

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TEKNIK
SELF-MANAGEMENT DALAM MENGATASI PERILAKU AGRESI
SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 CIAWIGEBANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)
Pada jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI)



LIA LISNAWATI

NIM. 1908306191

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYEKH NURJATI CIREBON
2023 M / 1444 H**

ABSTRAK

LIA LISNAWATI 1908306191: "EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TEKNIK SELF-MANAGEMENT DALAM MENGATASI PERILAKU AGRESI SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 CIAWIGEBANG".

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya permasalahan perilaku agresi siswa di sekolah sehingga perlu penanganan yang tepat untuk mengatasi masalah tersebut. Perilaku agresi adalah tindakan seseorang yang secara sengaja menyakiti atau melukai orang lain baik secara verbal maupun nonverbal yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan dalam suatu lingkungan. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui profil umum perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang, rancangan program konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi, dan efektivitas konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode pre-eksperimen dengan menggunakan desain *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang. Sampel penelitian dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, terpilih 12 siswa yang memiliki skor tertinggi. Untuk pengambilan data peneliti menggunakan teknik wawancara sebagai studi pendahuluan, observasi yang berupa pengamatan pada perilaku siswa, dan angket perilaku agresi yang berisi 30 item pernyataan.

Berdasarkan hasil pengolahan data, penelitian menunjukkan bahwa pada umumnya siswa kelas VIII berada pada kategori perilaku agresi rendah dengan tingkat ketercapaian 52,48%. Sehingga terpilih 12 siswa yang memiliki skor tertinggi yang diberikan *treatment* konseling kelompok teknik *self-management* selama tiga pertemuan. Hasil gain skor menunjukkan bahwa adanya perbedaan rata-rata perilaku siswa sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Adapun hasil uji hipotesis penelitian di peroleh nilai signifikan sebesar 0.00 yang berarti 0,00 lebih kecil dari 0.05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. H_a diterima artinya konseling kelompok teknik *self-management* efektif dalam mengatasi perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang.

Kata Kunci: Konseling Kelompok, Teknik Self-Management, Perilaku Agresi

ABSTRACT

LIA LISNAWATI 1908306191: "EFFECTIVENESS OF SELF-MANAGEMENT TECHNICAL COUNSELING GROUP IN OVERCOMING AGGRESSIVE BEHAVIOR OF STUDENTS' AGRESSION IN CLASS VIII STUDENTS AT SMP NEGERI 1 CIAWIGEBANG".

This research is motivated by the problem of student aggression behavior in schools so that proper handling is needed to overcome this problem. Aggressive behavior is the act of someone who intentionally hurts or injures another person both verbally and nonverbally which can cause discomfort in an environment. The purpose of this study is to find out the general profile of aggressive behavior of class VIII students at SMP Negeri 1 Ciawigebang, the design of a self-management technique group counseling program in dealing with aggressive behavior, and the effectiveness of self-management technique group counseling in dealing with class aggression behavior VIII at SMP Negeri 1 Ciawigebang.

This study used a quantitative approach, pre-experimental method using a one group pretest-posttest design. The population in this study were all students of class VIII at SMP Negeri 1 Ciawigebang. The research sample was selected using a purposive sampling technique, 12 students who had the highest scores were selected. To collect data, researchers used interview techniques as a preliminary study, observations in the form of observations on student behavior, and an aggressive behavior questionnaire containing 30 statement items.

Based on the results of data processing, the study showed that in general class VIII students were in the low aggressive behavior category with an achievement level of 52.48%. So that 12 students who had the highest score were selected who were given self-management technique group counseling treatment for three meetings. The results of the gain score indicate that there is a difference in the average behavior of students before and after being given treatment. The results of the research hypothesis test obtained a significant value of 0.00, which means 0.00 is smaller than 0.05, then H_0 is rejected and H_a is accepted. H_a is accepted, meaning that self-management technique group counseling is effective in overcoming the aggressive behavior of Grade VIII students at SMP Negeri 1 Ciawigebang.

Keywords: Group Counseling, Self-Management Techniques, Aggressive Behavior

LEMBAR PERSETUJUAN

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* DALAM MENGATASI PERILAKU AGRESI SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 CIAWIGEBANG

LIA LISNAWATI
NIM. 1908306191



Pembimbing I

Pembimbing II

Survadi, M.Si
NIP. 19700721 200501 1 007

Bambang Setiawan, M.Pd
NIP. 19890706 201801 1 002

NOTA DINAS

Kepada
Yth. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam
IAIN Syekh Nurjati Cirebon
Di Cirebon

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari:

Nama : Lia Lisnawati

NIM : 1908306191

Judul : Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self-Management* dalam Mengatasi Perilaku Agresi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk di Munaqosahkan.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Cirebon, 06 Maret 2023

Pembimbing I



Survadi, M.Si

NIP. 19700721 200501 1 007

Pembimbing II



Bambang Setiawan, M.Pd

NIP. 19890706 201801 1 002

PERNYATAAN KEASLIAN

Bismillahirrahmanirrahim,

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Lia Lisnawati
NIM : 1908306191
Tempat Tanggal Lahir : Kuningan, 11 Maret 2001
Alamat : Blok Parenca Rt/Rw 02/03 Desa Kertawangunan
Kecamatan Sindangagung Kabupaten Kuningan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik *Self-Management* dalam Mengatasi Perilaku Agresi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang” adalah karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan.

