

Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam

Vol. 04, No. 01, 2014

Hlm. 43 – 60

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DALAM MENGATASI PERILAKU AGRESIF SISWA MTsN MOJOSARI MOJOKERTO

Charis Rizqi Pradana dan Yusria Ningsih

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya

Abstract: *This research examines the effect of group counseling services to cure the aggressive behavior of students in class VIII-H in MTsN Mojosari-Mojokerto. It's used quantitative research method with experimental research method, which to find the effect of a particular treatment over another in uncontrolled conditions. The researcher used a form of experiment one group pretest-posttest design, in this form there is a pretest before treated, the results of treatment can be known more accurately as it can be compared with the situation before being treated. And the results of this study states that the positive effect of group counseling services to lower the level of aggressiveness of class VIII-H MTsN Mojosari Mojokerto.*

Keywords: *Group Counseling, Aggressive Behavior.*

Abstraksi: *Penelitian ini mengkaji pengaruh layanan konseling kelompok dalam mengatasi perilaku agresif siswa di kelas VIII-H di MTSN Mojosari-Mojokerto. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif eksperimental yaitu metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Penulis menggunakan bentuk eksperimen one group pretest-posttest design, dalam bentuk ini terdapat pretest sebelum diberi perlakuan, dari hasil perlakuan bisa diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Dan hasil penelitian ini menyebutkan bahwa layanan konseling kelompok berpengaruh positif dalam menurunkan tingkat agresifitas siswa kelas VIII-H MTsN Mojosari.*

Kata Kunci: *Konseling Kelompok, Perilaku Agresif.*

Pendahuluan

Peserta didik usia remaja di sekolah sebagai individu sedang berkembang mencapai taraf perkembangan pribadi secara optimal dalam berbagai aspek kehidupan. Terlebih sekarang didukung oleh semakin maju dan berkembangnya informasi dan teknologi dalam dua dasawarsa terakhir, telah berpengaruh terhadap peradaban manusia melebihi jangkauan pemikiran sebelumnya. Pengaruh ini terlihat pada pergeseran tatanan sosial, ekonomi, dan politik yang memerlukan keseimbangan baru antara nilai-nilai, pemikiran, serta cara-cara kehidupan yang berlaku dalam konteks global dan lokal.

Sekolah merupakan sarana yang efektif untuk mempersiapkan persaingan yang semakin ketat dan cepat ini. Selama mereka menempuh pendidikan formal di sekolah terjadi interaksi antara remaja dengan sesamanya, termasuk interaksi antara remaja dengan pendidikan. Interaksi yang mereka lakukan di sekolah sering menimbulkan efek samping yang negatif bagi perkembangan mental anak remaja.

Sekolah merupakan pendidikan yang kedua setelah lingkungan keluarga bagi anak remaja. Terdapat pengaruh negatif dan positif yang timbul di sekolah, anak-anak yang memasuki sekolah tidak semua berwatak baik, dalam sisi lain anak-anak yang masuk sekolah ada yang berasal dari keluarga yang kurang memperhatikan kepentingan anak dalam belajar yang kerap kali berpengaruh pada teman lain. Sesuai dengan keadaan seperti ini sekolah-sekolah sebagai tempat pendidikan anak-anak dapat menjadi sumber konflik psikologis yang menjadikan anak frustrasi dan berperilaku agresif.¹

Jika perilaku agresif yang terjadi di lingkungan sekolah tidak segera ditangani dapat menimbulkan gangguan proses belajar mengajar dan akan menyebabkan siswa cenderung beradaptasi terhadap kebiasaan buruk tersebut. Pelaksanaan pelayanan Bimbingan dan Konseling dalam jalur pendidikan formal terdapat pelayanan yang dapat dilaksanakan oleh guru Bimbingan dan Konseling untuk membantu mengembangkan setiap potensi siswa dan memberikan pencegahan dan pengentasan terhadap perilaku bermasalah yang dilakukan siswa seperti halnya perilaku agresif.

Dalam hal ini peran guru bimbingan dan konseling mempunyai posisi strategis untuk melaksanakan kegiatan tersebut, mengingat seorang guru bimbingan konseling dapat masuk lebih dalam salah satunya dengan kegiatan layanan konseling individu maupun kelompok. Maka dari itu, dengan adanya posisi strategis ini diharapkan perilaku agresif di MTsN Mojosari dapat berkurang melalui kegiatan layanan konseling kelompok. Bimbingan kelompok

¹ Sudarsono, *Kenakalan Remaja*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hal. 130.

adalah salah satu teknik dalam bimbingan dan konseling untuk memberikan bantuan kepada peserta didik/siswa yang dilakukan oleh seorang pembimbing/konselor melalui kegiatan kelompok yang dapat berguna untuk mencegah berkembangnya masalah-masalah yang dihadapi anak.²

Tujuan layanan bimbingan konseling kelompok adalah untuk melatih siswa dalam mengembangkan kemampuan bersosialisasi, dan mewujudkan tingkah laku yang lebih efektif serta meningkatkan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal.³ Metode konseling kelompok diharapkan dapat mengurangi perilaku agresif siswa karena pemberian konseling kelompok ditujukan untuk membantu peserta didik yang mengalami kesulitan, mengalami hambatan dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya. Sehingga dengan konseling kelompok ini individu mampu mengetahui akan potensi diri, penemuan alternatif pemecahan masalah dan pengambilan keputusan secara lebih tepat dan dapat mengurangi perilaku-perilaku bermasalah termasuk perilaku agresifnya.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih lokasi penelitian di MTs Negeri Mojosari-Mojokerto karena peneliti menemukan dan melihat munculnya perilaku agresif siswa di sekolah tersebut serta penggunaan konseling kelompok dalam menanganinya membuat penulis lebih tertarik untuk melakukan penelitian di sekolah ini.

