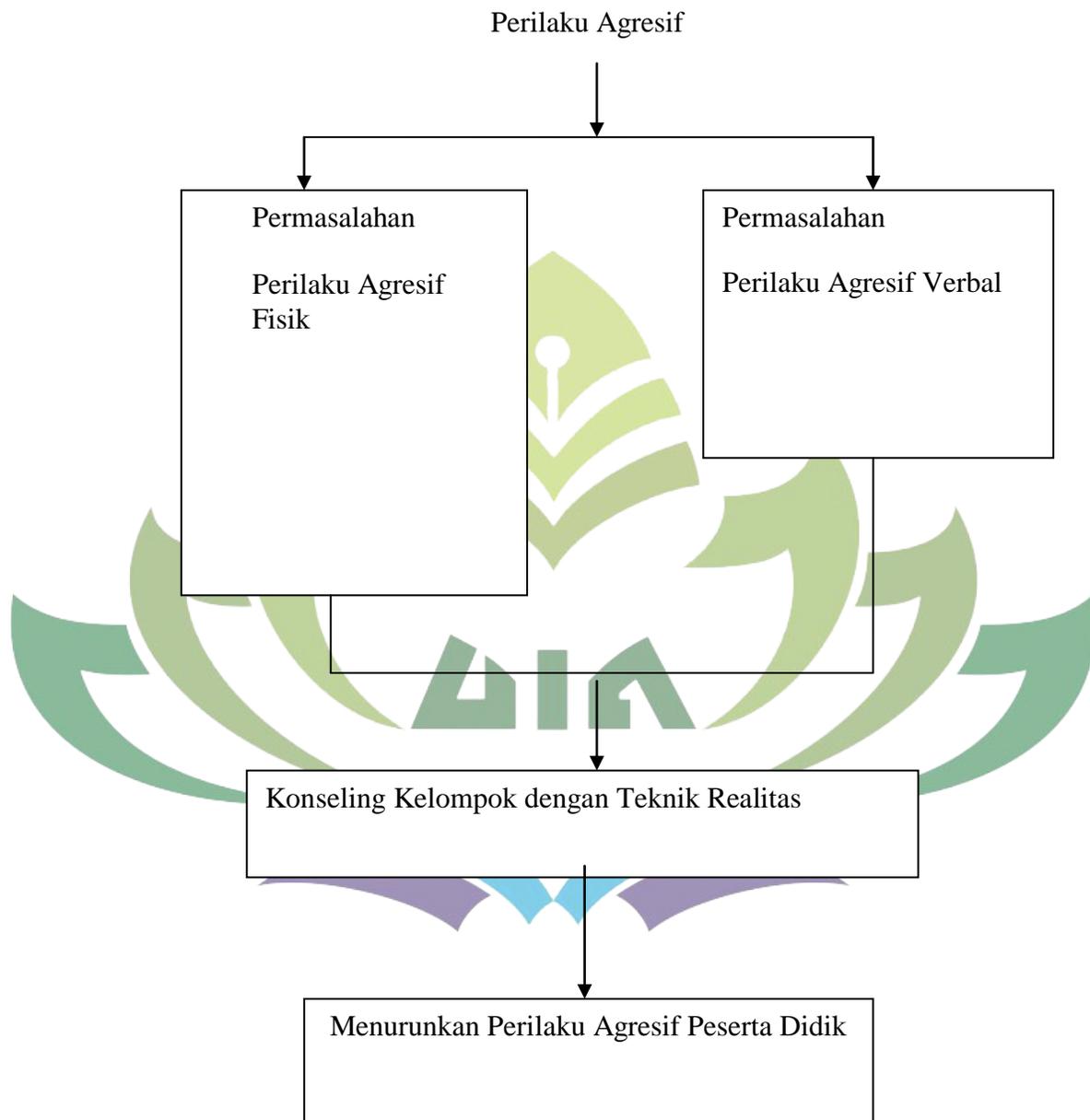
E. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Menurut sugiyono, kerangka berpikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari beberapa teori yang dideskripsikan.²⁹ Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa efektivitas konseling kelompok dalam mengurangi perilaku agresif dengan menggunakan teknik realitas, 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 berpikir dalam penelitian:



²⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Alfabeta 2015, h.60

Gambar 1
Kerangka Berfikir Konseling Kelompok dengan Teknik Realitas



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 = Konseling kelompok dengan teknik realitas efektif dalam mengurangi perilaku agresif pada peserta didik kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018.

Ho = Konseling kelompok dengan teknik realitas tidak efektif dalam mengurangi perilaku agresif pada peserta didik kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis penelitian

Sebelum dikemukakan metode penelitian yang digunakan dalam penulisan ini. Maka akan dijelaskan definisi metode penelitian. Metode penelitian adalah:” cara-cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid, dengan tujuan yang dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah”.¹

Metode yang digunakan peneliti dalam penelitian sangat penting karena tanpa adanya metode maka arah metode yang digunakan peneliti dalam penelitian kurang jelas, dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.² Berdasarkan pendapat tersebut, maka yang dimaksud dengan metode penelitian adalah suatu ilmu pengetahuan yang membahas tentang cara-cara yang digunakan dalam mengadakan penelitian yang berfungsi sebagai acuan atau cara yang dilakukan untuk mendapatkan informasi data secara akurat. Penelitian ini dilakukan di SMA Budaya Bandar Lampung dengan melihat hal-hal yang berkaitan

¹ [Http://: www, cangcutnews. Net.](http://www.cangcutnews.net) 02/03/2013., *pengertian metode penelitian menurut para ahli*, di akses pada tanggal 22/03/2016, pada jam 22.44.

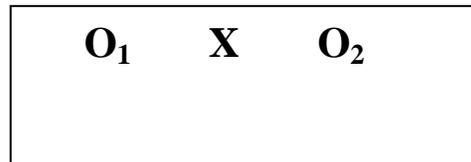
² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2011), h. 7.

dengan masalah yang diteliti, sehingga diakhir penelitian akan diperoleh gambaran umum yang komprehensif tentang hal tersebut.

B. Desain Penelitian

Salah satu ciri dari kegiatan ilmiah adalah terdapatnya suatu metode yang tepat dan sistematis sebagai penentu kearah pemecah masalah, ketepatan memilih metode merupakan persyaratan utama agar dapat mencapai hasil yang diharapkan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *eksperimen*. Dalam metode eksperimen seorang peneliti diharapkan dapat merubah suatu keadaan tertentu menjadi terkendali setelah dilakukan suatu perlakuan. Jenis penelitian yang digunakan adalah *eksperimen*. Dengan demikian metode Penelitian Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre Eksperimen Design Dengan One Group Pretest And Posttest Design* yaitu pada rancangan ini penelitian ini suatu kelompok subyek diberikan (*pre-test*) kemudian dilaksanakan perlakuan pada waktu tertentu kemudian dilakukan pengukuran kembali *post-test* untuk membandingkan keadaan dan sebelum perlakuan. Pengukuran dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Alasan peneliti menggunakan desain ini untuk mengukur mengatasi perilaku agresif peserta didik sebelum diberikan konseling *behavioral* dengan teknik modeling melalui (*pre-test*) dan pengukuran yang kedua untuk mengatasi perilaku agresif peserta didik setelah diberikan konseling *behavioral* dengan teknik modeling melalui (*post-test*).

Desain di gambarkan sebagai berikut:



Gambar 2

Pola One Group Pretest And Posttest Design

Keterangan:

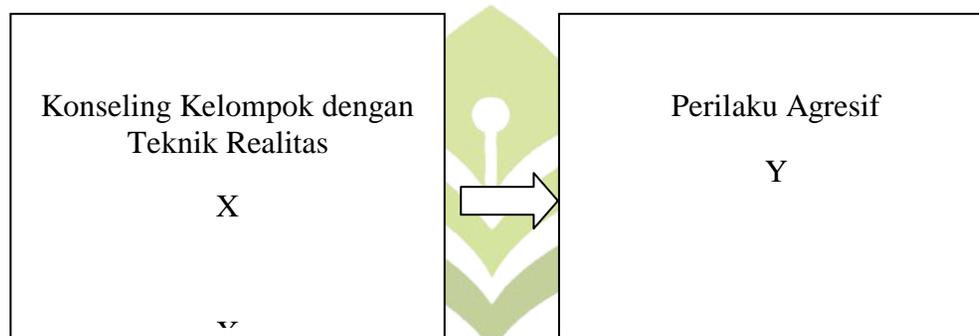
- O₁** : Pengukuran awal perilaku agresif pada peserta didik kelas X di SMA Budaya bandar lampung sebelum diberikan perlakuan akan diberikan *pretest*.
- X** : Perlakuan dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik realitas kepada peserta didik kelas X yang melakukan perilaku agresif.
- O₂** : *Posttest* yaitu untuk mengukur perilaku agresif peserta didik kelas X setelah di berikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik realitas

C. Variabel Penelitian

Variabel adalah obyek penelitian, atau apa yang menjadi perhatian suatu penelitian. Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang terbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal

tersebut, kemudian ditarik kesimpulanya. Secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang atau objek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan yang lain atau satu satu objek dengan objek lain .³

Dalam penelitian ini terdiri dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y).



