

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), sekolah adalah sebuah bangunan atau lembaga untuk belajar dan mengajar serta tempat menerima dan memberikan ajaran baik tingkat dasar, lanjutan dan tinggi.¹ Sekolah merupakan tempat belajar, baik secara pengetahuan, berperilaku yang baik, maupun untuk mengelola atau pengendalian diri. Sekolah merupakan pendidikan formal yang memiliki tujuan untuk mengembangkan sumber daya manusia. Pendidikan formal juga memiliki kualitas yang baik bagi peserta didik. Pengembangan dalam dunia pendidikan ada beberapa ranah, seperti ranah kognitif, afektif dan psikomotorik. Dengan kata lain, sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan peserta didik di bawah pengawasan seorang guru.²

Pendidikan formal di Indonesia yang wajib diikuti adalah selama 12 Tahun (SD/MI 6 Tahun, SMP/MTs 3 Tahun dan SMA/MA 3 Tahun). Sekolah merupakan pendidikan kedua setelah lingkungan keluarga. Dalam lingkungan sekolah terjadi interaksi antara siswa dengan guru atau sebaliknya guru dengan siswa. Siswa Sekolah menengah pertama sering disebut masa remaja. Masa remaja termasuk masa transisi, masa ini dapat menimbulkan masa krisis yang ditandai dengan timbulnya perilaku menyimpang. Menurut Papalia dan Olds masa remaja adalah masa transisi perkembangan dari masa anak-anak menuju dewasa pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia belasan tahun atau awal dua puluh tahun. Masa remaja dalam lingkungan pendidikan sekolah menengah pertama perlu adanya pengawasan. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling memiliki peranan yang penting untuk membimbing peserta didik.³

Bimbingan dan Konseling dalam lingkup pendidikan memegang suatu hal yang penting, sehingga harus bertanggung

¹ Arti kata sekolah – Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online, Diakses pada tanggal 14 November 2020, <https://kbbi.web.id/sekolah>

² Binti Khusnul Khotimah, “Pengaruh Konseling Individu Dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Wiyatama Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018,” *Skrripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam*, (2017), Hlm 16

³ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011), 219

jawab untuk mengembangkan dan membantu memperbaiki perilaku peserta didik. Dalam hal ini peserta didik sekolah menengah pertama terkadang memiliki permasalahan yang berkaitan dengan kehidupan social. Perlunya layanan bimbingan pribadi digunakan untuk membantu peserta didik untuk memecahkan masalah yang berupa permasalahan sifat, kemampuan diri untuk beradaptasi dan penyelesaian konflik dengan temannya. Layanan bimbingan sosial berfokus pada upaya membantu peserta didik, untuk mengembangkan aspek-aspek kepribadian yang menyangkut pemahaman diri, kemampuan memecahkan masalah, kehidupan emosi, dan identitas diri. Permasalahan yang sering terjadi di lingkup pendidikan menengah pertama yaitu perilaku agresif. Hal ini penting bagi layanan konseling behavioral untuk membantu memecahkan perilaku agresif.⁴

Perilaku agresif sering dilakukan oleh sejumlah remaja untuk mencari perhatian dan dianggap sebagai orang yang pemberani. Seorang peserta didik yang sering melakukan sifat agresif biasanya dianggap oleh teman dan guru sebagai pembuat onar. Perilaku agresif biasanya berpusat pada tingkah laku yang muncul pada peserta didik.⁵ Terjadinya perilaku agresif dipicu banyak faktor yang menyebabkan, mempengaruhi, atau memperbesar peluang munculnya. Perilaku agresif muncul bisa disebabkan faktor biologis, pengaruh pergaulan yang negatif dan pengaruh tayangan di media masa. Tahap perkembangan remaja sangat rentan terhadap perilaku agresif, terutama jika terdapat faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku agresif.⁶

Tahap perkembangan remaja banyak terjadi permasalahan yang ditimbulkan. Pada tahap ini masa remaja sering dipandang sebagai masa yang sulit, seperti sulit mengontrol diri dalam

