

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap remaja akan mengalami suatu fase pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Masa remaja ditandai dengan adanya peralihan masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada tugas-tugas perkembangan, remaja dituntut untuk mampu berperan sebagai orang dewasa. Dimana, remaja akan menghadapi berbagai rintangan dan hambatan selama proses perkembangan. Tantangan yang muncul berasal dari dalam diri maupun luar diri. Jika remaja mampu menghadapi berbagai rintangan tersebut, maka remaja akan menciptakan kepribadian yang baik. Sebaliknya, apabila remaja tidak mampu menghadapi rintangan yang muncul, maka remaja akan mempunyai kepribadian yang tidak baik. Salah satu fase penting yang terjadi dalam segmen kehidupan pada siklus perkembangan individu ialah masa remaja. Masa remaja merupakan suatu fase peralihan seorang individu dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa awal (Kanopka, 1997).

Salah satu tingkah laku yang kerap terjadi di kalangan pelajar ialah perilaku agresif. Perilaku agresif adalah salah satu perilaku yang bersifat negatif. Karena, perilaku ini menimbulkan kekhawatiran dan berada pada tingkat memprihatinkan. Perilaku agresif ditandai dengan adanya bentuk kekerasan baik verbal maupun nonverbal. Bentuk perilaku tersebut banyak ditampilkan oleh beragam media baik media sosial maupun media cetak. Salah satu bentuk perilaku agresif disebabkan oleh aksi saling mengolok-olok dan berujung pada kekerasan fisik dengan menggunakan senjata tajam. Perilaku agresif sangat marak terjadi di kalangan pelajar masa kini. Maka dari itu, perilaku agresif menjadi suatu hal yang

penting untuk dianalisis bersama. Karena, perilaku agresif sering dilakukan oleh remaja sekolah menengah. Seorang pelajar ialah generasi penerus bangsa yang akan memimpin negara di masa depan untuk meningkatkan martabat bangsa (Kusumawati, 2010).

Brown & Byrne (Sarwono, 2009) menyatakan bahwa perilaku agresif ialah suatu perilaku yang mengarah pada kegiatan menyakiti individu baik fisik maupun psikis. Lalu, Sarwono (2009) mengemukakan bahwa apabila kegiatan menyakiti individu secara tidak sengaja, maka tingkah laku tersebut bukan dikategorikan sebagai suatu perilaku agresif. Salah satu penyebab utama munculnya perilaku agresif disebabkan oleh emosi yang negatif. Perilaku ini diakibatkan oleh adanya sifat egosentris dalam diri individu. Sifat egosentris adalah ketidakmampuan individu untuk membedakan pemikiran abstrak antara diri sendiri maupun orang lain. Selain itu, Berk (2006) mengatakan bahwa egosentris merupakan suatu perilaku negatif yang berkenaan dengan pengambilan risiko dan menghubungkan indikator untuk meningkatkan perkembangan kognitif.

Individu tidak akan memahami bahwa kegiatan menghina dan memukul orang lain akan menimbulkan rasa sakit. Penyebab timbulnya perilaku agresif pada individu disebabkan oleh keadaan fisiknya baik kelelahan, mengantuk, merasa lapar, sakit dan sebagainya. Apabila perilaku agresif tidak segera ditangani, maka memungkinkan timbulnya hambatan selama kegiatan pembelajaran. Sehingga, para pelajar akan cenderung berperilaku negatif dan buruk (Sudarsono, 2008).

Bersumber pada hasil di lapangan selama menjalani kegiatan Praktek Lapangan Persekolahan (PLP) II bahwa ditemukan siswa kelas X-G MAN 2 Model Medan yang mempunyai perilaku agresif. Hal ini terbukti dengan adanya beberapa siswa kelas X-G yang berperilaku agresif baik secara verbal dan nonverbal. Perilaku agresif verbal berupa berteriak, menjerit, mengancam, berdebat, berkata kasar, memaki, berbicara dengan nada tinggi, serta lain sebagainya. Sedangkan perilaku agresif nonverbal berupa pelampiasan hasrat untuk melukai maupun menyakiti orang lain tanpa tujuan yang jelas.

Bersumber dari hasil studi kasus dan wawancara bersama guru BK MAN 2 Model Medan bahwasanya terdapat beberapa peserta didik yang berperilaku agresif baik secara verbal maupun nonverbal. Bentuk perilaku agresif secara verbal memiliki tujuan untuk menyakiti orang lain melalui ancaman, makian, berteriak, berdebat, menjerit, serta berbicara dengan nada kasar dan tinggi. Sedangkan bentuk perilaku agresif nonverbal bertujuan untuk menyakiti orang lain tanpa tujuan tertentu, seperti: melampiaskan keinginan untuk melukai orang lain. Dampak dari perilaku agresif ialah menimbulkan kesakitan pada korban, menyebabkan kerusakan dan sebagainya. Dimana, dampak tersebut sangat buruk dan berbahaya bagi korban.

Adapun upaya yang diterapkan oleh peneliti untuk mengurangi perilaku agresif pada peserta didik ialah penerapan layanan konseling individual. Prayitno (1994) menyatakan bahwa konseling individual adalah suatu model yang berfokus pada pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli melalui teknik wawancara konseling untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Lalu, Willis (2014) mengemukakan bahwa layanan konseling individual ialah sebuah layanan yang

diterapkan oleh seorang konselor kepada individu untuk mengembangkan kemampuan peserta didik, mengentaskan permasalahan secara mandiri, serta beradaptasi secara positif.