Berdasarkan wawancara penulis dengan guru bimbingan dan konseling yang ada di MTsN Mojosari menyebutkan bahwa. Perilaku agresif yang di sebutkan oleh guru bimbingan dan konseling di MTsN Mojosari adalah bentuk tindakan perilaku bersifat verbal seperti menghina, memaki, marah, dan mengumpat serta terus bertanya kepada guru ketika guru tersebut belum selesai menjelaskan materi yang dibawakan sehingga guru merasa kurang nyaman ketika memberikan pelajaran. Sedangkan untuk perilaku agresif non verbal atau bersifat fisik langsung adalah perilaku memukul, mendorong, berkelahi, menendang, dan menampar. Perilaku menyerang, memukul, dan mencubit yang dilakukan oleh siswa atau individu bisa dikategorikan sebagai perilaku agresif.

Selain itu di sekolah ini juga adalah satu-satunya sekolah yang menerapkan *system rolling* kelas setiap tiga bulan sekali terutama untuk menjangkau siswa-siswa yang berperilaku agresif dan siswa yang berprestasi untuk memaksimalkan kegiatan belajar mengajar serta untuk meminimalisir adanya perilaku agresif dari siswa. Oleh karena itu konselor di MTsN Mojosari

² Nidya Damayanti, *Buku Pintar Panduan Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta, Araska: 2012), hal. 40-41.

³ Nidya Damayanti, *Buku Pintar Panduan Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta, Araska: 2012), hal. 41-42.

memilih layanan konseling kelompok dalam mengatasi perilaku agresif siswa karena dianggap efektif dalam menangani kasus siswa yang berperilaku agresif. di MTsN mojosari ada dua kelas khusus yang diperutukkan untuk siswa yang istimewa diantaranya kelas A dan kelas H. Kelas A untuk siswa-siswa yang dapat dikategorikan siswa yang cerdas sedangkan kelas H diutamakan untuk siswa-siswa yang mengalami perilaku agresif.

Dari masalah-masalah yang telah ditimbulkan oleh siswa di kelas VIII-H tersebut, konselor di MTsN Mojokerto memilih layanan konseling Kelompok dalam mengatasi perilaku agresif siswa di kelas VIII-H karena dianggap efektif dalam menangani kasus siswa di kelas VIII-H tersebut.

Metode Penelitian

Sedangkan dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungan-hubungannya. Tujuan penelitian kuantitatif adalah mengembangkan dan menggunakan model-model matematis, teori-teori dan/atau hipotesis yang berkaitan dengan fenomena alam. Proses pengukuran adalah bagian yang sentral dalam penelitian kuantitatif karena hal ini memberikan hubungan yang fundamental antara pengamatan empiris dan ekspresi matematis dari hubungan-hubungan kuantitatif.

Metode penelitian yang digunakan disini adalah eksperimen yaitu metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.⁴ Penulis menggunakan bentuk eksperimen *one group pretest-posttest design*, dalam bentuk ini terdapat pretest sebelum diberi perlakuan, dari hasil perlakuan bisa diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.

Pelaksanaan penelitiannya yaitu kepada kelompok yang diteliti sebelum diberikan suatu materi, terlebih dahulu diketahui kondisi awal atau diberikan *pretest*. Kemudian pada akhir penelitian harus diukur keterpengaruhan materi yang diberikan tersebut dengan memberikan *posttest*.⁵ Untuk mengukur populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok.⁶

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh

⁴ *Op.Cit.*, Sugiyono, hal. 72.

⁵ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial & Ekonomi*, (Jakarta: Kencana. 2013), hal. 155.

⁶ Masri Singarimbun, *Metode Penelitian Survei*, (Jakarta: LP3ES, 1991), hal. 3.

peneliti untuk dipelajari yang kemudian ditarik kesimpulannya.⁷ Yang menjadi populasi sekaligus sampel dari penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VIII-H MTsN Mojosari karena seluruh siswa yang mengalami perilaku agresif di MTsN Mojosari dijadikan satu di kelas VIII-H.

Sampel adalah sebagian dari subyek penelitian, dipilih dan dianggap mewakili keseluruhan sampel.⁸ Adapun dalam metode pengambilan sampel, peneliti berpedoman pada pernyataan Suharsimi Arikunto yang berbunyi: "Apabila subyek penelitian kurang dari 100 orang, lebih baik diambil semuanya, sehingga penelitiannya adalah populasi. Akan tetapi bila subyeknya lebih dari 100 orang, maka diperbolehkan mengambil sampel 10% - 15% atau lebih 20% - 25% atau lebih.⁹ Jadi, saya dalam penelitian ini karena jumlah subyeknya sebanyak 32 siswa maka peneliti mengambil semua subjek (teknik jenuh)

Pada penelitian ini dapat diidentifikasi 2 variabel penelitian yaitu 1 variabel bebas dan 2 variabel terikat. Variabel bebas yakni Layanan konseling kelompok dan pada variabel terikat yakni agresifitas.