Atas pernyataan itu, saya siap menerima sanksi atau apapun yang dijatuhkan kepada saya sesuai dengan ketentuan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau klaim terhadap keaslian karya ini.

Cirebon, 06 Maret 2023

Yang membuat pernyataan

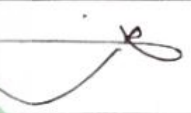



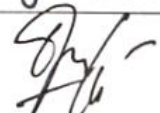
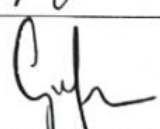


Lia Lisnawati
NIM. 1908306191

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self-Management* dalam Mengatasi Perilaku Agresi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang.” Oleh Lia Lisnawati, NIM: 1908306191, telah dimunaqosahkan pada tanggal 09 Maret 2023, di hadapan dewan penguji dan dinyatakan lulus.


Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 199903 1 001	14 - 03 - 2023	
Sekretaris Jurusan Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	13 - 03 - 2023	
Penguji I Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	13 - 03 - 2023	
Penguji II Dra. Hj. Isnin Agustin Amalia, MA NIP. 19630805 198803 2 001	13 - 03 - 2023	
Pembimbing I Suryadi, M.Si NIP. 19700721 200501 1 007	14 - 08 - 2023	
Pembimbing II Bambang Setiawan, M.Pd NIP. 19890706 201801 1 002	13 - 03 - 2023	

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam




Dr. Siti Fatimah, M.Hum
NIP. 19650914 199803 2 001

RIWAYAT HIDUP



Nama lengkap penulis adalah Lia Lisnawati, lahir di Kuningan pada tanggal 11 Maret 2001. Penulis merupakan putri ketiga dari Bapak Edi Saedi dan Ibu Emah Damah. Penulis merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara, yang mempunyai dua kakak perempuan yaitu Opi Sopiah dan Sri Mulyati.

Penulis saat ini tinggal di Blok Parenca Rt/Rw 02/03 Desa Kertawangunan, Kecamatan Sindang Agung, Kabupaten Kuningan, Provinsi Jawa Barat. Adapun

Riwayat Pendidikan yang pernah penulis tempuh adalah :

- | | |
|-------------------------------|-----------|
| 1. SDN 1 Kertawangunan | 2007-2013 |
| 2. SMP Pesantren Cintawana | 2013-2016 |
| 3. SMA Pesantren Cintawana | 2016-2019 |
| 4. IAIN Syekh Nurjati Cirebon | 2019-2023 |



MOTTO HIDUP

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Artinya : Diwajibkan atas kamu berperang, padahal itu tidak menyenangkan bagimu. Tetapi boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui. (Q.S Al-Baqarah : 216).



PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur atas nikmat dan karunia Allah SWT karena dikelilingi oleh orang-orang yang luar biasa, maka kupersembahkan karya sederhana ini dengan rasa cinta dan kasih kepada :

1. Orang tua tercinta, Bapak Edi Saedi dan Ibu Emah Damah yang telah mendidikku dengan penuh kesabaran, kasih sayang, dukungan, pengorbanan, serta untaian doa yang tak pernah henti selalu mengiringi hari-hari ku untuk menuju gerbang kesuksesan.
2. Dosen Pembimbing I, Bapak Suryadi, M.Si. terima kasih banyak telah meluangkan waktu untuk membimbing saya dengan penuh kesabaran.
3. Dosen Pembimbing II, Bapak Bambang Setiawan, M.Pd. terima kasih banyak telah meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan saya dalam mengembangkan instrumen penelitian.
4. Profesional Judgement, Ibu Rina Kurnia, M.Pd. terima kasih telah meluangkan waktu dan mengarahkan saya dalam mengembangkan instrument penelitian.
5. Kedua kakak saya Opi Sopiah dan Sri Mulyati yang telah memberikan dukungan dan kasih sayangnya sehingga membantuku menyelesaikan studi dengan baik.
6. Kedua kakak ipar saya Asep Dadan Ferdiana dan Deni Hendriyana yang memberikan motivasi dan semangat.
7. Kedua keponakkan saya, Miqdad Tsabit Mufassir dan Afsheena Putri Hendriyana yang sudah memberikan semangat dengan keceriaannya selama mengerjakan skripsi
8. Terima kasih kepada Icha Faricha dan Fitriya Rindiyani Irawan, yang senantiasa kebersamai dari Maba sampai sekarang. Terima kasih telah menjadi bagian dari cerita perjuanganku, membantuku untuk dapat melewati masa-masa skripsi.
9. Euis Nur Yuniati dan Rahmah Maulina, sahabat yang jauh namun tak henti memberikan dukungan dan motivasi selama mengerjakan Skripsi.

