

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah adalah salah satu lembaga pendidikan formal yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan siswa. Pendidikan pada hakekatnya adalah usaha sadar untuk meningkatkan potensi siswa dengan cara mendukung dan memfasilitasi kegiatan pembelajaran sehingga tercapainya perkembangan secara optimal yang bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain (Jannah, 2020). Namun, pada kenyataannya tidak semua siswa dapat mencapai tugas perkembangan secara optimal. Hal tersebut biasanya terjadi karena siswa kurang mendapat bimbingan dan arahan untuk memahami tugas-tugas perkembangan sehingga kurangnya keterampilan siswa dalam membentengi diri dari perilaku negatif seperti perilaku agresi.

Kajian mengenai sikap agresi sangat menarik dilaksanakan di lingkungan Sekolah Menengah Pertama (SMP), sebab siswa tersebut berada pada rentang usia remaja. Menurut Santrock (dalam Karneli, dkk., 2020) masa remaja rentan terhadap perubahan karena adanya ketidakseimbangan emosional. Perubahan pada masa remaja dapat berupa perubahan kognitif, biologis, serta sosio-emosional. Pada masa remaja juga merupakan puncak perkembangan emosi yang tinggi, ditunjukkan dengan emosi yang bersifat negatif seperti mudah tersinggung. Ketika menghadapi ketidaknyamanan emosional, tidak sedikit remaja yang mereaksikan secara defensif, sebagai usaha untuk melindungi dirinya yang biasa ditunjukkan dengan perilaku agresi (Fauza & Chalidaziah, 2021).

Rahayu (2018) menyebutkan bahwa perilaku agresi adalah reaksi atau luapan emosi seseorang terhadap kegagalan yang biasanya melakukan pengerusakan terhadap orang atau benda dengan unsur kesengajaan yang diekspresikan dengan kata-kata dan perilaku non-verbal. Menurut Ferdiansa & Neviyarni (2020) agresi merupakan penyiksaan yang disengaja oleh

seorang terhadap orang lain melalui berbagai wujud kekerasan. Orang yang agresif lebih cenderung salah mengartikan isyarat sosial, memandang permusuhan di mana sesungguhnya tidak ada, setelah itu melakukan pertahanan diri yang menimbulkan permusuhan dan kesalahpahaman.

Apabila dikaitkan dengan perspektif Islam tentang perilaku agresi, maka sangat jelas bahwa dalam Islam melarang segala sesuatu perbuatan yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Dalam Al-Qur'an surat An-Nahl ayat 90 Allah SWT berfirman:

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ
وَالْبَغْيِ ۚ يَعِظُكُم لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ

“Sesungguhnya Allah menyuruh (kamu) berlaku adil dan berbuat kebajikan, memberi kepada kaum kerabat, dan Allah melarang dari perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran.” (Q.S An-Nahl : 90).

Menurut Tafsir Ibnu Katsir, Allah SWT memerintahkan kepada hamba-hambanya untuk berbuat adil dan berbuat kebaikan. Firman Allah SWT : **وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَىٰ** artinya “Dan memberi kepada kaum kerabat” bermakna, Allah SWT memerintahkan kepada hambanya untuk menyambung silaturahmi. **وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ** artinya yaitu “Dan Allah melarang dari perbuatan keji dan munkar” Kata **الْفَحْشَاءِ** berarti berbagai perbuatan yang diharamkan. Sedangkan *munkaraat* bermakna perbuatan haram yang dilakukan seseorang. Dalam penggalan kata: **يَعِظُكُم** yang berarti “Dia memberi pengajaran kepadamu” yakni bermakna bahwa Allah SWT memerintah hambanya untuk berbuat kebaikan dan melarang berbuat keburukan. Selanjutnya, penggalan kata terakhir yaitu **لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ**, yakni “Supaya kamu dapat mengambil pelajaran” (Abdullah, 2003). Berdasarkan penjelasan tafsir Ibnu Katsir Q.S An-Nahl ayat 90, maka dalam Q.S An-Nahl ayat 90 ini bermakna bahwa Allah SWT memerintah kepada setiap umat manusia untuk berlaku adil dan berbuat kebaikan, mempererat tali silaturahmi antar saudara, dan melarang hambanya untuk melakukan perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Oleh sebab itu,

Islam sangat melarang umat manusia melakukan perbuatan keji seperti perilaku agresif. Namun, meskipun agama sudah memberikan aturan jelas, bentuk perilaku agresif masih saja terjadi dan sering dilakukan oleh manusia.