Layanan bimbingan dan konseling kelompok yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah layanan konseling yang menggunakan dinamika kelompok sebagai cara penyelesaian masalah baik individu maupun kelompok tersebut sehingga dapat terjalin hubungan yang baik antar anggota kelompok. Baik dengan cara diskusi kelompok, konseling dengan kata-kata hikmah dan penggunaan dinamika kelompok dalam kegiatan pembelajaran.

Agresi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah agresi yang ditimbulkan secara emosional, yaitu perilaku yang timbul dari reaksi emosional yang secara implusif bertujuan untuk merusak, menyerang, dan menyakiti orang lain dalam bentuk fisik maupun mental. Agresi secara fisik meliputi kekerasan yang dilakukan secara fisik, seperti memukul, mendorong, menendang, berkelahi dan lain sebagainya. Selain itu agresi secara verbal adalah penggunaan kata-kata kasar tidak sopan, mengejek, memfitnah dan marah.

Penyajian dan Analisis Data

Teknik pengumpulan data adalah proses yang paling utama karena Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.¹⁰

⁷Mahi M. Hikmat, *Metode Penelitian dalam Perspektif Ilmu Komunikasi dan Sastra*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2011), hal. 60.

⁸ Sumanto, *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan* (Jogja: Offset, 1995), hal. 39.

⁹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta 2010), hal. 120.

¹⁰ *Op.Cit.*, Sugiyono, hal. 224.

Beberapa metode pengumpulan data yang akan digunakan oleh peneliti antara lain :

1. Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.¹¹

Peneliti menggunakan angket secara langsung dengan tipe tertutup. Untuk memperoleh data tentang Pengaruh layanan konseling kelompok untuk mengatasi agresifitas siswa kelas VIII-H

2. Observasi

Observasi adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan pengamatannya melalui hasil kerja panca indera mata dengan panca indera lainnya.¹² Observasi dilakukan dengan mengamati tingkat agresifitas siswa kelas VIII-H

3. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.¹³ Tujuannya adalah untuk mendapatkan data yang lengkap tentang siswa, yang di perlukan untuk memberikan bantuan kepada siswa.

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini menguji hipotesis diajukan pengujiannya menggunakan statistic. Setelah semua data dikumpulkan, kemudian data dianalisis dengan menggunakan analisis butir yakni diuji reliabilitas dan validitasnya terlebih dahulu, selanjutnya dianalisis dengan analisis statistik yakni uji-t sampel saling bebas.

Uji validitas dilakukan terhadap seluruh butir pertanyaan dalam instrument, yaitu dengan cara mengkorelasikan skor tiap butir denan skor totalnya pada masing-masing konstruk. Data yang digunakan merupakan hasil skor dari angket yang disebarkan dalam bentuk kualitatif dan kemudian diubah dalam bentuk kuantitatif dengan menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang

¹¹ *Ibid*, hal. 142.

¹² *Op.Cit.*, Burhan Bungin. Hal. 133.

¹³ Lexi J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*. (Bandung : Remaja Rosdakarya. 2008), hal. 186.

tentang fenomena sosial. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang berupa pernyataan.¹⁴

Bimbingan Konseling Kelompok

Konseling kelompok menurut Marle M. Olse yang dikutip oleh Dewa Ketut Sukardi menyebutkan konseling kelompok adalah suatu hubungan antara konselor dengan satu atau lebih klien yang penuh perasaan penerimaan, kepercayaan dan rasa aman.¹⁵

Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan mengambil keputusan.¹⁶

Menurut Gazda bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu siswa menyusun rencana dan keputusan yang tepat.¹⁷ Layanan bimbingan kelompok mempunyai 3 fungsi, yaitu: informatif, pengembangan, preventif dan kreatif¹⁸

Pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dapat dilaksanakan melalui kegiatan home room yang berfungsi untuk penyampaian informasi dan pengembangan, psikodrama yang berfungsi untuk keperluan terapi untuk masalah-masalah psikologis, sosiodrama yang berfungsi untuk keperluan terapi bagi masalah-masalah konflik sosial.

Menurut Prayitno, Pelayanan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan pelayanan bimbingan. Agar dinamika kelompok yang berlangsung dalam kelompok tersebut dapat secara efektif bermanfaat bagi pembinaan para anggota kelompok, maka jumlah anggota sebuah kelompok tidak boleh terlalu besar, sekitar 10 orang, atau paling banyak 15 orang.¹⁹

Manfaat dan pentingnya bimbingan kelompok pada siswa²⁰, antara lain:

¹⁴ Sugiono, *Statistik Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 134-135.

¹⁵ Sudirman, *Bimbingan dan Konseling Kelompok* (Jogjakarta: Studing, 1987), hal. 62.

¹⁶ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hal. 64.

¹⁷ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Depdikbud: Rineka Cipta), hal. 39.

¹⁸ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan ...*, hal. 65.

¹⁹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan ...*, hal. 11.

²⁰ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Gahlia Indonesia, 2002), hal. 13.