10. Terima kasih kepada teman-teman BKI E 2019 yang selalu memberikan dukungan, semangat, motivasi, dan mengingatkan dikala saya sedang malas.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Terima kasih telah membantu selama masa perkuliahan hingga pembuatan karya ini. Semoga bantuan kalian diberikan balasan yang layak dari Allah SWT.



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan ridho-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir semester akademik (Skripsi) dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya serta orang-orang yang selalu mengikuti sunahnya. Peneliti menyadari terwujudnyaskripsi ini tidak lepas dari peran dan bantuan berbagai pihak, untuk peneliti patut menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M.Ag, Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.
2. Dr. Siti Fatimah, M.Hum, Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.
3. Drs. H. Muzaki, M.Ag, Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam, FDKI Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon.
4. Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I, Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam
5. Bapak Suryadi, M.Si, selaku pembimbing 1 (satu). Terima kasih banyak telah meluangkan waktunya untuk terus membimbing dan memotivasi peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
6. Bapak Bambang Setiawan, M.Pd, selaku pembimbing 2 (dua) sekaligus professional judgement. Terima kasih banyak telah meluangkan waktunya untuk terus membimbing, memotivasi, mengarahkan, dan membantu peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
7. Professional judgement, Ibu Rina Kurnia, M.Pd terima kasih telah meluangkan waktu untuk mengarahkan dalam mengembangkan instrumen penelitian.
8. Segenap Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, khususnya Dosen Jurusan Bimbingan Konseling Islam, yang telah memberi ilmu yang bermanfaat kepada peneliti.
9. Ibu Tiwi Staff Jurusan Bimbingan Konseling Islam, FDKI Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon. Terima Kasih telah membantu dalam melengkapi data penulisan skripsi ini.

10. Bapak Subagio, M.Pd, selaku kepala sekolah yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Ciawigebang.
11. Ibu Nurmalita Dewi Retnotami, S.Sos, selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 1 Ciawigebang yang telah mendampingi peneliti dalam melaksanakan penelitian.
12. Siswa/Siswi Kelas VIII SMP Negeri 1 Ciawigebang yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.
13. Keluarga tercinta yang telah memberikan doa, cinta kasih dan dukungan bagi keberhasilan penulis.
14. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu namun memiliki arti penting dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti hanya dapat memohon kepada Allah SWT, semoga limpahan rahmat dan rindoh-Nya terlimpahkan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Akhirnya peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Apabila dalam penyusunan skripsi ini banyak kekurangan, peneliti mohon maaf yang sebesar-besarnya.

Cirebon, 06 Maret 2023

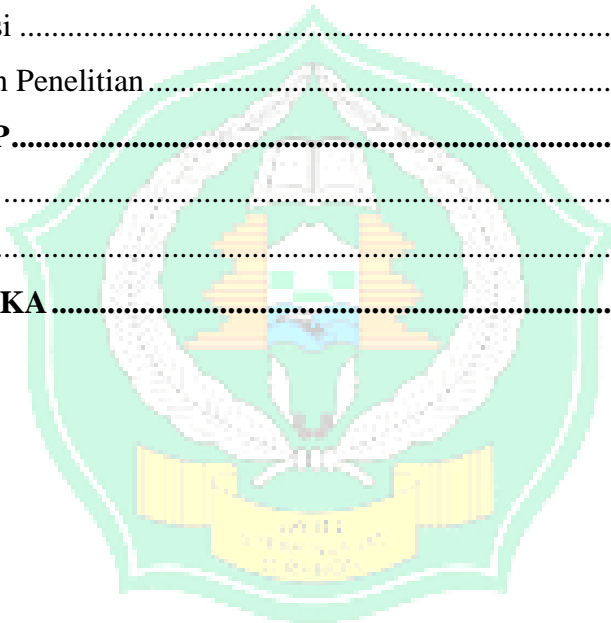
Lia Lisnawati
NIM. 1908306191

DAFTAR ISI

ABSTRAK	I
ABSTRACK	II
LEMBAR PERSETUJUAN	III
NOTA DINAS.....	IV
PERNYATAAN KEASLIAN	V
LEMBAR PENGESAHAN	VI
RIWAYAT HIDUP	VII
MOTTO HIDUP	VIII
PERSEMBAHAN.....	IX
KATA PENGANTAR.....	XI
DAFTAR ISI.....	XIII
DAFTAR TABEL	XVI
DAFTAR GAMBAR.....	XVII
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Pertanyaan Penelitian	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian.....	7
G. Sistematika Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Perilaku Agresi.....	9
1. Pengertian Perilaku Agresi	9
2. Bentuk-bentuk Perilaku Agresi	10
3. Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku Agresi.....	11
4. Dampak Perilaku Agresi	13
B. Konseling Kelompok	14
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	14