Gambar 3
Variabel Penelitian

D. Definisi Operasional

Definisi Operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional dibuat untuk memudahkan pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada didalam penelitian. Adapun definisi operasional dari penelitian ini adalah:

³ *Ibid* , h. 38

Tabel 2
Definisi Operasional

| No | Variabel | Definisi Operasional | Indikator | Hasil ukur | Alat ukur | Skala Ukur |
|----|---|--|-----------|------------|-----------|------------|
| 1. | Variabel bebas (X) adalah konseling kelompok dengan teknik realitas | Layanan konseling kelompok realitas adalah suatu proses dimana konselor terlibat didalam satu hubungan dengan sejumlah konseli pada waktu yang sama yang bertujuan untuk membantu peserta didik dalam memecahkan permasalahan perilaku agresif peserta didik. seperti, perilaku agresif secara fisik maupun secara verbal, yaitu memukul, berkelahi, menyerang dan melawan terhadap Guru dan lain sebgainya. | - | - | Observasi | - |

| | | | | | |
|--|--|---|---|--|----------|
| Variabel terikat (Y) adalah perilaku agresif | Perilaku agresif adalah suatu perilaku yang bertujuan yang menyakiti orang lain secara verbal maupun secara fisik yang merupakan hasil dari penyebab perilaku agresif tersebut. Faktor-faktor penyebab perilaku agresif yaitu: (a) Sosial; (b) personal; (c) kebudayaa; (d) suber daya; (e) mediamasa | Indikator perilaku agresif dapat dilihat dari beberapa aspek berikut ini: (1) agresif fisik; dan (2) agresi f verbal. | Skala penilaian perilaku agresif dengan kategori: a. sangat tinggi (106-125) b. tinggi (86-105) c. sedang (66-85) d. rendah (45-65) e. sangat rendah (25-45) | Angket perilaku agresif berjumlah 25 item pertanyaan, dengan kriteria 5 (sangat setuju), 4 (setuju), 3 (ragu-ragu), 2 (tidak setuju), dan 1 (sangat tidak setuju). | Interval |
|--|--|---|---|--|----------|

E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴ Menurut Arikunto populasi adalah subjek penelitian.⁵ Nurul Zuriyah mengemukakan bahwa populasi

⁴ *Ibid*, h. 80.

⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1985), h. 115

merupakan seluruh data yang menjadi perhatian peneliti.⁶ Generalisasi berarti mengenakan kesimpulan-kesimpulan kepada objek-objek, gejala-gejala, atau kejadian yang akan diselidiki. Jadi populasi penelitian dapat disimpulkan sebagai subjek penelitian yang mengenai dapat diperoleh dari data yang dipermasalahkan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas X SMA Budaya Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018 yang berjumlah 34 Peserta didik Sebagaimana yang dijelaskan dalam table 3 berikut:

Tabel 3
Jumlah Populasi Penelitian

| Kelas | Jumlah peserta didik |
|--------------|-----------------------------|
| XI Laki-laki | 14 |
| XI Perempuan | 20 |
| Total | 34 |

Sumber: Dokumentasi, SMA Budaya Bandar Lampung⁷

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁸ Sampel penelitian ini adalah peserta didik yang melakukan perilaku agresif kelas X SMA Budaya Bandar Lampung dengan jumlah 10 peserta didik

⁶ H. Anwar, *Metode dan desain penelitian*, Jurnal Medologi Penelitian (di akses pada tanggal.22/03/2016).

⁷ *Sumber: Dokumentasi, SMP Negeri 7 Bandar Lampung*

⁸ *Op. Cit*, h. 81

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel dilakukan dengan cara mengambil sampel dengan adanya pertimbangan subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan adanya tujuan tertentu.⁹ Artinya kuesioner diberikan kepada responden yang sesuai dengan karakteristik penelitian yaitu karakteristik perilaku Agresif dan bersedia mengikuti penelitian ini dengan cara mengisi angket kuesionernya.

F. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam suatu penelitian merupakan hal yang pokok untuk memperoleh segala informasi yang diperlukan dalam mengungkap permasalahan yang diperlukan. Adapun metode pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode-metode sebagai berikut:

1. Wawancara (*Interview*)

Teknik wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian.¹⁰ Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga untuk mengetahui hal-hal yang lebih mendalam dari responden.

⁹ Sugiono, *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D* (Bandung : Alfabeta, 2012), h.183

¹⁰ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, Yogyakarta, Pustaka Belajar, 2014, h.123

Secara fisik wawancara dapat dibedakan menjadi wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Metode wawancara yang digunakan peneliti adalah wawancara tidak terstruktur untuk memperoleh informasi tentang komunikasi interpersonal peserta didik sesama teman sebayanya dan lingkungan sekolah yang diperoleh dari peserta didik maupun guru bimbingan dan konseling.

2. Metode Observasi

Mengutip dari Anwar Sutoyo pengertian “Observasi adalah metode pengamatan dan perhatian yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap obyek yang sedang diteliti, dilakukan secara sistematis dan memiliki tujuan tertentu”.¹¹ Jenis observasi yang peneliti gunakan adalah observasi *kurasi-partisipan* yaitu peneliti tidak ikut secara aktif dalam pengamatan aktivitas subyek. Jadi peneliti terlibat langsung dalam memberikan layanan.

3. Kuesioner (Angket)

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.¹² Angket dipergunakan sebagai instrument untuk mengukur perilaku agresif peserta didik. Instrument ini terdiri dari 25 pertanyaan dan digolongkan kedalam lima tingkatan perilaku agresif yaitu: sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Responden memilih satu dari lima pilihan jawaban yang

¹¹ Ibid, h.69

¹² Ibid, h. 142

ada pada kuesioner dengan menggunakan Skala Likert, dimana digunakan skorsing atau nilai jawaban.

Skala *Likert* yang akan dibagikan kepada peserta didik berisikan pernyataan yang mendukung sikap (*favorable*) dan pernyataan yang tidak mendukung sikap (*unfavorable*) serta memiliki lima alternatif jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), ragu-ragu (R), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS).

Tabel 4
Penskoran Item

| Jenis Pernyataan | Alternatif Jawaban | | | | |
|---------------------------|--------------------|---|---|----|-----|
| | SS | S | R | TS | STS |
| <i>Favorabel</i> (+) | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| <i>Unfavorabel</i> (-) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- a. skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif;
- b. jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan;
- c. skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval;

- d. jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya kalau penilaian menggunakan skala 5, hasil penilaian diklasifikasikan menjadi 5 kelas interval; dan
- e. penentuan jarak interval (J_i) diperoleh dengan rumus:

$$J_i = (t - r) / J_k$$

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala
 r = skor terendah ideal dalam skala
 J_k = Jumlah kelas interval.¹³

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

- a. Skor tertinggi : $5 \times 25 = 125$
- b. Skor terendah : $1 \times 25 = 25$
- c. Rentang : $125 - 25 = 100$
- d. Jarak interval : $100 : 5 = 20$

¹³ Eko Putro Widoyoko, *Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), h. 144.

Tabel 5
Kriteria Perilaku Agresif

| Interval | Kriteria | Deskriptif |
|-----------------|-----------------|---|
| 125-105 | Sangat tinggi | Peserta didik yang masuk dalam kategori sangat tinggi telah menunjukkan perilaku agresif yang ditandai dengan: (a) selalu mengajak teman-temannya untuk berkelahi; (b) selalu memukul dan menendang-nendang teman-teman yang lain (c) berkelahi dengan anak sekolah lain. |
| 105-85 | Tinggi | Peserta didik yang masuk dalam kategori tinggi telah menunjukkan namun belum sepenuhnya terus-menerus dilakukan yang ditandai dengan: (a) peserta didik yang melakukan perkelahian yang terlalu sering (b) berkata kasar dan melawan terhadap guru. |
| 85-65 | Sedang | Peserta didik yang masuk dalam kategori sedang telah menunjukkan perilaku agresif namun tidak konsisten dilakukan yang ditandai dengan: (a) peserta didik yang selalu mengganggu orang lain (b) peserta didik mengambil barang orang tanpa izin. |
| 65-45 | Rendah | Peserta didik yang masuk dalam kategori rendah belum menunjukkan kemampuan perilaku agresif secara optimal, yang ditandai dengan: (a) peserta didik tidak melakukan perkelahian disekolah. |
| 25-45 | Sangat rendah | Peserta didik yang masuk dalam kategori sangat rendah menunjukkan kemampuan dan kesadaran terhadap perilaku agresif, yang ditandai dengan: (a) peserta didik mengalami penurunan dalam melakukan perilaku agresif. |

G. Pengembangan Instrumen Penelitian

Data yang akan diungkap dalam penelitian ini, yaitu perilaku agresif peserta didik. Oleh karena itu instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket (*kuesioner*). Berdasarkan angket (*kuesioner*) untuk mengungkap gambaran perilaku agresif secara fisik dan secara verbal. Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bentuk *Checklist*.

Dasar teori pengembangan instrumen ditinjau dari pengertian dan indikator perilaku agresif. dalam definisi Agresif, menurut John C.Brigham yang dikutip oleh Fuad Nashori dalam buku Psikologi Sosial Islami “Adalah perbuatan yang diniati untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis”.¹⁴

Definisi tersebut mengandung indikator sebagai berikut: (1) cenderung ingin menyerang, (2) situasi yang mengecewakan, (3) menghalangi atau menghambat, dan (4) melukai perasaan orang lain. Adapun kisi-kisi instrumen, kisi-kisinya sebagai berikut:

¹⁴ Fuad Nashori, *Psikologi Sosial Islami*, (Bandung : PT Refika Aditama, , 2008), h. 91.