1. Siswa mendapat kesempatan luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya baik yang positif maupun negatif. Kesempatan melalui dinamika kelompok ini dapat menjadi sarana untuk meluruskan pendapatnya.
2. Memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan itu.
3. Memunculkan kesan positif terhadap diri dan lingkungan terkait hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok. "Sikap positif" di sini dimaksudkan untuk menolak hal-hal yang salah/ buruk/ negatif dan menyokong hal-hal yang benar/ baik.
4. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan "penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik" itu. Lebih jauh lagi, program-program kegiatan itu diharapkan dapat mendorong siswa untuk melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana mereka programkan semula.

Materi layanan bimbingan kelompok.

1. Pengenalan sikap dan kebiasaan, bakat dan minat dan cita-cita serta penyalurannya.
2. Pengenalan kelemahan diri dan penanggulangannya, kekuatan diri dan pengembangannya.
3. Pengembangan kemampuan berkomunikasi, menerima/ menyampaikan pendapat, bertingkah laku dan hubungan sosial, baik di rumah, sekolah maupun di masyarakat, teman sebaya di sekolah dan luar sekolah dan kondisi / peraturan sekolah.
4. Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang baik di sekolah dan rumah sesuai dengan kemampuan pribadi siswa.
5. Pengembangan teknik-teknik penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian sesuai dengan kondisi fisik, sosial, dan budaya.
6. Orientasi dan informasi karier, dunia kerja, dan upaya memperoleh penghasilan.
7. Orientasi dan informasi sekolah lanjutan, perguruan tinggi sesuai dengan karier yang hendak dikembangkan.
8. Pengambilan keputusan dan perencanaan masa depan.

Sedangkan teknik-teknik yang bisa berguna dalam pengembangan sikap anggota kelompok yang semula tumbuh secara lamban antara lain:

1. Teknik Pertanyaan Dan Jawaban

Salah satu teknik tersebut ialah: para anggota menulis jawaban atas suatu pertanyaan pada selembar kertas yang disediakan oleh pemimpin kelompok. Misalnya, pertanyaan: "siapakah saya?", "bagaimana suasana

hari ini?”, “Apakah yang perlu kita lakukan sekarang?”, cara ini dapat merupakan awal dari usaha anggota untuk mengungkapkan diri sendiri. Jika diperlukan jawaban ini tanpa disertai nama si penjawab. Jawaban-jawaban ini selanjutnya dapat dipergunakan untuk mengukur keseluruhan suasana dan tanggapan kelompok atas sesuatu permasalahan yang dilontarkan.

2. Teknik Perasaan Dan Tanggapan

Teknik ini ialah mempersilahkan atau meminta masing-masing anggota kelompok mengemukakan perasaan dan tanggapannya atas sesuatu masalah atau suasana yang mereka rasakan pada saat pertemuan itu berlangsung. Teknik ini merangsang para anggotanya untuk mengenali dan perasaannya sendiri yang mungkin justru perlu menjadi pokok bahasan utama dalam kelompok itu. Hal seperti ini akan sangat menonjol terutama dalam “kelompok bebas”

3. Teknik Permainan Kelompok

Berbagai permainan kelompok, seperti “rangkai nama”, “kebun binatang”, “tiga dot” dapat dipergunakan. Dan beberapa hal yang perlu diperhatikan adalah; a) dilakukan oleh seluruh anggota kelompok (termasuk pemimpin kelompok); b) bersifat gembira atau lucu; c) tidak memakan tenaga atau melelahkan; d) sederhana; dan e) waktunya singkat.

Contoh permainan tersebut antara lain; permainan “Rangkaian Nama”, permainan “kalimat – kalimat”, permainan “darat laut udara”, permainan “presiden – presidenan”, permainan “anak kembar: si ana dan si ani”, permainan “Bunyi Binatang”, permainan “meniru gerak dan tingkah laku”, permainan “bisik berantai”, permainan “siapa aku”, permainan “kebun binatang”, permainan “perahu bocor”.

Perilaku Agresif

Jika dipandang dari definisi emosional, pengertian agresi adalah hasil dari proses kemarahan yang memuncak. Sedangkan dari definisi motivasional perbuatan agresif adalah perbuatan yang bertujuan untuk menyakiti orang lain.²¹ Agresif menurut Baron adalah tingkah laku yang dijalankan oleh individu dengan tujuan melukai atau mencelakakan individu lain.²² Myers mengatakan tingkah laku agresif adalah tingkah laku fisik atau verbal untuk melukai orang lain.²³ Agresi merupakan pelampiasan dari perasaan frustrasi. Menurut Berkowitz, agresi manusia yaitu siksaan yang diarahkan secara sengaja dan

²¹ Willis Sofyan, *Remaja & Masalahnya*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 121.

²² E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 5.

²³ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hal. 297.

berbagai bentuk kekerasan terhadap orang lain.²⁴ Menurut Aronson agresi adalah tingkah laku yang dijalankan oleh individu dengan maksud melukai atau mencelakakan individu lain dengan atau tanpa tujuan tertentu.²⁵ Murray dan Fine mendefinisikan agresi sebagai tingkah laku kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain atau terhadap objek-objek.²⁶

Berbagai perumusan perilaku agresif yang telah dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif merupakan tingkah laku pelampiasan dari perasaan frustrasi untuk mengatasi perlawanan dengan kuat atau menghukum orang lain, yang ditujukan untuk melukai pihak lain secara fisik maupun psikologis pada orang lain yang dapat dilakukan secara fisik maupun verbal.