⁴ Nova Erlina, Laeli Anisa Fitri, "Penggunaan Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII Mts Miftahul Ulum Merabung III Kecamatan Tanggamus," *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, Vol 3, No.1, (2016): 4, diakses pada tanggal 11 November 2020, <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/download/574/1260>

⁵ Andi Riswandi Buana Putra, "Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kecenderungan Perilaku Agresif Peserta Didik Di SMK 2 Palangka Raya Tahun Pelajaran 2014/2015," *Jurnal Konseling Gusjigang*, Vol 1, No. 2 (2015): 2-5

⁶ Laela Siddiqah, "Pencegahan dan Penanganan Perilaku Agresif Remaja Melalui Pengelolaan Amarah," *Jurnal Psikologi*, Vol 37, No 1, Juni (2010): 51, diakses pada tanggal 16 November 2020, <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/download/7962/5958>

mengelola emosi.⁷ Sehingga permasalahan yang ditimbulkan remaja bisa berupa perilaku agresif. Semakin rendahnya pengelolaan emosi, maka semakin tinggi tingkat perilaku agresif.⁸ Perilaku agresif merupakan implikasi dari tingkat emosi yang tidak terkontrol. Dari perilaku agresif akan menimbulkan dampak negatif, seperti menyakiti hati orang lain. Dalam hal ini kematangan mengontrol emosi sangat diperlukan untuk mencegah perilaku agresif.⁹

Bentuk-bentuk perilaku agresif sangat marak ditemui di lingkungan sekolah. Peranan Guru Bimbingan dan Konseling sangat diperlukan untuk mereduksi perilaku agresif. Menurut A Hallen, bimbingan adalah sebuah pertolongan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain dalam membuat pilihan untuk menyesuaikan diri dan memecahkan problem.¹⁰

Sedangkan Menurut Bimo Walgito, bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya atau sekumpulan individu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.¹¹ Dari beberapa pendapat para ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa Bimbingan adalah proses pemberian bantuan untuk mencapai suatu harapan atau kesejahteraan dalam hidupnya.

Konseling dapat didefinisikan sebagai tenaga professional (konselor) dalam memberikan layanan kepada konseli. Secara harfiah, kata konseling adalah untuk memberikan nasehat, seperti penasehat hukum, penasehat perkawinan dan penasehat kepada peserta didik yang ada disekolah maupun diluar sekolah.¹²

⁷ Arifin Efianti, "Straegi Konselor Untuk Mereduksi Perilaku Agresif Remaja Di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Kab. Langka," *Skripsi: Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam*, (2018): 1, diakses pada tanggal 16 November 2020

⁸ Septina Yunika Sari, dkk, "Penggunaan Konseling Kelompok Realita Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa di SMP PGRI 1 Karang Empat Surabaya," *Jurnal BK Unesa (Online)*, Vol 03 No 01, (2013): 9, diakses pada tanggal 9 November 2020, <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/journal-bk-unesa/article/view/3338/5614>

⁹ Faris Zaky Rinanda, Haryanta, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Agresivitas pada Atlet Futsal," *E-Journal Gama Jop*, Vol 03, No 01, (2017): 37-38, diakses pada tanggal 10 November 2020, <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop/article/download/42398/23456>

¹⁰ A Hallen, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Ciputat Press, 2002), 4

¹¹ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Andi, 2004), 6

¹² Hartono, Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012),

Menurut C.G Wren, konseling merupakan relasi antara pribadi yang dinamis (konselor dan konseli) yang berusaha untuk memecahkan masalah, sehingga konseli dapat menentukan yang terbaik untuk dirinya sendiri.¹³

Menurut J.P Adam, konseling merupakan suatu timbal balik antara dua orang individu, ada yang sebagai seorang (konselor), membantu konseli supaya dapat lebih baik memahami diri sendiri dalam hubungan permasalahan hidup yang sedang dihadapinya.¹⁴ Dari pendapat para ahli maka dapat diambil kesimpulan bahwa, konseling merupakan hubungan timbal balik antara konselor dengan konseli untuk memecahkan sebuah permasalahan yang sedang di hadapi peserta didik (konseli). Sehingga dari pengertian diatas, maka Bimbingan dan Konseling adalah suatu proses pemberian layanan kepada konseli untuk membantu peserta didik sehingga dapat mencapai tujuan yang telah diinginkan.