Tabel 6
Kisi-Kisi Instrumen

| No | Variabel | Indikator | No Item | |
|----|------------------|---------------|---|--|
| | | | Positif (+) | Negatif (-) |
| 1 | Perilaku Agresif | Agresif fisik | <p>1. Jika seseorang memukul saya tanpa disengaja, maka saya memaafkan perbuatannya</p> <p>2. Memukul adalah bukan solusi yang terbaik untuk menyelesaikan masalah</p> | <p>3. Jika seseorang memukul saya, maka saya harus membalasnya</p> <p>4. Saya akan memukul adik saya jika adik saya bandel</p> |
| | | | <p>5. Saya akan diam saja, ketika melihat teman berkelahi</p> <p>6. Berkelahi adalah bukan solusi terbaik untuk menyelesaikan masalah dalam bergaul</p> <p>7. Saya akan meleraikan teman saya yang sedang berkelahi</p> | <p>8. Saya lebih banyak terlibat perkelahian dibandingkan dengan orang lain</p> <p>9. Saya akan bergabung dengan teman saya yang sedang berkelahi dan saya mendukung teman saya yang salah</p> <p>10. Karena terprovokasi dengan orang lain saya akan ikut berkelahi</p> |

| | | | | |
|---|--|----------------|--|---|
| | | | 11. Saya tidak pernah merusak barang-barang atau perlengkapan yang disekolah | 12. Saya akan merusak perlengkapan yang ada di sekolah |
| | | | 13. Saya tidak pernah mengganggu teman saya yang ada dikelas 14. Saya lebih baik fokus dalam belajar, tidak pernah mengganggu teman yang sedang belajar | 15. Saya mengganggu teman saya yang sedang belajar di kelas |
| | | | 16. Jika seseorang menendang saya, maka saya akan membalasnya | 17. Saya akan merasa hebat di hadapan-hadapan teman-teman saya jika saya menendang teman saya yang lebih kecil |
| 2 | | Agresif verbal | 18. Saya tidak peduli apabila orang lain menghina saya | 19. Saya tidak segan-segan untuk memberi pelajaran terhadap teman yang sudah menghina atau orang lain yang sudah menyakiti saya |
| | | | 20. Saya akan berfikir positif terhadap teman saya yang berbuat salah | 21. Saya akan bersikap kasar kepada teman saya yang menyinggung perasaan saya |
| | | | 22. Saya tidak pernah melawan orang yang | 23. saya akan melawan marah dan melawan |

| | | | | |
|----|--|--|---|--|
| | | | lebih tua dari saya | orang yang sudah menduduh saya melkaukan kesalahan |
| 15 | | | 24. saya akan menjaga sikap saya dan berfikir positif terhadap teman saya | 25. saya akan berkata kotor juika teman atau adik saya melakukan keshlahan |

H. Pengujian Instrument Penelitian

Instrument merupakan alat untuk mengukur, mengobservasi, atau dokumentasi yang dapat menghasilkan data kuantitatif.¹⁶

1. Uji Validitas

Validitas adalah alat ukur yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Menurut Sugiyono, valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Untuk mengetahui kevalidan instrumen dalam penelitian ini. Instrument yang valid adalah instrument yang mampu mengukur apa yang seharusnya diukur.¹⁷ Uji validitas yang

¹⁶ Sugiono. *Op. Cit.* h. 72.

¹⁷ *Ibid*, h. 72

dilakukan pada penelitian ini menggunakan rumus *korelasi product moment* dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

- r_{xy} : Koefisien validitas item yang dicari
- X : Skor responden untuk tiap item
- Y : Total skor tiap responden dari seluruh item
- $\sum X$: jumlah skor dalam distribusi X
- $\sum Y$: jumlah skor dalam distribusi Y
- $\sum X^2$: Jumlah kuadrat masing-masing skor X
- $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat masing-masing skor X
- N : jumlah subjek

2. Uji Reliabilitas

Instrument yang reliabel adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali akan menghasilkan data yang konsisten sama.¹⁸ Sebelum angket diujikan kepada responden, angket diujikan terlebih dahulu kepada populasi diluar sampel untuk mengetahui tingkat reliabelitasnya dengan menggunakan rumus *alpha* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{K}{K-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

¹⁸ ,*Ibid.*, h. 72

k = Banyaknya butir pertanyaan

$\Sigma \sigma^2$ = Jumlah varians butir

$\sigma^2 t$ = Varian total¹⁹

I. Analisis Data

Menurut Arikunto yang dikutip oleh sugiyono, mengemukakan reliabilitas adalah kemantapan alat pengumpul data sehingga akan diajukan uji coba tes. Instrumen yang reliabel adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali akan menghasilkan data yang konsisten sama.²⁰ Pengujian ini akan menggunakan bantuan program *SPSS*.

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan tentang masalah yang akan diteliti. Penelitian eksperiment bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan yang mencobakan sesuatu, lalu dicermati akibat dari perakuan tersebut. Untuk mengetahui seberapa besar perbedaan perilaku agresif sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik modeling menggunakan statistik Uji t yaitu t-test.

Rumusnya adalah sebagai berikut :

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}}$$

keterangan:

¹⁹ Suharsimi Arikunto, Op. Cit, h.171

²⁰ *ibid.* h. 72.

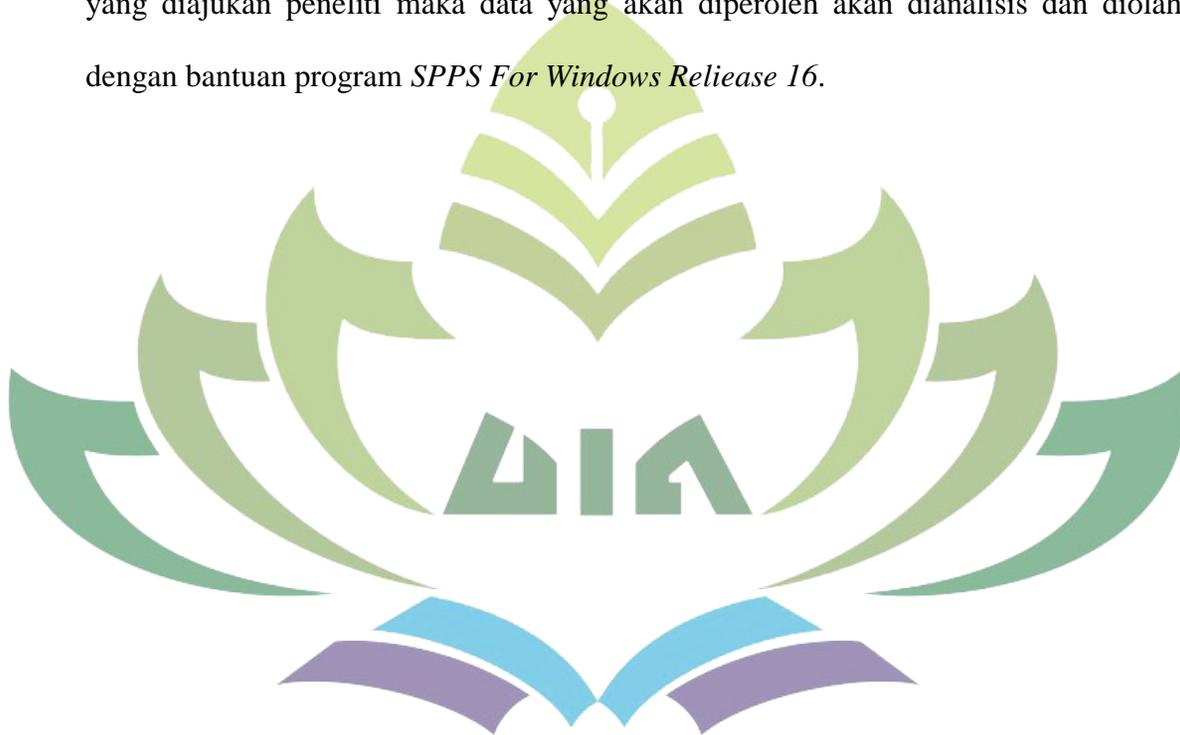
Md : mean dari deviasi (d) antara *post-test* dan *pre-test*

Xd : perbedaan deviasi dengan mean deviasi

N : banyaky subjek

Df : atau db adalah $N-1$ ²¹

Penelitian ini menggunakan analisis kuantitatif dan sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti maka data yang akan diperoleh akan dianalisis dan diolah dengan bantuan program *SPPS For Windows Reliease 16*.



²¹ *Ibid* , h. 85

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Budaya Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018 pada 20 Februari sampai dengan 20 Maret. Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran instrumen yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai gambaran perilaku agresif peserta didik dan sekaligus sebagai dasar penyesuaian isi layanan konseling kelompok dengan teknik realitas untuk mengatasi perilaku agresif peserta didik. Hasil penyebaran instrument dijadikan analisis awal untuk perumusan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas terhadap peserta didik yang kemudian diuji cobakan guna memperoleh keefektifan.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X SMA Budaya Bandar Lampung yang berjumlah 34 peserta didik. Sedangkan sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 peserta didik yang melakukan perilaku agresif yang memiliki kategori tinggi.