Perilaku Agresif menurut Teori Bawaan

Perilaku agresif pada diri individu menurut teori bakat atau bawaan terdiri atas teori Naluri yang sejalan dengan Psikoanalisis dan teori Biologi.

Freud dalam teori psikoanalisis klasiknya mengemukakan bahwa perilaku agresif adalah satu dari dua naluri dasar manusia. Naluri perilaku agresif atau *tanatos* ini merupakan pasangan dari naluri seksual atau *eros*. Jika naluri seks berfungsi untuk melanjutkan keturunan, naluri perilaku agresif berfungsi mempertahankan jenis. Kedua naluri tersebut berada dalam alam ketidaksadaran, khususnya pada bagian dari kepribadian yang disebut *Id* yang pada prinsipnya selalu ingin agar kemampuannya dituruti prinsip kesenangan atau *pleasure pinciple*). Akan tetapi, sudah barang tentu tidak semua keinginan *Id* dapat dipenuhi. Kendalinya terletak pada bagian lain dari kepribadian yang dinamakan *super-ego* yang mewakili norma-norma yang ada dalam masyarakat dan *ego* yang berhadapan dengan kenyataan. Karena dinamika kepribadian seperti itulah, sebagian besar naluri perilaku agresif manusia diredam (*repressed*) dalam alam ketidaksadaran dan tidak muncul sebagai perilaku yang nyata.

Teori biologi mencoba menjelaskan perilaku agresif, baik dari proses faal maupun teori genetika (ilmu keturunan). Yang mengajukan proses faal antara lain adalah Moyer, yang berpendapat bahwa perilaku agresif ditentukan oleh proses tertentu yang terjadi di otak dan susunan syaraf pusat. Demikian pula hormon laki-laki (testosteron) dipercaya sebagai pembawa sifat agresif. Kenakalan remaja lebih banyak terdapat pada remaja pria, karena jumlah *testosteron* menurun sejak usia 25 tahun. Di antara remaja dan dewasa yang

²⁴ Donny dan Robert A. Baron, *Psikologi sosial*, (Jakarta: Erlangga Jilid II, 2002), hal. 137.

²⁵ E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 5.

²⁶ E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 6.

nakal, terlibat kejahatan, peminum, dan penyalahguna obat ditemukan produksi testosteron yang lebih besar dari pada remaja dan dewasa biasa. Laki-laki lebih toleran terhadap pelecehan seksual dari pada wanita karena pada laki-laki terdapat lebih banyak hormon *testosteron*.

Perilaku Agresif menurut Teori Lingkungan

Inti dari teori ini adalah bahwa perilaku agresif merupakan reaksi terhadap peristiwa atau stimulasi yang terjadi di lingkungan.

a. Teori Frustrasi- Perilaku Agresif Klasik

Teori yang dikemukakan oleh Dollard dkk. dan Miller ini intinya berpendapat bahwa perilaku agresif dipicu oleh frustrasi. Frustrasi itu sendiri artinya adalah hambatan terhadap pencapaian suatu tujuan. Dengan demikian, perilaku agresif merupakan pelampiasan dan perasaan frustrasi.

b. Teori Frustrasi – Perilaku Agresif Baru

Dalam perkembangannya kemudian terjadi beberapa modifikasi terhadap teori Frustrasi – Perilaku Agresif yang klasik. Salah satu modifikasi yang membedakan antara frustrasi dengan iritasi. Jika suatu hambatan terhadap pencapaian tujuan dapat dimengerti alasannya, yang terjadi adalah iritasi (gelisah, sebal), bukan frustrasi (kecewa, putus asa).

Selanjutnya, bahwa frustrasi menimbulkan kemarahan dan emosi marah inilah yang memicu perilaku agresif. Marah itu sendiri baru timbul jika sumber frustrasi dinilai mempunyai alternatif perilaku lain daripada perilaku yang menimbulkan frustrasi itu.

Perilaku agresif beremosi benci itu pun tidak terjadi begitu saja. Kemarahan memerlukan pancingan (cue) tertentu untuk dapat menjadi perilaku agresif yang nyata.

Hal lain yang perlu diketahui tentang hubungan antara frustrasi dan perilaku agresif ini adalah bahwa tidak selalu perilaku agresif berhenti atau tercegah dengan sendirinya jika hambatan terhadap tujuan sudah teratasi.

c. Teori Belajar Sosial

Teori lain tentang perilaku agresif dalam lingkungan adalah teori belajar sosial. Berbeda dari teori bawaan dan teori frustrasi perilaku agresif yang menekankan faktor-faktor dorongan dari dalam, teori belajar sosial lebih memperhatikan faktor tarikan dari luar. Ganjaran yang diperoleh dari perilaku agresif akan berpengaruh pada peningkatan perilaku agresif tersebut. Wanita-wanita yang agresif telah mengalami sendiri perlakuan agresif terhadap dirinya baik yang diperolehnya dari orang tuannya, teman prianya, maupun pacarnya.

d. Teori Kognisi

Teori kognisi yang berintikan pada proses yang terjadi pada kesadaran dalam membuat penggolongan (kategorisasi), pemberian sifat-sifat (atribusi), penilaian, dan pembuat keputusan.²⁷

Dalam hubungan dua orang, kesalahan atau penyimpangan dalam pemberian atribusi juga dapat menyebabkan perilaku agresif. Misalnya, ada seseorang pelajar melihat ada pelajar lain yang melihat kearah dirinya. Pelajar yang pertama menyangka pelajar kedua melotot pada dirinya. Pelajar yang pertama memberi atribusi yang salah kepada pelajar kedua, yaitu bahwa pelajar kedua, memusuhinya, marah kepadanya atau menantangnya berkelahi. Reaksi pelajar pertama menjadi agresif terhadap pelajar kedua.