2.	Tujuan Konseling Kelompok	16
3.	Asas-asas Konseling Kelompok	16
4.	Struktur Konseling Kelompok	17
5.	Tahapan Konseling Kelompok	19
C.	Teknik <i>Self-Management</i>	21
1.	Pengertian Teknik <i>Self-Management</i>	21
2.	Tujuan Teknik <i>Self-Management</i>	22
3.	Manfaat Teknik <i>Self-Management</i>	23
4.	Tahapan Teknik <i>Self-Management</i>	23
D.	Penelitian Terdahulu	24
E.	Kerangka Pemikiran	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		28
A.	Metode Penelitian	28
1.	Pendekatan dan Metode Penelitian	28
2.	Tempat dan Waktu Penelitian	29
3.	Populasi dan Sampel	30
4.	Variabel Penelitian	32
5.	Teknik Pengumpulan Data	34
6.	Pengembangan Instrumen Penelitian	36
a.	Uji Validitas	38
b.	Uji Reliabilitas	41
7.	Teknik Analisis Data	42
a.	Uji Prasyarat	42
b.	Uji Hipotesis	42
c.	Deskripsi data	43
8.	Hipotesis Statistik	45
B.	Profil Lembaga	46
1.	Sejarah SMP Negeri 1 Ciawigebang	46
2.	Profil SMP Negeri 1 Ciawigebang	48
3.	Visi dan Misi SMP Negeri 1 Ciawigebang	49
4.	Keadaan Guru dan Siswa SMP Negeri 1 Ciawigebang	49

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
A. Hasil Penelitian	54
1. Gambaran Umum Perilaku Agresi	54
2. Rancangan Konseling Kelompok Teknik <i>Self-Management</i>	62
3. Uji Efektivitas Konseling Kelompok Teknik <i>Self-Management</i> dalam mengatasi Perilaku Agresi	67
B. Pembahasan Hasil Penelitian	74
1. Gambaran Umum Perilaku Agresi	74
2. Rancangan Konseling Kelompok Teknik <i>Self-Management</i>	75
3. Efektivitas Konseling Kelompok <i>Self-Management</i> dalam Mengatasi Perilaku Agresi	78
C. Keterbatasan Penelitian	80
BAB V PENUTUP.....	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Data Populasi Penelitian	30
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Angket Perilaku Agresi Nurfauliyanti (2010)	36
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Angket Perilaku Agresi (Sebelum Uji Validitas)	38
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Angket Perilaku Agresi Siswa	39
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Perilaku Agresi (Setelah Uji Validitas)	40
Tabel 3.5 Koefisien Reabilitas	41
Tabel 3.6 <i>Reability Statistics</i>	41
Tabel 3.7 Hasil Uji Reabilitas Skala Perilaku Agresi	42
Tabel 3.8 Kategorisasi Perilaku Agresif Siswa	44
Tabel 3.9 Keadaan Guru dan Staf Tata Usaha	51
Tabel 3.10 Daftar Nama Guru dan Staf Tata Usaha	51
Tabel 3.11 Keadaan Siswa SMP Negeri 1 Ciawigebang	53
Tabel 4.1 Deskripsi Data Perilaku Agresi	54
Tabel 4.2 Kategorisasi Perilaku Agresi	55
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Gambaran Perilaku Agresi Berdasarkan Aspek ..	57
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Gambaran Perilaku Agresi Berdasarkan Indika..	61
Tabel 4.4 Deskripsi Data <i>Pre-Test</i> Perilaku Agresi	68
Tabel 4.5 Deskripsi Data <i>Post-Test</i> Perilaku Agresi	69
Tabel 4.6 Deskripsi Data <i>Pre-Test, Post-Test, Dan Gain Skor</i>	69
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas	71
Tabel 4.8 Hasil Uji Homogenitas	72
Tabel 4.9 <i>Paired Sample Statistics</i>	72
Tabel 4.10 <i>Paired Sample Test</i>	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	27
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian <i>One Group Pre-Test Post-Test Design</i>	28
Gambar 4.1 Gambaran Umum Perilaku Agresi	55
Gambar 4.2 Gambaran Perilaku Agresi Berdasarkan Aspek.....	56
Gambar 4.3 Gambaran Perilaku Agresi Berdasarkan Indikator.....	59