1. Gambaran Umum Perilaku Agresif Peserta Didik

Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan perilaku agresif peserta didik di SMK Negeri 7 Bandar Lampung, perilaku agresif yang memiliki kategori tinggi akan mengganggu peserta didik di sekolah. Peneliti dalam menangani permasalahan yang terjadi menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas. Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik realitas peneliti menggunakan beberapa sampel peserta didik kelas X dan peserta didik mengikuti konseling kelompok tersebut. Pengambilan sampel ini berdasarkan hasil angket yang diberikan kepada peserta didik, dari hasil angket perilaku agresif yang diberikan kepada 34 peserta didik terdapat 0 peserta didik yang memiliki perilaku agresif yang sangat tinggi, 10 peserta didik yang memiliki perilaku agresif yang tinggi, 21 peserta didik yang memiliki perilaku agresif yang sedang, 3 peserta didik yang memiliki perilaku agresif rendah, dan 0 peserta didik kategori sangat rendah. Adapun hasil penyebaran angket dapat dilihat pada tabel

Tabel 7
Gambaran Umum Perilaku Agresif Peserta Didik
Kelas X SMA Budaya Bandar Lampung

| Kategori | Rentang Skor | Σ | Presentase |
|---------------|--------------|----------|------------|
| Sangat tinggi | 126-105 | 0 | 0% |
| Tinggi | 106-85 | 10 | 29.4% |
| Sedang | 86-65 | 21 | 61.7% |
| Rendah | 66-45 | 3 | 8.8% |
| Sangat rendah | 45-25 | 0 | 0% |
| Jumlah | | 34 | 100% |

Berdasarkan tabel 7 terlihat bahwa perilaku agresif peserta didik tergolong tinggi, sehingga peneliti akan memberikan layanan untuk membantu mengatasi perilaku agresif peserta didik. Layanan yang akan diberikan yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik realitas.

Selanjutnya gambaran perilaku agresif peserta didik dapat terlihat dari setiap indikator yaitu (1) perilaku agresif fisik; dan (2) perilaku agresif verbal. Hasil penelitian peserta didik kelas X SMA Budaya Bandar Lampung dideskripsikan sebagai berikut:

a. Gambaran Indikator Perilaku Agresif Fisik

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan gambaran perilaku agresif fisik peserta didik berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 2 peserta didik, pada kategori tinggi sebanyak 8 peserta didik, pada kategori sedang sebanyak 20 peserta didik, pada kategori rendah sebanyak 4 peserta didik, dan 0 peserta didik dalam kategori sangat rendah. Secara rinci dapat dilihat pada tabel

Tabel 8
Gambaran Indikator Perilaku Agresif Fisik

| Kategori | Interval | Σ | Presentase |
|---------------|----------|----------|------------|
| Sangat tinggi | 74-85 | 2 | 5.8% |
| Tinggi | 60-73 | 8 | 23.5% |
| Sedang | 46-59 | 20 | 58.8% |
| Rendah | 32-45 | 4 | 11.7% |
| Sangat rendah | 17-31 | 0 | 0% |
| Jumlah | | 34 | 100% |

Berdasarkan tabel 8 presentase indikator perilaku agresif fisik peserta didik kelas X SMA Budaya Bandar Lampung tergolong kategori tinggi dan sangat tinggi. Hal itu dapat ditandai dengan perilaku agresif peserta didik.

b. Gambaran Indikator Perilaku Agresif Verbal

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan gambaran perilaku agresif fisik peserta didik berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 1 peserta didik, pada kategori tinggi sebanyak 9 peserta didik, pada kategori sedang sebanyak 22 peserta didik, pada kategori rendah sebanyak 2 peserta didik, dan 0 peserta didik dalam kategori sangat rendah. Secara rinci dapat dilihat pada tabel

Tabel 9
Gambaran Indikator Perilaku Agresif Verbal

| Kategori | Interval | Σ | Presentase |
|-----------------|-----------------|----------|-------------------|
| Sangat tinggi | 33-40 | 1 | 2.9% |
| Tinggi | 27-32 | 9 | 26.5% |
| Sedang | 21-26 | 22 | 64.7% |
| Rendah | 15-20 | 2 | 5.8% |
| Sangat rendah | 8-14 | 0 | 0% |
| Jumlah | | 34 | 100% |

Berdasarkan tabel 9 presentase indikator perilaku agresif verbal peserta didik kelas X SMA Budaya Bandar Lampung tergolong kategori tinggi dan sangat tinggi. Hal itu dapat ditandai dengan perilaku agresif peserta didik.

2. Deskripsi Data

a. Hasil *Pretest* Perilaku Agresif Peserta Didik

Pretest dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran awal kondisi perilaku agresif peserta didik sebelum diberi perlakuan. *Pretest* diberikan kepada sampel penelitian yaitu 10 peserta didik kelas X SMA Budaya Bandar Lampung. Berdasarkan hasil *pretest* peserta didik dengan berbagai kategori terdapat pada tabel:

Tabel 10
Hasil *Pretest*

| No | InisialPesertaDidik | Hasil <i>Pretest</i> | Kategori |
|----------------|---------------------|----------------------|----------|
| 1 | SF | 102 | Tinggi |
| 2 | AH | 101 | Tinggi |
| 3 | WN | 99 | Tinggi |
| 4 | ED | 96 | Tinggi |
| 5 | SN | 96 | Tinggi |
| 6 | PLA | 94 | Tinggi |
| 7 | I WYI | 92 | Tinggi |
| 8 | MR | 90 | Tinggi |
| 9 | WF | 87 | Tinggi |
| 10 | AD | 87 | Tinggi |
| N 10 | | Σ944 | Tinggi |
| Mean/rata-rata | | 94.4 | |

Berdasarkan tabel 10 dapat diketahui bahwa ada 10 (sepuluh) peserta didik yang memiliki kategori tinggi dalam perilaku agresif, adapun skor rata-rata yakni 94.4. Kemudian peneliti memberikan *treatment* (perlakuan) layanan konseling kelompok dengan teknik realitas untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik.

b. Hasil *Posttest* Perilaku Agresif Peserta Didik

Untuk melihat perubahan pada peserta didik terkait layanan konseling kelompok dengan teknik realitas untuk mengurangi perilaku agresif. Berdasarkan hasil *posttest* sebagai berikut:

Tabel 11
Hasil *Posttest*

| No | InisialPesertaDidik | Hasil <i>Posttest</i> | Kategori |
|----|---------------------|-----------------------|----------|
| 1 | SF | 67 | Sedang |
| 2 | AH | 65 | Sedang |
| 3 | WN | 59 | Rendah |
| 4 | ED | 56 | Rendah |
| 5 | SN | 55 | Rendah |
| 6 | PLA | 53 | Rendah |
| 7 | I WYI | 52 | Rendah |
| 8 | MR | 51 | Rendah |
| 9 | WF | 47 | Rendah |
| 10 | AD | 47 | Rendah |
| | N 10 | Σ 552 | Rendah |
| | Mean/rata-rata | 55.2 | |

Berdasarkan tabel 11 dapat diketahui bahwa ada 10 (sepuluh) peserta didik yang telah di berikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik realitas mengalami perubahan. Hasil dapat diamati dari kategori memiliki kategori sedang, dan rendah dalam perilaku agresif, yaitu terdapat 2 konseli dengan kategori sedang, 8 konseli dengan kategori rendah. Hasil nilai rata-rata *posttest* 55.2.

3. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Realitas Dalam Mengurangi Perilaku Agresif

a. Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 februari 2018 di SMA Budaya Bandar Lampung, deskripsi proses pelaksanaan penelitian konseling kelompok dengan teknik realitas dilakukan dengan memaparkan hasil pengamatan selama proses penelitian. Kemudian hasil pengamatan yang telah dilakukan selama proses penelitian akan dijelaskan sebagai berikut:

Pada pertemuan pertama peneliti memberikan angket awal (*pretest*). *Pretest* dilakukan pada tanggal 22 februari 2018 dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal perilaku agresif peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung. Hasil angket perilaku agresif yang diberikan kepada 34 peserta didik terdapat 0 peserta didik memiliki perilaku agresif sangat tinggi, 10 peserta didik memiliki perilaku agresif tinggi, 21 peserta didik memiliki perilaku agresif sedang, dan 3 peserta didik memiliki perilaku agresif yang rendah, dan 0 peserta didik memiliki perilaku agresif yang sangat rendah . Peserta didik berantusias mengikuti pelaksanaan *pretest* . setelah peneliti mendapatkan data dari hasil *pretest* peneliti kemudian menentukan *treatment* yang akan diberikan kepada peserta didik yang tergolong perilaku agresif yang tinggi. Maka perilaku agresif yang tinggi harus segera diatasi, untuk

mengatasinya peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas.

Proses konseling kelompok dengan teknik realitas berpendoman pada dua unsur utama, yaitu penciptaan kondisi lingkungan yang kondusif dan beberapa prosedur yang menjadi pendoman untuk mendorong terjadi perubahan pada konseli. Secara praktis, melalui beberapa tahapan yaitu:

- 1) Tahap pertama, Konselor menunjukkan keterlibatan dengan klien (*be friend*);
- 2) Tahap kedua, fokus pada perilaku sekarang;
- 3) Tahap ketiga, mengeksplorasi total *behavior* klien;
- 4) Tahap keempat, klien menilai diri sendiri atau melakukan evaluasi;
- 5) Tahap kelima, merencanakan tindakan yang bertanggung jawab;
- 6) Tahap keenam, membuat komitmen;
- 7) Tahap ketujuh, tidak menerima permintaan maaf atau alasan konseli;
- 8) Tahap kedelapan, tindak lanjut.