Agresi adalah suatu keadaan yang tidak muncul secara kebetulan melainkan karena terdapat kondisi-kondisi atau faktor-faktor yang menjadi penyebab agresi itu, faktor-faktor tersebut antara lain:

1. Frustrasi

Yang dimaksud frustrasi itu sendiri adalah situasi dimana individu terhambat atau gagal dalam usaha mencapai tujuan tertentu yang diinginkannya, atau mengalami hambatan untuk bertindak dalam rangka mencapai tujuan.²⁸

Frustrasi merupakan kekecewaan yang disebabkan gagalnya pencapaian suatu tujuan. Atau juga suatu keadaan ketegangan yang tak menyenangkan, dipenuhi perasaan dan aktivitas yang semakin meninggi yang disebabkan oleh rintangan dan hambatan. Dapat disimpulkan bahwa frustrasi adalah keadaan dimana satu kebutuhan tidak bisa dipenuhi, tujuan tidak tercapai. Frustrasi ini juga bisa menimbulkan dua kelompok diantaranya bisa menimbulkan situasi yang menguntungkan (positif) dan sebaliknya juga mengakibatkan timbulnya situasi yang merusak (negatif).²⁹

Keterkaitan antara frustrasi dengan perilaku agresif adalah frustrasi bisa mengarahkan individu kepada tindakan agresif karena frustrasi itu bagi individu merupakan situasi yang tidak menyenangkan dan dia ingin mengatasi atau menghindarinya dengan berbagai cara, termasuk cara agresif. Individu akan memilih tindakan agresif sebagai reaksi atau cara untuk mengatasi frustrasi yang dialaminya apabila terdapat stimulus-stimulus yang menunjingnya ke arah tindakan agresif itu. Kecenderungan

²⁷Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hal. 297.

²⁸E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 82.

²⁹Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Prespektif Islam & Psikologi Kontemporer*, (UIN Malang Press, 2009), 175-176.

individu untuk memilih agresi untuk mengatasi frustrasi itu dipengaruhi oleh pengalaman atau oleh belajar.³⁰

2. Stress

Stress bukan sebagai respon, melainkan sebagai stimulus, seperti ketakutan atau kesakitan yang mengganggu atau menghambat mekanisme-mekanisme fisiologis yang normal dari organisme. Menurut Engle stress menunjukkan kepada segenap proses, baik yang bersumber pada kondisi-kondisi internal maupun lingkungan eksternal yang menuntut penyesuaian atas organisme.

Dalam hal ini psychologis (psychology stress), sebagai stimulus yang menimbulkan gangguan terhadap keseimbangan intrapsikis. Adapun stress itu bisa muncul berupa stimulus eksternal (sosiologis atau situasional) dan bisa berupa stimulus internal (intrapsikis), yang diterima atau dialami individu sebagai hal yang tidak menyenangkan atau menyakitkan serta menuntut penyesuaian atau menghasilkan efek, baik somatik maupun behavioral.

3. Deindividuasi

Deindividuasi memperbesar keleluasaan melakukan agresi, atau memperbesar kemungkinan terjadinya agresi, karena deindividuasi menyingkirkan atau mengurangi peranan beberapa aspek yang terdapat pada individu, yakni identitas diri atau personalitas individu pelaku maupun identitas diri korban agresi, dan keterlibatan emosional individu pelaku agresi terhadap korbannya. Bagi setiap individu yang secara psikologi sehat atau *well-adjusted*. Identitas dirinya maupun identitas individu-individu lain merupakan hambatan personal yang bisa mencegah pengungkapan perilaku agresif atau setidaknya bisa membatasi identitas agresi yang dilakukannya. Karena itulah, dengan hilangnya (untuk sementara) identitas diri dari pelaku dan dari target atau calon korban. Kemungkinan munculnya perilaku agresif menjadi lebih besar dan, jika perilaku agresif terdeteksi, individu pelaku bisa melakukan agresinya dengan leluasa dan intens.³¹

Orang yang berada dalam kerumunan sering merasa bebas memuaskan naluri yang "liar dan destruktif". Hal ini terjadi karena adanya perasaan tak terkalahkan dan anonimitas.³²

4. Kekuasaan & Kepatuhan

Sebagaimana dikatakan oleh Lord Action, kekuasaan itu cenderung disalah artikan. Dan penyalahgunaan kekuasaan yang mengubah kekuasaan

³⁰ E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 86.

³¹ E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 98.

³² Siti Mahmudah, *Psikologi Sosial*, (Malang: UIN Maliki Press, 2010), hal. 105.

menjadi kekuatan yang memaksa (coercive), memiliki efek langsung maupun tidak langsung terhadap kemunculan agresi.