Bimbingan dan konseling di lingkungan Pendidikan formal, terutama di MTs Silahul Ulum mempunyai beberapa layanan antara lain layanan konseling behavioral, dan layanan konseling kelompok. Adapun layanan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu layanan konseling behavioral. Konseling behavioral berasumsi bahwa tingkah laku dapat dipelajari, sehingga tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru yang lebih baik, dan manusia memiliki potensi untuk berperilaku baik dan buruk, tepat dan salah. Menurut Gerald Corey mengenai konseling behavioral adalah pemecahan masalah yang fokus pada aspek berfikir, menilai, dan memutuskan.¹⁵

Menurut W.S Winkel konseling behavioral menekankan pada kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal sehat, berperasaan dan berperilaku, serta cara berpikir dan berperasaan yang berakibat pada perubahan perasaan dan perilaku.¹⁶ Sedangkan Menurut Thohirin, konseling behavioral adalah sebuah proses bantuan dari konselor ke konseli sehingga dapat mengembangkan pribadi konseli dalam menjadikan konseli yang

¹³ CG Wren, *Layanan dan Konseling*, (Surabaya: Unesa University Press, 2002), 16

¹⁴ JP Adam, *Layanan Bimbingan dan Konseling*, (Surabaya: Unesa University Press, 2002), 32

¹⁵ Corey, Gerald, *Theory and practice of Counseling and Psychotherapy (9th ed)*, (Chengage learning, 2009), 189

¹⁶ Winkel W.S, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Media Abadi, 2005), 364

bisa beradaptasi dan melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosial sesuai norma yang berlaku.¹⁷ Jadi, dari pengertian di atas menurut para ahli maka dapat disimpulkan bahwa, konseling behaviorial adalah sebuah interaksi secara profesional antara konselor dengan konseli melalui bimbingan khusus untuk memecahkan sebuah problem yang dialami konseli, sehingga dapat mengembangkan dirinya.

Pada dasarnya guru BK dalam melaksanakan layanan konseling behaviorial memiliki peranan yang penting. Peran guru BK dalam layanan konseling behaviorial memiliki tujuan agar konseli mampu memahami dirinya sendiri, lingkungan, permasalahan, kelemahan dan kekuatan sehingga konseli mampu memecahkan masalah. Pada dasarnya layanan konseling behaviorial bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli.¹⁸ Permasalahan ini tidak terlepas dari tanggung jawab guru BK, yaitu sebagai pendidik yang memiliki tugas, tanggung jawab, wewenang, dan hak secara penuh dalam kegiatan bimbingan dan konseling terhadap sejumlah peserta didik. Permasalahan yang sering terjadi di lingkungan sekolah menengah pertama yaitu perilaku agresif.

Mereduksi perilaku agresif tidak akan timbul dengan sendirinya, melainkan perlu adanya kesadaran dan kebiasaan dari peserta didik. Salah satu strategi layanan yang dapat diterapkan dalam mereduksi perilaku agresif adalah layanan konseling behaviorial dengan Teknik *self management*. Permasalahan yang dapat ditangani menggunakan *self management* (pengelolaan diri) diantaranya berkaitan dengan orang lain atau merugikan orang lain, perilaku sasaran yang berbentuk verbal dan non verbal.¹⁹ Dari Teknik *self management*, konselor hanya berperan sebagai pencetus gagasan dan fasilitator yang membantu merancang program serta motivator konseli.