Di area sekolah, perilaku agresif biasanya dimulai dengan ejekan di antara teman. Ketika seseorang diserang dengan menggunakan kata-kata kasar, semacam ejekan, pemanggilan nama orang tua, hinaan, hingga anak yang diserang hendak menyerang kembali dengan perilaku agresi secara fisik. Siswa yang mempunyai perilaku agresi juga terkadang karena keinginan untuk diperhatikan oleh orang lain. Perilaku agresi ini tidak hanya menyakiti orang lain tapi dapat juga membahayakan diri sendiri.

Berdasarkan observasi dan wawancara awal kepada guru BK di SMP Negeri 1 Ciawigebang pada bulan Agustus 2022, maka diketahui terdapat beberapa siswa yang berperilaku agresif secara sengaja. Bentuk perilaku agresif tersebut seperti: memukul, mencubit temannya, merampas kepunyaan orang lain, berteriak-teriak di kelas, mengejek dengan memanggil nama orang tua, memerintah teman dengan seenaknya, serta mengecam teman. Permasalahan di atas, menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang berperilaku agresif di sekolah. Apabila keadaan demikian terus dibiarkan akan memberikan efek negatif terhadap siswa dan lingkungan sekolah.

Menurut Putri (2017) perilaku agresi berdampak pada pelaku dan korban. Dampak bagi korban adalah munculnya rasa takut, perasaan sakit, menciptakan hubungan sosial kurang sehat dengan teman-temannya dan kerugian fisik maupun psikis karena perilaku agresi tersebut. Adapun dampak bagi pelaku yaitu akan dijauhi oleh teman-temannya. Selain itu, perilaku agresi di lingkungan pendidikan ketika tidak segera ditangani akan berdampak pada proses pembelajaran dan menjerumuskan siswa pada kebiasaan-kebiasaan kurang baik. Suasana ini akan mendidik siswa tentang peniruan dan perilaku agresi siswa di sekolah akan dianggap wajar dan universal.

Melihat fenomena perilaku agresif yang terjadi, perlu penanganan yang tepat untuk bisa mengurangi perilaku agresi dengan menggunakan metode yang mengaktualisasikan dan mengembangkan diri siswa, salah satunya yaitu

menggunakan layanan konseling kelompok. Menurut Nasution & Abdillah (2019) konseling kelompok adalah proses konseling dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama. Dalam pelaksanaanya konseling kelompok membahas masalah yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok dan berbagai topik yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah konseli. Konseling kelompok bagi siswa yang berperilaku agresif bertujuan agar siswa belajar mempercayai diri sendiri dan orang lain, mengembangkan penerimaan diri dan pengetahuan, harga diri untuk mencapai citra diri, dan mencari alternatif pemecahan masalah dan membuat keputusan yang tepat bagi konflik yang di alaminya (Ondawati, 2019).

Penerapan konseling kelompok untuk mendukung siswa berupa strategi yang dilakukan untuk mengurangi sikap agresi, salah satunya adalah dengan teknik *self-management*. Teknik *Self-management* adalah salah satu pendekatan *cognitive behavioral therapy* berfokus pada proses penekanan dan mengembangkan pengetahuan individu untuk mengubah pikiran negatif menjadi positif dan perilaku maladaptif menjadi adaptif yang dimiliki oleh individu tersebut. Pengembangan diri atau *self-management* merupakan teknik konseling yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan individu untuk terus bertanggung jawab terkait dengan apa yang telah direncanakan (Abdillah & Fitriana, 2021).

Dalam pelaksanaanya konseling kelompok dengan menggunakan *teknik self-management*, konselor hanya sebagai motivator yang mendorong dan mengarahkan konseli. Konseli bertanggung jawab untuk dapat mengontrol keberhasilan proses konseling sehingga tujuan yang diharapkannya tercapai. Dengan demikian dalam prosesnya konseli belajar mengembangkan suatu keterampilan untuk dapat mengelola dirinya sendiri. Melalui teknik tersebut, individu mencoba untuk mengelola diri dan mengatur perilakunya sendiri. Terdapat beberapa kelebihan dalam menggunakan strategi *self-management* yaitu: menurunkan ketergantungan individu pada konselor atau orang lain dan

meningkatkan pengamatan seseorang dalam mengontrol lingkungannya. *Self-management* juga merupakan teknik yang praktis digunakan, efisien, dan mengajarkan proses secara umum dalam berhubungan dengan lingkungan baik pada situasi bermasalah atau tidak (Cormier, dkk., 2009).