Menurut Adler, dengan kekuasaan seseorang atau sekelompok orang memiliki kemampuan untuk mempengaruhi dan mengendalikan tingkah laku orang lain, yang menghasilkan *superiority feeling*. Lebih dari itu, sebagaimana dinyatakan oleh Weber, kekuasaan memungkinkan seseorang atau sekelompok orang mampu merealisasikan segenap keinginannya.

Peranan kekuasaan sebagai pengaruh kemunculan perilaku agresif tidak dapat dipisahkan dari salah satu aspek penunjang kekuasaan itu, yakni pengabdian atau kepatuhan (compliance). Bahkan kepatuhan itu sendiri diduga memiliki pengaruh yang kuat terhadap kecenderungan dan intensitas perilaku agresif individu. Milgram membuktikan bahwa kepatuhan (kepada penguasa) menghasilkan kecenderungan agresi yang lebih besar atau mengarahkan individu kepada perilaku agresif yang intens.

Milgram mencatat, kepatuhan individu kepada otoritas atau penguasa mengarahkan individu tersebut kepada perilaku agresif yang lebih intens sebab, dalam situasi kepatuhan, individu kehilangan tanggung jawab (tidak merasa bertanggung jawab) atas tindakan-tindakannya serta meletakkan tanggung jawab itu pada penguasa.³³

5. Provokasi

Provokasi adalah Tindakan oleh orang lain yang cenderung memicu agresif pada diri sipenerima, sering kali karena tindakan tersebut dipersepsikan berasal dari maksud yang jahat.³⁴

Provokasi bisa mencetuskan perilaku agresif karena provokasi itu oleh pelaku agresif dilihat sebagai ancaman yang harus dihadapi dengan respon agresif untuk meniadakan bahaya yang diisyaratkan oleh ancaman itu. Dalam menghadapi provokasi yang mengancam para pelaku agresif agaknya cenderung berpegang pada prinsip bahwa dari pada diserang lebih baik mendahului menyerang, atau daripada dibunuh lebih baik membunuh.³⁵

6. Obat-obatan & Alkohol

Sudah dapat dimaklumi bahwa obat-obatan terlarang seperti alkohol, ekstasi, dan sejenisnya dapat menjadi pemicu seseorang untuk berlaku agresif. Bukankah telah banyak terjadi dimasyarakat seseorang yang

³³ E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 100-103.

³⁴ Donny dan Robert A. Baron, *Psikologi sosial*, (Jakarta: Erlangga Jilid II, 2002), hal. 145.

³⁵ E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 107.

melakukan perkelahian disebabkan oleh sesuatu yang sepele dimana pelaku-pelakunya dalam kondisi mabuk.³⁶

Alkohol memiliki pengaruh mengarahkan individu kepada perilaku agresif. Terdapat dugaan bahwa alkohol berpengaruh mengarahkan individu pada agresi dan tingkah-tingkah laku antisocial lainnya karena alkohol dalam takaran yang tinggi melemahkan kendali diri peminumnya. Sedangkan dalam takaran yang rendah, alkohol diketahui melemahkan aktivitas system saraf pusat dan menghasilkan efek sedative.

Dalam hal ini obat-obatan yang termasuk kategori psiko aktif (*psikoactive drugs*) diduga kuat memiliki pengaruh mengarahkan para pemakainya kepada bertindak agresif disebabkan oleh pemakaian obat-obatan tersebut mengurangi kendali diri sekaligus menstimulus keleluasaan bertindak.³⁷

7. Suhu Udara

Pada musim panas terjadi banyak tingkah laku agresif karena pada musim panas hari-hari “lebih panjang” orang akan cenderung cepat merasa tersinggung dan cepat marah dalam suasana yang terik dan panas, serta individu-individu memiliki keleluasaan bertindak yang lebih besar ketimbang pada musim-musim yang lain.

Suhu udara tinggi cenderung akan meningkatkan agresivitas, tetapi hanya sampai titik tertentu. Diatas tingkat tertentu, perilaku agresif menurun selagi suhu udara meningkat, karena orang-orang menjadi sangat tidak nyaman dan lelah sehingga mereka cenderung tidak ingin terlibat dalam agresivitas terbuka.³⁸

Layanan Konseling Kelompok dalam Mengatasi Perilaku Agresif

Layanan bimbingan kelompok merupakan informasi dan bantuan pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu. Layanan yang diberikan dalam suasana kelompok selain itu juga bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantu siswa menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan akan berdampak positif bagi siswa yang nantinya akan menurunkan tingkat agresifitas siswa. Selain itu apabila dinamika kelompok dapat terwujud dengan baik maka anggota kelompok saling menolong, menerima dan berempati dengan tulus antar anggota kelompok.

³⁶ Siti Mahmudah, *Psikologi Sosial*, (Malang: UIN Maliki Press, 2010), hal. 105

³⁷ E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), hal. 109-111.

³⁸ Donny dan Robert A. Baron, *Psikologi sosial*, (Jakarta: Erlangga Jilid II, 2002), hal. 155.

Bimbingan kelompok merupakan lingkungan yang kondusif yang memberika kesempatan bagi anggotanya untuk menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan, dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri. Suasana ini dapat menumbuhkan perasaan berarti bagi anggota yang selanjutnya juga dapat menurunkan tingkat agresifitas anggota kelompok.