Teknik *self management* adalah strategi perubahan tingkah laku atau kebiasaan dengan pengaturan atau pemantauan dalam

¹⁷ Thohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), 26

¹⁸ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2000), 23

¹⁹ Binti Khusnul Khotimah, "Pengaruh Konseling Individu Dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018," Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, *Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling*, (2017): 28-29, diakses pada tanggal 17 November 2020

bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian, serta pemberian penghargaan bagi diri sendiri.²⁰ Penggunaan Teknik *self management* diharapkan konseli dapat mengatur, memantau, dan mengevaluasi diri sendiri untuk mencapai perubahan. Tujuan *self management* untuk mengatur perilaku sehingga dapat mengelola diri sendiri baik bermasalah pada diri sendiri atau orang lain. Misalnya saya memukul teman, pada dasarnya saya tidak merasa menyesal tetapi yang menyesal yaitu teman yang saya pukul. Dapat diambil kesimpulan bahwa saya seharusnya ikut menyesal sebab saya sudah memukul teman sebaya. Kemudian manfaat *self management* juga mengubah perilaku atau kebiasaan supaya menjadi lebih baik.²¹

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik, konselor perlu membantu konselinya menggunakan layanan konseling behavioral dengan teknik *self management*. Sebelumnya penulis ingin membuktikan secara langsung dengan melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII Mts Silahul Ulum”.

B. RUMUSAN MASALAH

Dari latar belakang diatas, maka dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana layanan konseling behavioral dengan teknik *self management*?
2. Bagaimana perilaku agresif kelas VIII B MTs Silahul Ulum?
3. Apakah ada perbedaan signifikan antara *pretest* dan *posttest*?

C. TUJUAN PENELITIAN

- a. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling behavioral dengan teknik *self*

²⁰ Ratri Kusumawardhani, “Self Management Untuk Mengurangi Kecenderungan Misbehavior Pada Siswa Sekolah Dasar,” Universitas Muhammadiyah Malang, *Skripsi Fakultas Psikologi*, (2018): 4, diakses pada tanggal 10 November 2020

²¹ Ozy Asmawati, “Efektivitas Konseling Individual Dengan Teknik Self Management Dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Perintis 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018,” Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, *Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling*, (2017): 26, diakses pada tanggal 11 Desember 2020

management untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas VIII MTs Silahul Ulum.

- b. Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui problematika perilaku agresif peserta didik, serta untuk mengetahui perilaku agresif peserta didik dapat direduksi dengan teknik *self management*.

D. MANFAAT PENELITIAN

Dari tujuan diatas maka dapat diambil sebuah manfaat, Adapun manfaatnya sebagai berikut:

- a. Secara Teoritis
 1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan baru dan menambah pemikiran secara ilmiah.
 2. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan masukan baru bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.
- b. Secara praktisi
 1. Melalui penelitian ini diharapkan peserta didik dapat mengurangi sifat agresif di lingkungan sekolah.
 2. Memberikan sumbangan pemikiran, informasi, dan evaluasi bagi guru BK di sekolah dalam rangka pengembangan layanan bimbingan dan koseling khususnya di layanan konseling *behavioral* dengan Teknik *self management* guna untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik.

E. SISTEMATIKA PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, Adapun sistematika yang digunakan secara resmi sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

- A. Latar belakang masalah
- B. Rumusan masalah
- C. Tujuan penelitian
- D. Manfaat penelitian
- E. Sistematika penelitian

BAB II LANDASAN TEORI

- A. Deskripsi teori
- B. Penelitian terdahulu
- C. Kerangka berfikir
- D. Hipotesis

BAB III METODE PENELITIAN

- A. Jenis dan pendekatan
- B. Setting Penelitian
- C. Populasi dan sampel
- D. Desain dan definisi operasional variabel
- E. Uji validitas dan reliabilitas
- F. Teknik pengumpulan data
- G. Teknik analisis data

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

- A. Hasil Penelitian
- B. Pembahasan

BAB V PENUTUP

- A. Simpulan
- B. Saran-saran