Pada tahap pertama, konselor mengawali pertemuan dengan bersikap otentik, hangat dan menaruh perhatian pada hubungan yang sedang dibangun. Konselor harus dapat melibatkan diri pada konseli dengan memperlihatkan sikap hangat dan ramah. Hubungan yang terbangun antara konselor dan konseli sangat penting, sebab konseli akan terbuka dan bersedia menjalani

proses konseling jika dia merasa bahwa konselornya, terlibat bersahabat, dan dapat dipercaya. Oleh karena itu, penerimaan yang positif adalah sangat esensial agar proses konseling berjalan efektif. Menunjukkan ketelibat dengan konseli dapat ditunjukkan dengan perilaku *attending*. Perilaku ini tampak dalam kontak mata (menatap konseli), ekspresi wajah (menunjukkan minatnya tampak dibuat-buat), duduk dengan sikap dan diarahkan ke konseli, melakukan respon reflesi, memperhatikan perilaku nonverbal konseli, dan melakukan respon *parafrase*. Selain itu, konselor menunjukkan sikap bersahabat.

Pada tahap awal, umumnya konseli menunjukkan tidak membutuhkan bantuan konselor, terlebih bila konseli tidak datang dengan sukarela. Meskipun konseli menunjukkan ketidak senangan, marah, atau bersikap yang tidak berkenaan dan sebagainya. Konselor harus tetap menunjukkan sikap ramah dan sopan, tetap tenang, dan tidak mengintimidasi konseli, kalimat diungkapkan juga mengsresikan apa yang sedang dilakukan oleh konseli pada saat itu, tetapi menunjukkan kekuatan dan fleksibilitas konseli, bukan kelemahan dan kekakuan konseli. Mengapa karena pada dasarnya konseli bukan senang marah kepada konselor. Oleh karena itu, respon konselor harus mengandung muatan bahwa ia sedang menyampaikan terkadang marah bukanlah sebuah kesalahan, sebab dalam keadaan tertentu, marah kadang-kadang menjadi pilihan. Berikut adalah contoh respons konselor yang menunjukkan sikap di atas.

Pada tahap kedua, setelah konseli dapat melibatkan diri kepada konselor, maka konselor menanyakan kepada konseli apa yang akan dilakukan sekarang. Tahap kedua ini merupakan ekspolasi diri bagi konseli. Konseli mengungkapkan ketidaknyamanan yang ia rasakan dalam menghadapi permasalahannya yang telah dilakukan dalam menghadapi kondisi tersebut. Secara rinci, tahap ini meliputi: Ekspoorasi “*picture album*” (keinginan) kebutuhan, dan perrepsi; dan menayakan keinginan-keinginan konseli. Pada tahap ketiga, menanyakan apa yang di lakukan konseli (*doing*), yaitu: konselor menanyakan secara spesifik apa saja yang dilakukan konseli: cara pandang dalam konseling realita, akar permasalahan konseli mengungkapkan setiap kali menghadapi ujian ia mengalami kecemasan yang luar biasa. Dalam pandangan konseling realita, yang harus di atasi bukan kecemasan konseli, tetapi hal-hal apa saja yang telah dilakukannya untuk menghadapi ujian.

Memasuki tahap keempat, konselor menanyakan kepada konseli apakah pilihan perilakunya didasari oleh keyakinan bahwa hal itu baik baginya. Fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilaku saat ini. Beri kesempatan kepada konseli untuk mengevaluasi, apakah ia cukup terbantu dengan pilihannya tersebut. Pada tahap ini respon konselor di antaranya menannyakan apakah yang di lakukan konseli dapat membantunya dari permasalahannya atau sebaliknya. Konselor menanyakan kepada konseli apakah pilihan perilakunya

tidak didasari oleh keyakinan bahwa hal tersebut baik baginya fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat ini. Beri kesempatan kepada konseli untuk mengevaluasi, apakah ia cukup terbantu dengan pilihannya tersebut. Kemudian bertanya kepada konseli apakah pilihan perilakunya dapat memenuhi apa yang menjadi kebutuhan konseli saat ini, menanyakan apakah konseli tetap pada pilihannya apakah hal tersebut merupakan perilaku yang dapat pada tahap ini, konselor juga tidak memberikan hukuman, mengkritik dan berdebat, tetapi hadapan kondisi pada konseli dan menyebabkan ia merasa lebih gagal.

Tahap selanjutnya yaitu saat konseli belum berhasil melakukan perubahan, hal itu merupakan pilihannya dan ia akan merasakan konsekuensi dari tindakannya. Konselor memberi pemahaman pada konseli, bahwa kondisinya akan membalik jika ia bersedia melakukan perbaikan itu. Selain, itu konselor jangan mudah menyerah. Proses konseling yang efektif antara lain di tunjukan dengan seberapa harapkan konselor menyerah dengan bersikap pasif. Tidak kooperatif, marah, atau apatis, namun pada tahap inilah konselor dapat menunjukan bahwa ia kegigihan konselor dapat motivasi konseli untuk bersama-sama memecahkan masalah. Dan pada tahap terakhir dalam konseling, konselor konseling mengevaluasi perkembangan yang dicapai, konseling dapat berakhir jika tujuan yang telah di tetapkan

tercapai, akan tetapi konseling dapat dilanjutkan kembali jika tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya belum tercapai sesuai dengan rencana. Setiap tahapan pada konseli di atas harus dilalui dengan baik dan tuntas, jika setiap tahap belum tuntas maka tahap berikutnya akan terhambat. Keberhasilan setiap tahapan dalam proses konseling reality sangat tergantung pada sebelumnya. Karena itu, setiap tahap konseli membutuhkan keseriusan konselor untuk membantu klien mengenali, memahami, mengevaluasi dan merencanakan tindakan selanjutnya.

Selanjutnya tahap pengakhiran, pada tahap pengakhiran ini konselor beserta para anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan hasil dari beberapa pertemuan yang sudah dilakukan dan sekaligus pemengemukakan pertemuan yang sudah diakhiri. Kemudian konselor sebaya mempersilahkan anggota kelompok untuk dapat mengungkapkan kesan-kesan dari konseling kelompok dengan teknik realitas. Adapun kesan-kesan yang mereka rasakan adalah sangat senang dapat merasakan manfaat serta pengetahuan untuk perubahan dirinya kearah yang lebih baik, lebih akrab dengan teman, belajar untuk meningkatkan kemampuan yang ada dalam diri, belajar lebih percaya diri dan tidak minder, dan juga sangat berkesan telah dapat kesempatan mengikuti sesi konseling kelompok dengan teknik realitas. Meskipun terlihat ditahap awal anggota kelompok canggung dan pemalu, namun pada akhirnya anggota kelompok atau

peserta didik dapat memahami, serta sangat antusias dalam kegiatan konseling kelompok berlangsung.

Langkah selanjutnya ialah setelah pemberian perlakuan selesai dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian *posttest* dengan tujuan untuk mengetahui penurunan perilaku agresif peserta didik setelah diberikan perlakuan menggunakan konseling kelompok dengan teknik realitas.

4. Hasil Uji Statistik Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Realitas Dalam Mengurangi Perilaku Agresif

Syarat untuk uji t paired yaitu perbedaan dua kelompok berdistribusi normal. Maka harus dilakukan terlebih dulu dengan uji normalitas pada perbedaan dua kelompok tersebut.

a. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan uji t atau t-test terlebih dahulu dilakukan uji normalitas terhadap data yang akan dicari hasilnya. Uji normalitas ini bertujuan untuk menormalkan semua data, apakah layak untuk dilakukan uji selanjutnya. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada hasil spss sebagai berikut:

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Pretest | Posttest |
|---------------------------------|----------------|---------|----------|
| N | | 10 | 10 |
| Normal | Mean | 54.60 | 54.60 |
| Parameters ^a | Std. Deviation | 5.797 | 5.797 |
| Most Extreme | Absolute | .109 | .109 |
| Differences | Positive | .109 | .109 |
| | Negative | -.099 | -.099 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | .979 | .970 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .368 | .344 |
| a. Test distribution is Normal. | | | |

Berdasarkan hasil spss diatas dapat kita ketahui bahwa data yang disajikan memenuhi asumsi normalitas. Hal tersebut dilihat dari kolom kolmogorov-smirnov Z nilainya 0.970 dan nilai Asymp.sig.(2-tiled) 0.344, maka nilai tersebut diatas 0.05. Dapat dilihat dengan jelas bahwa data sudah bisa dikatakan normal.

b. Homogenitas

Uji homogenitis adalah dilakukan untuk memperoleh asumsi bahwa sampel penelitian memiliki memiliki kondisi yang sama atau homogeni. Untuk menguji homogenitas variansi ini digunakan metode uji varians terkecil menggunakan tabel F. Uji homogenitas yang digunakan menggunakan uji *Fisher*. Langkah-langkah dari uji varians sebagai berikut:

1) Menghitung varians terbesar dan varians terkecil

$$F_{\text{hitung}} = \frac{\text{variens terbesar}}{\text{variens terkecil}}$$

2) Bandingkan nilai F_{hitung} dengan nilai F_{tabel}

Dengan rumus $db_{\text{pembilang}} = n-1$ (untuk varians terbesar)

$Db_{\text{penyebut}} = n-1$ (untuk varians terkecil)

3) Taraf signifikan (α) = 0,05

4) Kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

Jika $F_{\text{hitung}} > F_{\text{tabel}}$ (Tidak Homogen)

Jika $F_{\text{hitung}} < F_{\text{tabel}}$ (Homogen)

Hasil homogen yang dihitung melalui SPSS sebagai berikut:

Test of Homogeneity of Variance

| | | Levene | | | |
|---------------|--------------------------------------|-----------|-----|--------|------|
| | | Statistic | df1 | df2 | Sig. |
| Hasil Belajar | Based on Mean | .346 | 1 | 10 | .562 |
| | Based on Median | .149 | 1 | 10 | .704 |
| | Based on Median and with adjusted df | .149 | 1 | 16.488 | .705 |
| | Based on trimmed mean | .256 | 1 | 20 | .618 |

Berdasarkan tabel SPSS homogenitas diatas diketahui bahwa nilai Sig (0,562)

$\geq \alpha$ (0,05), maka varians kedua kelompok homogen.

c. Uji t test

Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik realitas dalam mengurangi perilaku agresif peserta didik dapat dilihat dari perbandingan hasil *pretest* (sebelum diberikan layanan) dan hasil *posttest* (sesudah pemberian layanan). Sebelum dilakukan perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*, terlebih dahulu dilakukan uji t untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok dengan teknik realitas untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

H_a = Konseling kelompok dengan teknik realitas efektif dalam mengurangi perilaku agresif pada peserta didik kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018.