Di dalam kelompok, anggota belajar meningkatkan diri dan kepercayaan terhadap orang lain, selain itu mereka juga mempunyai kesempatan untuk meningkatkan sistem dukungan dengan cara berteman secara akrab dengan sesama anggota. Dalam layanan bimbingan kelompok interaksi antar individu antar anggota kelompok merupakan suatu yang khas yang tidak mungkin terjadi pada konseling perorangan. Karena dalam layanan bimbingan kelompok terdiri dari individu yang heterogen terutama dari latar belakang dan pengalaman mereka masing-masing.

Bimbingan kelompok merupakan tempat bersosialisasi dengan anggota kelompok dan masing-masing anggota kelompok akan memahami dirinya dengan baik. Berdasar pemahaman diri itu lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek –aspek positif dalam kepribadiannya, selain itu dalam layanan bimbingan kelompok ketika dinamika kelompok sudah dapat tercipta dengan baik ikatan batin yang terjalin antar anggota kelompok akan lebih mempererat hubungan diantara mereka sehingga masing-masing individu akan merasa diterima dan dimengerti oleh orang lain, serta timbul penerimaan terhadap dirinya sehingga dapat mereduksi agresifitas anggota kelompok.

Kelompok yang anggotanya semua adalah teman sebaya sering disebut dengan kelompok teman sebaya. Disinilah mereka dinilai oleh orang lain. Penilaian ini akan dijadikan sebagai cermin dalam memandang dan menilai dirinya sendiri. Mereka dapat membandingkan antara “saya dapat menjadi apa” dengan “saya harus menjadi apa”. Hasil dari perbandingan ini berupa rasa harga diri. Semakin besar perbedaan keduanya akan semakin rendah harga dirinya dan hal ini sering menimbulkan perilaku agresif antar anggota kelompok yang berakibat kepada anggota kelompok yanglainnya. Dalam layanan konseling kelompok Suasana memberi dan menerima dapat menumbuhkan harga diri dan keyakinan diri anggota kelompok. Anggota akan saling menolong, menerima dan berempati secara tulus. Hal ini dapat menumbuhkan suasana yang positif dalam diri mereka. Terlebih lagi apabila semua anggota kelompok merupakan teman –teman sebaya sehingga perasaan saling menerima dan menghargai antar anggota kelompok lebih mudah tumbuh.

Kesimpulan

Dari uraian dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat agresifitas siswa kelas VIII-H sebelum diberi layanan konseling kelompok tergolong tinggi. Hasil tersebut dapat diketahui bahwasannya r hitung sebesar 0,760
2. Pengaruh layanan konseling kelompok dalam mengatasi agresifitas siswa kelas VIII-H MTsN Mojosari yang telah penulis padukan antara sebelum mendapatkan treatment dan sesudah mendapatkan treatment. Dan dengan demikian dapat diketahui, bahwa t_{hitung} sebesar 8 pada tabel nilai " r " product moment dengan taraf signifikan 5% adalah 0,296, dari hasil tersebut dapat diketahui bahwasannya r hitung (0,760). Hasil uji hipotesis melalui *Paired Sample T-Test* yang digunakan untuk uji keefektifan layanan konseling kelompok terhadap penurunan agresifitas siswa kelas VIII-H MTsN Mojosari adalah sebesar 0,298. dari 0,760 menjadi 0,724 Dimana $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 dinyatakan "ditolak" dan H_a dinyatakan "diterima". Menyatakan bahwa layanan konseling kelompok berpengaruh positif dalam menurunkan tingkat agresifitas siswa kelas VIII-H MTsN Mojosari. Dari semua hasil yang sudah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa Layanan konseling kelompok mempunyai pengaruh terhadap tingkat agresifitas siswa di kelas VIII-H MTsN Mojosari.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010
- Bungin, Burhan, *Metodologi Penelitian Sosial & Ekonomi*, Jakarta: Kencana, 2013
- Damayanti, Nidya, *Buku Pintar Panduan Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Araska, 2012
- Donny dan Baron, Robert A., *Psikologi Sosial*, Jakarta: Erlangga Jilid II, 2002
- Hikmat, Mahi M., *Metode Penelitian dalam Perspektif Ilmu Komunikasi dan Sastra*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2011
- Koeswara, E., *Agresi Manusia*, Bandung: PT. Eresco, 1998
- Mahmudah, Siti, *Psikologi Sosial*, Malang: UIN Maliki Press, 2010
- Moleong, Lexi J., *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya. 2008

- Prayitno dan Amti, Erna, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Depdikbud: Rineka Cipta
- Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Jakarta: Gahlia Indonesia, 2002
- Rahayu, Iin Tri, *Psikoterapi Prespektif Islam & Psikologi Kontemporer*, UIN Malang Press, 2009
- Sarwono, Sarlito W., *Psikologi Sosial*, Jakarta: Balai Pustaka, 2002
- Singarimbun, Masri, *Metode Penelitian Survei*, Jakarta: LP3ES, 1991
- Sofyan, Willis, *Remaja & Masalahnya*, Bandung: Alfabeta, 2010
- Sudarsono, *Kenakalan Remaja*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008
- Sudirman, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Jogjakarta: Studing, 1987
- Sugiono, *Statistik Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, 2009
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, Bandung: Alfabeta, 2011
- Sukardi, Dewa Ketut, *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008
- Sumanto, *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan* Jogja: Offset, 1995