Berkaitan dengan penggunaan layanan konseling kelompok teknik *self-management*, terdapat beberapa penelitian yang menjelaskan tentang efektivitas konseling kelompok teknik *self-management*, salah satunya yaitu penelitian Utami Ulfa yang menggunakan layanan konseling kelompok teknik *self-management* untuk mengatasi permasalahan perilaku siswa di sekolah yaitu *bullying* di SMAN 01 Abung Tinggi Lampung Utara. Penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa konseling kelompok teknik *self-management* dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan perilaku siswa di sekolah (Ulfa, 2021). Berdasarkan penelitian di atas, konseling kelompok teknik *self-management* dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan perilaku siswa di sekolah.

Oleh karena itu, pemberian layanan konseling kelompok teknik *self-management* digunakan dalam penelitian ini dengan harapan dapat memberikan pengalaman dan pemahaman bagi siswa agar dapat bersikap baik terhadap temannya yang lain dan dapat saling menghargai satu sama lain. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian secara ilmiah dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self-Management* dalam Mengatasi Perilaku Agresi Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Ciawigebang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, kajian pokok penelitian ini dapat diidentifikasi masalahnya adalah:

1. Terdapat bentuk perilaku agresi siswa di SMP Negeri 1 Ciawigebang, seperti menyembunyikan barang teman, mengejek, memukul, mencubit dan lain sebagainya.

2. Faktor lingkungan dan teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku agresi siswa di SMP Negeri 1 Ciawigebang.
3. Dampak perilaku agresi siswa dapat mengganggu proses pembelajaran.
4. Efektivitas konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi siswa di SMP Negeri 1 Ciawigebang.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka peneliti memberi batasan masalah dalam penelitian ini supaya tidak meluas kepada masalah lain. Adapun batasan masalah yang menjadi fokus utamanya yaitu mengenai efektivitas konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran umum perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang?
2. Bagaimana rancangan program konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang?
3. Bagaimana efektivitas konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dilakukan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran umum perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang.

2. Untuk mendeskripsikan rancangan program konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang.
3. Untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang.

F. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Ilmiah, yaitu untuk memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang bimbingan dan konseling dalam menentukan jenis layanan yang sesuai untuk permasalahan perilaku siswa di sekolah, khususnya mengenai perilaku agresi.
2. Kegunaan Praktis
 - a. Bagi siswa, dapat membantu siswa dalam mengurangi perilaku agresif sehingga siswa menjadi individu yang lebih baik dan dapat mencapai tugas perkembangan secara optimal.
 - b. Bagi guru BK, dapat membantu guru BK dalam menangani masalah-masalah siswa di sekolah khususnya dalam mengatasi permasalahan perilaku agresi siswa.
 - c. Bagi sekolah, dapat dijadikan sebagai masukan atau acuan dalam menangani perilaku agresi.
 - d. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan mengambil topik yang sama.
 - e. Bagi peneliti, sebagai syarat untuk menyelesaikan program sarjana Strata Satu (S1) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

G. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan suatu gambaran tentang skripsi yang peneliti buat dan agar pembaca dapat memahami skripsi ini, maka peneliti akan

menggunakan sistematis penulisan skripsi yang terdiri dari lima bab dengan ketentuan yaitu :

- BAB I Menguraikan masalah yang terdapat di latar belakang masalah yang berisi tentang permasalahan perilaku agresi siswa yang akan diberikan penanganan melalui konseling kelompok teknik *self-management*, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian dan sistematika penulisan.
- BAB II Menjelaskan tentang teori perilaku agresi, konseling kelompok, dan teknik *self-management*. Selanjutnya, peneliti juga menjelaskan mengenai penelitian terdahulu dan kerangka pemikiran dalam penelitian ini.
- BAB III Menjelaskan tentang metode penelitian yang meliputi: pendekatan dan metode penelitian, tempat dan waktu penelitian, populasi dan sampel, variabel penelitian, teknik pengumpulan data, pengembangan instrumen penelitian, teknik analisis data, dan hipotesis statistik.
- BAB IV Menjelaskan tentang hasil data penelitian, yaitu tentang gambaran umum perilaku agresi siswa, rancangan program konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi siswa, dan efektivitas konseling kelompok teknik *self-management* dalam mengatasi perilaku agresi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ciawigebang.
- BAB V Bab yang terakhir ini akan berisi tentang penutup yang berisi kesimpulan dan saran.