H_o = Konseling kelompok dengan teknik realitas tidak efektif dalam mengurangi perilaku agresif pada peserta didik kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018.

$$H_o : \mu_1 = \mu_0$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_0$$

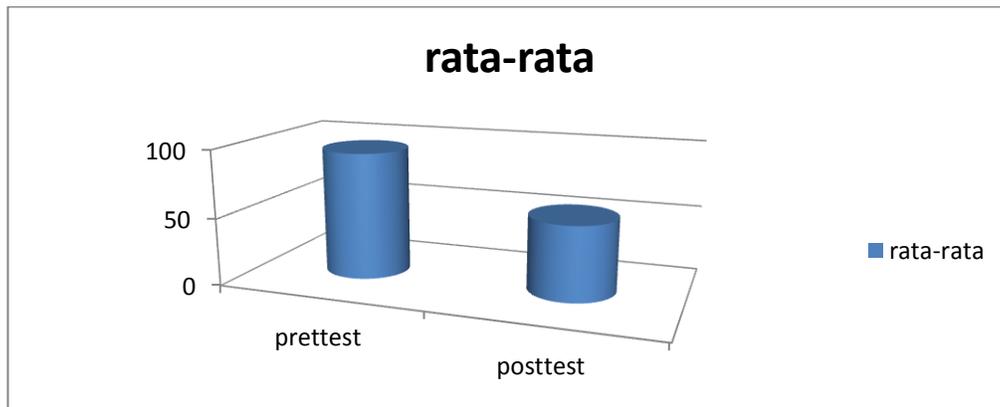
Berdasarkan hasil uji t paired sampel test pada layanan konseling kelompok dengan realitas dalam mengurangi perilaku agresif, perhitungan perilaku agresif

peserta didik dilakukan dengan menggunakan SPSS for windows reliase 16, dapat dilihat dari hasil tabel:

Tabel 12
Hasil Uji T Paired Perilaku Agresif Peserta Didik
Prettest dan Posttest

| Hasil | Rata-rata | Sd | Perbedaan rata-rata | Statistik uji t | Sig | Sig.2 tailed | Keterangan |
|-----------------|-----------|-------|---------------------|-----------------|-------|--------------|------------|
| <i>Prettest</i> | 94.40 | 5.400 | 39.200 | 60.64 | 0.470 | 0.000 | Signifikan |
| <i>Posttest</i> | 55.20 | 5.797 | | | | | |

Dari hasil tabel 12 tersebut diketahui bahwa nilai rata-rata posttest adalah 55.20 dan rata-rata prettest adalah 94.40. Hasil perhitungan pengujian diperoleh t_{hitung} 60.648 pada derajat kebebasan (df) 9 kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} 0.05 = 2.262 kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} ketentuan t_{hitung} lebih dari t_{tabel} ($60.64 \geq 2.262$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, selain itu dapat nilai rata-rata prettest lebih besar dari posttest ($94.40 \geq 55.20$). Jika dilihat dari nilai rata-rata maka penurunan perilaku agresif peserta didik setelah diberikan layanan lebih rendah dibandingkan sebelum diberikan layanan. Gambar grafik 4 menunjukkan rata-rata penurunan perilaku agresif sebelum dan sesudah diberikan layanan.



Gambar 4
Grafik rata-rata Penurunan
Prettest dan Posttest

a. Hasil Uji Statistik Pada Indikator Perilaku Agresif Fisik

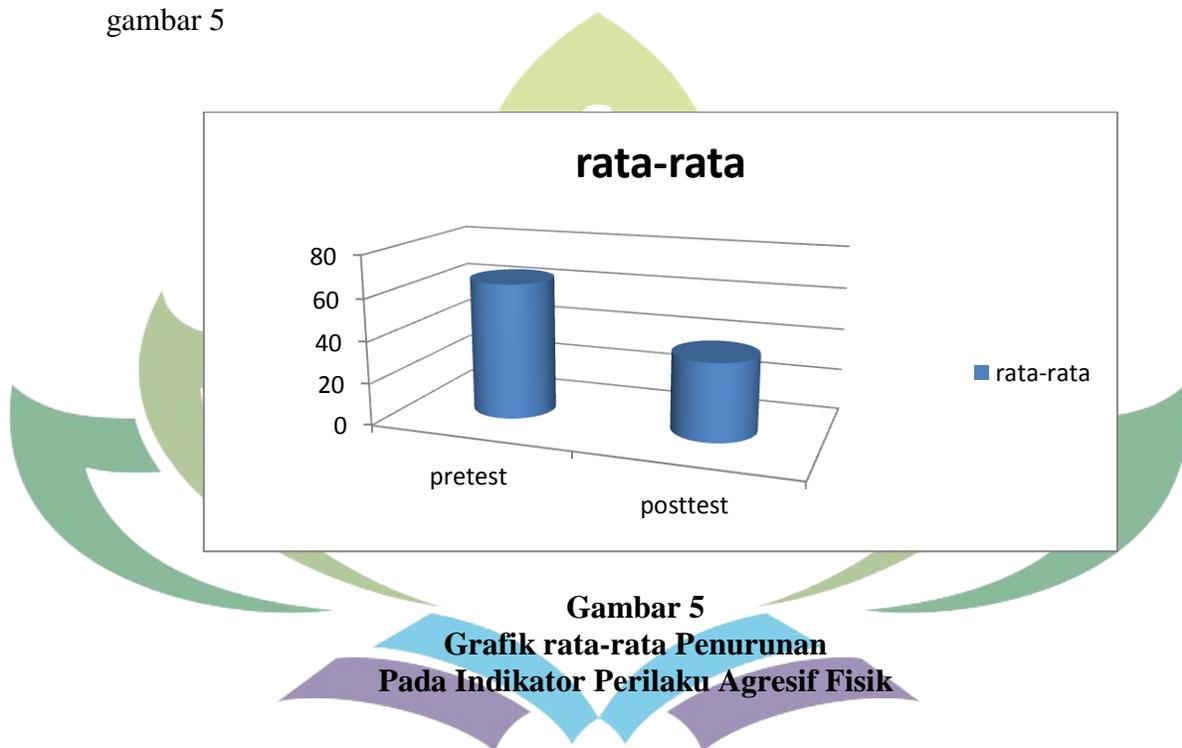
Hasil uji statistik efektivitas konseling kelompok dengan teknik realitas dalam mengurangi perilaku agresif pada indikator perilaku agresif fisik diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 13
Hasil Uji Paired Perilaku Agresif Peserta Didik
Pada Indikator Perilaku Agresif Fisik

| Hasil | Rata-rata | Sd | Perbedaan rata-rata | Statistik uji t | Sig | Sig.2 tailed | Keterangan |
|-----------------|-----------|-------|---------------------|-----------------|-------|--------------|------------|
| <i>Prettest</i> | 64.80 | 3.824 | 28.200 | 78.54 | 0.367 | 0.000 | Signifikan |
| <i>Posttest</i> | 37.00 | 4.142 | | | | | |

Berdasarkan tabel 13 terlihat pada indikator perilaku agresif fisik hasil uji t paired prettest dan posttest adalah signifikan karena memiliki nilai sig.2 tailed \leq

0.05($0.000 \leq 0.05$). hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan perilaku agresif indikator antara pretest dan posttest. Jika dilihat dari rata-rata maka penurunan indikator perilaku agresif fisik pada posttest lebih rendah dibandingkan pretest. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik realitas efektif dalam mengurangi perilaku agresif agar lebih jelas dapat dilihat pada gambar 5



Gambar 5
Grafik rata-rata Penurunan
Pada Indikator Perilaku Agresif Fisik

b. Hasil Uji Statistik Pada Indikator Perilaku Agresif Verbal

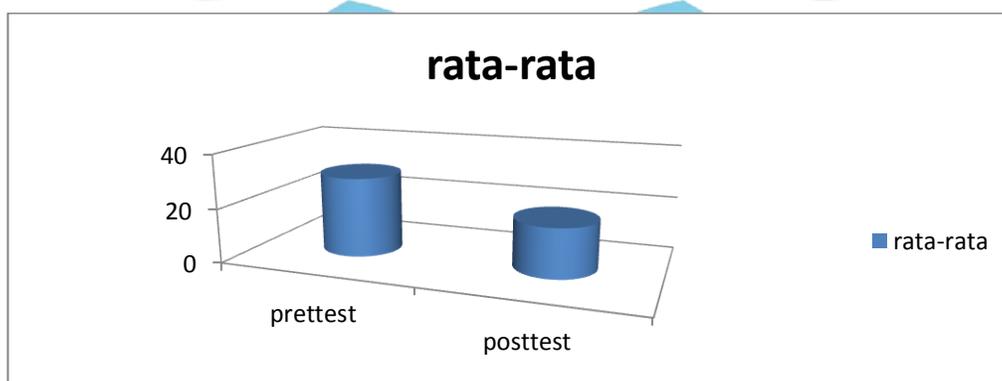
Hasil uji statistik efektivitas konseling kelompok dengan teknik realitas dalam mengurangi perilaku agresif pada indikator perilaku agresif verbal diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 14
Hasil Uji Paired Perilaku Agresif Peserta Didik

Pada Indikator Perilaku Agresif Verbal

| Hasil | Rata-rata | Sd | Perbedaan rata-rata | Statistik uji t | Sig | Sig.2 tailed | Keterangan |
|-----------------|-----------|-------|---------------------|-----------------|-------|--------------|------------|
| <i>Prettest</i> | 29.60 | 1.647 | 11.600 | 71.03 | 0.389 | 0.000 | Signifikan |
| <i>Posttest</i> | 18.20 | 1.826 | | | | | |

Berdasarkan tabel 14 terlihat pada indikator perilaku agresif *verbal* hasil uji t paired prettest dan posttest adalah signifikan memiliki nilai sig.2 tailed ≤ 0.05 ($0.000 \leq 0.05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan perilaku agresif indikator antara prettest dan posttest. Jika dilihat dari rata-rata maka penurunan indikator perilaku agresif fisik pada posttest lebih rendah dibandingkan prettest. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik realitas efektif untuk mengurangi perilaku agresif agar lebih jelas dapat dilihat pada gambar 6.



Gambar 6
Grafik rata-rata Penurunan
Pada Indikator Perilaku Agresif Verbal

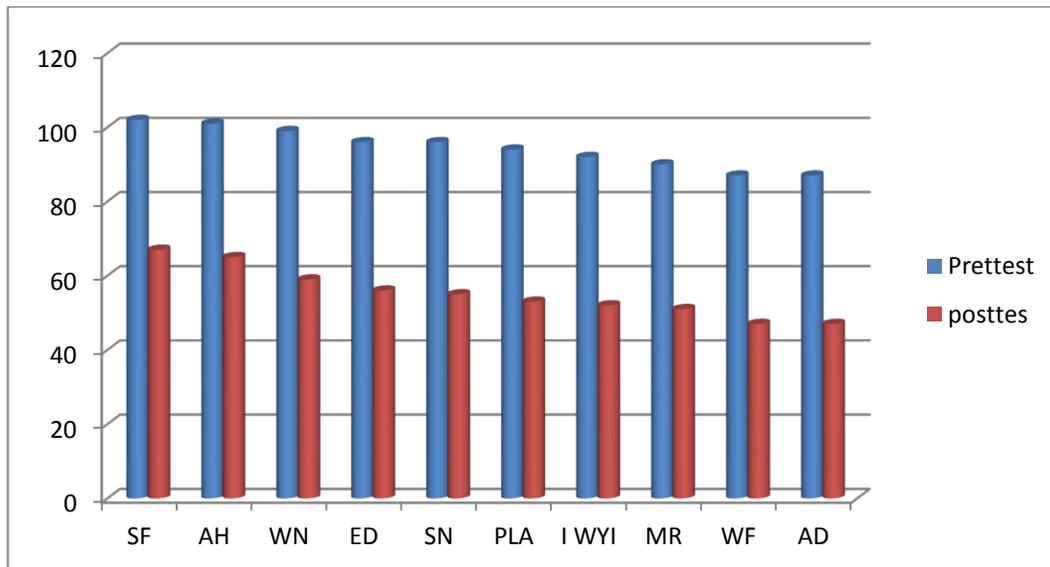
5. Perbandingan Nilai *Prettest*, *Posttest*, dan *Gain Score*

Setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas didapat hasil nilai *prettest*, *posttest*, dan *gain score* sebagai berikut:

Tabel 15
Deskripsi Data *Prettest*, *Posttest*, dan *Gain Score*

| No Responden | <i>Prettest</i> | <i>Posttest</i> | <i>Gain Score</i> |
|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| 1 | 102 | 67 | -34 |
| 2 | 101 | 65 | -36 |
| 3 | 99 | 59 | -40 |
| 4 | 96 | 56 | -40 |
| 5 | 96 | 55 | -41 |
| 6 | 94 | 53 | -59 |
| 7 | 92 | 52 | -40 |
| 8 | 90 | 51 | -39 |
| 9 | 87 | 47 | -40 |
| 10 | 87 | 47 | -40 |
| Jumlah | Σ 944 | Σ 552 | Σ -409 |
| Ratas-rata | 94.4 | 55.2 | -40.9 |

Berdasarkan hasil perhitungan *prettest* 10 sampel tersebut didapatkan hasil rata-rata perilaku agresif peserta didik tinggi dengan nilai $944 : 10 = 94.4$. Setelah dilakukan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas peserta didik cenderung menurun menjadi rendah dengan angka $552 : 10 = 55.2$. Maka, dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik realitas peserta didik mengalami penurunan. Untuk lebih jelas, penurunan perilaku agresif peserta didik dapat dilihat pada gambar 7 sebagai berikut:



Gambar 7
Hasil Penurunan Perilaku Agresif Per Indikator

B. Pembahasan

Pembahasan penelitian diawali dengan profil perilaku agresif dilanjutkan dengan menganalisis layanan konseling kelompok. Adapun pembahasan keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas dalam mengurangi perilaku agresif peserta didik adalah sebagai berikut:

1. Pembahasan Gambaran Umum Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas X Di SMA Budaya Bandar Lampung

Berdasarkan hasil *pretest* yang telah dilakukan menunjukkan bahwa perilaku agresif peserta didik rata-rata berada pada kategori tinggi dan sedang. Apabila dibiarkan akan mempengaruhi kegiatan belajar peserta didik di sekolah. Karena peserta didik yang memiliki perilaku agresif akan mengalami frustrasi atau perilaku yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Selanjutnya situasi frustrasi akan membuat orang marah dan akan memperbesar kemungkinan mereka melakukan perilaku agresif, hal ini selaras dengan pendapat Baron dan Byrne, salah satu ciri khusus orang yang mempunyai perilaku agresif adalah manusia yang tidak berbeda jauh dengan hewan, sebagaimana organisme lainnya mekanisme tingkah laku manusia dianggap sama dengan tingkah laku hewan.¹

Dalam hal ini perilaku agresif dipandang sangat mempengaruhi peserta didik terutama di masa perkembangan yang dilaluinya terutama usia remaja. Hal ini jelas bahwa untuk membentuk pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab serta mengoptimalkan potensi yang ada pada diri peserta didik yang duduk di bangku sekolah menengah pertama ini. Kondisi perilaku agresif dalam peserta didik kelas X di SMA Budaya bandar lampung berdasarkan presebtase urutan indikator perilaku agresif sebagai berikut; (1) perilaku agresif fisik; dan (2) perilaku agresif verbal.

Berdasarkan hasil tersebut maka peneliti menggunakan layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan

¹ Sarlito, w.s eko.A.M, *psikologi sosial*,(jakarta: salemba Humanika, 2009), h. 148

didalam suasana kelompok. Pada pelaksanaan konseling kelompok yang terjadi hubungan yang hangat, permisif, terbuka dan penuh keakraban. Selain itu juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah peserta didik, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, uapaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut. Didalam konseling kelompok terdapat dinamika interaksi sosial yang dapat berkembang dengan intensif dalam suasana kelompok. Melalui dinamika interaksi sosial yang terjadi antar anggota kelompok, masalah yang dialami oleh masing-masing individu akan diantisipasi. Dinamika interaksi sosial yang secara intensif terjadi dalam suasana kelompok dengan teknik realitas dapat menurunkan perilaku agresif dengan modifikasi perilaku sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku, modifikasi perilaku dapat sebagai usaha menerapkan prinsip-prinsip belajar hasil pada perilaku manusia².

Pada pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas. Teknik realitas adalah pendekatan yang lebih menekankan pada perubahan tingkahlaku yang lebih bertanggungjawab dengan merencanakan dan melakukan tindakan-tindakan tersebut. Oleh karena itu, pendekatan realitas dipilih sebagai salah satu pendekatan pemecahan masalah kekerasan dengan tujuan menghantarkan konseli untuk bertanggung jawab terhadap apa yang terjadi dan apa yang ingin dilakukan pada masa sekarang dengan tidak berfokus pada masa lalu. Berdasarkan analisis data yang menunjukkan adanya perbedaan perilaku

² Gantina Komalasari, *teori dan teknik konseling* ,(jakarta: indeks , 2011), h. 152

agresif peserta didik setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata perilaku agresif peserta didik setelah dilaksanakan layanna konseling kelompok dengan teknik realitas menjadi lebih baik dari kriteria tinggi menjadi rendah, dalam menurunkan perilaku agresif peneliti memerikan treatment sebanyak 8 kali pertemuan. Adapun penurunan perilaku agresif pesertsa didik dapat dilihat pada indikator berikut ini:

a. Perilaku agresif fisik

Berdasarkan hasil data penelitian bahwa pada indikator perilaku agresif fisik mengalami penurunan, terlihat pada presentase pada waktu prettest lebih kecil pada saat posttest. Penurunan perilaku agresif peserta didik pada indikator ini dapat dilihat perilaku peserta didik yang tidak lagi sering berkelahi, memukul dan mulai memiliki kemauan dan usaha untuk bertanya kepada teman ataupun gurunya jika merasa kurang paham dengan pelajaran serta yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan pendapat Baron dan Byrne, salah satu ciri khusus orang yang mempunyai perilaku agresif adalah manusia yang tidak berbeda jauh dengan hewan, sebagaimana organisme lainya mekanisme tingkah laku manusia dianggap sama dengan tingkah laku hewan.³

b. Perilaku Agresif Verbal

³ Sarlito, w.s eko.A.M, *psikologi sosial*,(jakarta: salemba Humanika, 2009), h. 148

Berdasarkan hasil data penelitian bahwa pada indikator perilaku agresif verbal mengalami penurunan, terlihat pada presentase pada waktu prettest lebih kecil posttest, penurunan perilaku agresif verbal peserta didik pada indikator ini dapat dilihat dari perilaku agresif peserta didik mulai berubah yang biasanya didalam kelas melakukan keributan dikelas dan memaki-maki, mengejek teman satu bangkunya dengan cara di sengaja kini sekarang mulai berubah pada saat kegiatan belajar di kelas. Hal ini sesuai dengan pendapat fuad nashori bahwa orang yang sering marah akibat dari serangan atau gangguan orang lain .⁴ Berdasarkan hasil kegiatan layanan bahwa perilaku agresif pada peserta didik menurun dari sebelumnya, hal ini membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik realitas efektif untuk mengurangi perilaku agresif. Layanan konseling kelompok banyak bermanfaat yaitu dapat menambah wawasan, mengakrabkan satu dengan yang lainnya, dan dapat melatih keberanian untuk berbicara. Tujuan dari penelitian ini membantu peserta didik dalam menurunkan perilaku agresif dalam layanan yang dilakukan dapat di jadikan sebagai tempat bertukar ide, pendapat, gagasan, serta pengalaman.

Tercapainya tujuan penelitian mulai terlihat dimana peserta didik sangat berantusias dalam proses pemberian layanan. Peserta didik antusias dalam mengungkapkan ide dan gagasannya, adanya interaksi yang baik antara pemimpin kelompok dan peserta didik sehingga peserta didik saling memberikan

⁴ Fuad Nashori, *Psikologi Sosial Islami*, (Jbandung Ptfrika Aditama2008), h. 103

pendapat dan saran ketika kegiatan berlangsung. Dan ketika kegiatan akan berakhir peserta didik saling bergantian untuk menyimpulkan pemahaman materi yang akan dibahas.

2. Keterbatasan penelitian

Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik realitas efektif dalam menurunkan perilaku agresif peserta didik kelas X di SMA Budaya Bandar Lampung, baik secara keseluruhan maupun tiap aspeknya. Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan dengan sebaik mungkin, namun peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangannya peneliti sebagai pemimpin kelompok dalam kegiatan konseling kelompok mengalami beberapa hambatan. Pada awal pertemuan, pemimpin kelompok mengalami kesulitan dalam membangun keaktifan kelompok. Karena sebelumnya mereka belum pernah mengikuti kegiatan konseling kelompok. Kemudian setelah pemimpin kelompok memberi penjelasan tentang tujuan konseling kelompok pada peserta didik paham dengan layanan ini. Selain itu juga pemimpin kelompok mengatasinya dengan cara menggunakan permainan. Melalui permainan tersebut mampu membuat mereka mulai merasa nyaman dan mulai terbuka.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ditunjukkan dengan analisis data dan pembahasan maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling di kelas X SMA Budaya Bandar Lampung sangat efektif. Perilaku agresif peserta didik dapat diturunkan. Meskipun pada awalnya peserta didik masih merasa bingung dalam mengikuti layanan konseling kelompok, namun setelah peneliti menjelaskan tujuan konseling kelompok dan dengan berjalanya penelitian ini peserta didik mulai berantusias dan semangat dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok. Setelah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan teknik realitas perilaku agresif menjadi rendah.

Berdasarkan hasil analisis data perhitungan rata-rata skor perilaku agresif sebelum mengikuti layanan konseling kelompok adalah tinggi dan setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik realitas menurun menjadi rendah. Dari hasil uji t menggunakan program SPSS versi 16 dapat diketahui bahwa dapat rata-rata posttest adalah 55.2 dan rata-rata prettest adalah 94.4. Berdasarkan hasil perhitungan pengujian diperoleh t_{hitung} 60.64 pada derajat kebebasan (df) 9 kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} $0.05 = 2.262$, ketentuan t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($60.64 \geq 2.262$). Ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, selain itu

dapat nilai rata-rata, maka penurunan perilaku agresif peserta didik setelah diberikan layanan lebih rendah dibandingkan sebelum diberikan layanan. Dengan demikian perilaku agresif peserta didik terdapat perubahan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik realitas dalam penurunan perilaku agresif peserta didik kelas X SMA Budaya Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan, peneliti memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu:

1. Peserta didik perlu menindak lanjuti dan tetap menurunkan perilaku agresif agar mencapai hendaknya mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik realitas dengan sungguh-sungguh agar dapat mengembangkan berbagai ketrampilan yang pada intinya meningkatkan kepercayaan diri, cinta diri, pemahaman diri atas segala kekurangan dan kemampuan, ketegasan dalam menerima kritik dan memberi kritik serta dapat mengendalikan perasaan dengan baik sehingga adanya gejolak yang ada dalam dirinya dapat diredam yang pada akhirnya dapat menurunkan perilaku agresifnya.
2. Guru pembimbing hendaknya persiapan untuk melaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik realitas sebagai upaya mengurangi perilaku agresif peserta didik, karena dengan pendekatan ini dapat membantu peserta didik yang memiliki tingkat agresifitas tinggi.

3. Kepada peneliti lain yang akan melaksanakan penelitian mengenai perilaku agresif hendaknya bekerja sama dengan pihak lain seperti orang tua maupun guru wali kelas/ mata pelajaran agar lebih mudah untuk menentukan langkah-langkah dalam membimbing peserta didik dalam menyelesaikan masalahnya.



DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an dan Terjemah, *Al-Hikmah*, (Jawa Barat: CV. Diponegoro, 2013)
- Arikunto, Suharsimi. 1985. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Anwar, H. *Metode dan desain penelitian*, Jurnal Medologi Penelitian (di akses pada tanggal.22/03/2016).
- Darajat, Zakiah. 1976. *Pembinaan Remaja*. Jakarta : Bulan Bintang
- Erhamwilda. 2009. *Konseling Islami*, Graha Ilmu. Yogyakarta
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan*, penterjemah : Istiwidayanti, edisi kelima, (Jakarta:Erlangga,1980).
- [Http://: www, cangcutnews. Net](http://www.cangcutnews.net). 02/03/2013., *pengertian metode penelitian menurut para ahli*, di akses pada tanggal 22/03/2016, pada jam 22.44.
- John W.Santrock. 2003. *Perkembangan Remaja*, penterjemah : Shinto B. Adelar, edisi keenam. Jakarta : Erlangga
- Kursin. 2005. *Keefektifan Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Panti Pamardi Putra Mandiri Semarang*. Semarang : UNNES
- Kadek Wilandatika Pigura, "*Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Menimilisir perilaku agresif siswa kelas XI bahasa SMA Negeri 2 Singaraja*".(Skripsi Bimbingan Konseling Universitas pendidikan Ganesha Singaraja, Singaraja.
- Indriyati Laili, 2007.*Keefektifan Pendekatan Konseling Behavioristik dengan Teknik Bermain Peran untuk Mengurangi Perilaku Agresif pada Siswa Kelas XI SMA Purusatama Semarang Tahun 2006/2007*.(Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Komalasari, Gantina. 2014. *Teori Dan Teknik Konseling*, PT Indeks. Jakarta

Muslimah, Azizah, D. 2013. *Mengurangi Perilaku Agresif Melalui Layanan Klasikal Menggunakan Teknik Sociodrama*. Tegal, (Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan UNS).

Nashori, Fuad. 2008. *Psikologi Sosial Islami*. Bandung : PT Refika Aditama, ,

Nurihsan, Achmad Juntika. 2007. *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar belakang*. Bandung

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

Palmer, S. 2011. *Konseling dan Psikoterapi*, Pustaka Pelajar: Yogyakarta

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta

Shelley e. Taylor. Dkk. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Kencana

Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Rineka Cipta: Jakarta

Sarwono, Sarlito W. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Salemba Humanika

Sarlito, W.S Eko.A.M. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika

Tohirin.2007 *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Raja Grafindo Persada: Jakarta

_____.2009. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Rajawali Pers: Jakarta

Thompson, et. al., *Counseling Children*, Brooks/Cole, The USA, 2004, h. 111, tersedia secara lengkap dalam: www.google.books.com., (diakses pada 3 September 2014)

Thrisia Febrianti, “*pengaruh layanan konseling kelompok terhadap perilaku agresif siswa kelas VII di SMPN 3 kota bengkulu*”. (Bengkulu : universitas bengkulu, 2014)

Widoyoko, Eko Putro. 2014. *Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Winkel dan Sri hastuti.2004. *Bimbingan dan Konseling di institute pendidikan*. Media abadi: Yogyakarta

Mushaf Marwah, Al- Qur'an Departemen Agama Republik Indonesia, *Al- Qur;An Terjemah Dan Tafsir Untuk Wanita*, (Bandung : PT. Hilal., 2009)