Untuk mendukung penerapan layanan konseling individual, maka peneliti menambahkan penerapan teknik/pendekatan agar mencapai hasil yang optimal. Dimana, teknik yang digunakan pada penelitian ini berupa teknik *self management*. Teknik *self management* merupakan suatu strategi yang menekankan individu untuk memilih alternatif penyelesaian masalah secara mandiri demi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Uraian tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang diselenggarakan oleh Khotimah (2019) bahwa layanan konseling kelompok teknik *self management* mampu menurunkan perilaku agresif siswa kelas VIII di SMP Taman Siswa Teluk Betung Bandar Lampung. Selain itu, hasil penelitian dari Ulfa (2019) juga membuktikan bahwa teknik *self management* mampu meminimalisir tingkah laku agresif siswa di SMK Negeri 4 Pekanbaru.

Trifena (2020) mengatakan bahwa teknik *self management* merupakan suatu strategi yang mempunyai tujuan untuk mengubah tingkah laku individu dan mengarahkan tingkah laku tersebut melalui hasil modifikasi aspek-aspek lingkungan. Lalu, Nursalim (2014) berpendapat bahwa teknik *self management* ialah sebuah rangkaian kegiatan yang mengarahkan perubahan perilaku pada individu secara mandiri menggunakan strategi tertentu. Sehingga, penerapan konseling menekankan pada konseli untuk mampu mengatur dan mengambil keputusan secara mandiri dan terarah.

Konseling individual teknik *self management* merupakan sebuah solusi yang tepat dalam mengentaskan permasalahan terkait perilaku agresif pada peserta didik. Layanan konseling individual memiliki tujuan untuk menyelesaikan persoalan yang dihadapi oleh konseli. Sedangkan penerapan teknik *self management* bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu yang berkaitan dengan pihak lain baik gangguan verbal maupun nonverbal. Perubahan perilaku agresif secara verbal maupun nonverbal ditandai dengan adanya kegiatan kontrol diri, evaluasi diri, serta tanggung jawab. Dimana, penerapan teknik *self management* dianggap mampu mengubah perilaku agresif pada siswa. Terdapat tiga teknik dalam melaksanakan strategi pengelolaan diri, meliputi: pemantauan diri (*self-monitoring*), pengendalian stimulus (*stimulus control*), serta penghargaan diri (*self-reward*). Salah satu upaya yang dilakukan oleh peneliti dalam meminimalisir tingkah laku agresif siswa ialah penggabungan antara teknik *self management* dengan teknik pemantauan diri dan kendali stimulus. Kombinasi teknik ini bertujuan untuk mencapai perubahan yang lebih efektif dan optimal. Pemantauan diri (*self-monitoring*) adalah sebuah proses pengamatan dan pencatatan berbagai hal yang berhubungan dengan diri dan lingkungan. Rangkaian pemantauan diri diterapkan oleh peserta didik untuk mengumpulkan data terkait tingkah laku agresif.

Pemantauan diri bertujuan untuk mengarahkan individu kepada perubahan tingkah laku. Peserta didik akan mengumpulkan data dirinya secara lengkap. Dimana, segala bentuk data tersebut dapat mempengaruhi tingkah laku peserta didik selanjutnya. Lalu, kendali stimulus (*stimulus control*) adalah sebuah

penyusunan dan modifikasi lingkungan atas respon tertentu. Pada teknik *self management*, individu akan terlibat pada berbagai komponen dasar berupa memilih perilaku sasaran, memonitor tingkah laku, menentukan prosedur yang akan dijalankan, menjalankan tahap kegiatan secara sistematis, serta menilai efektivitas tahap kegiatan. *Self management* merupakan sebuah pengendalian diri terhadap pikiran, perkataan, serta perbuatan. Dimana, pengendalian tersebut akan memberikan dorongan kepada individu untuk menghindari hal-hal yang bersifat negatif.

Guru bimbingan dan konseling memiliki peranan yang penting dalam membantu peserta didik untuk mengenali dan memahami dirinya secara utuh. Selain itu, guru bimbingan dan konseling juga berperan dalam mengembangkan kemampuan peserta didik untuk mencegah dan mengentaskan permasalahan yang dihadapi. Maka dari itu, penerapan layanan konseling individual memungkinkan peserta didik untuk mampu memahami dan mengembangkan potensi diri dalam mengambil keputusan dan memecahkan masalah.

Bersumber pada paparan teori dan fenomena sebelumnya, maka peneliti merasa penting untuk mengkaji permasalahan tersebut secara mendalam dengan judul “Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Management* Terhadap Perilaku Agresif Siswa Kelas X MAN 2 Model Medan Tahun Ajaran 2023/2024”.

1.2 Identifikasi Masalah

Bersumber pada paparan latar belakang di atas, maka beberapa permasalahan yang muncul pada penelitian ini, ialah sebagai berikut:

1. Terdapat siswa yang berperilaku agresif verbal, seperti: mengancam, berteriak, menjerit, memaki, mengucapkan kata-kata kasar, berdebat,

berbicara dengan nada tinggi dan sebagainya.

2. Terdapat siswa yang berperilaku agresif nonverbal, seperti: melampiaskan hasrat untuk melukai dan menyakiti orang lain tanpa tujuan yang jelas.

1.3 Batasan Masalah

Bersumber pada paparan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, perlu adanya pembatasan masalah agar penelitian lebih terpusat menjadi “Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Management* Terhadap Perilaku Agresif Siswa Kelas X MAN 2 Model Medan Tahun Ajaran 2023/2024”.

1.4 Rumusan Masalah

Bersumber pada latar belakang dan batasan masalah yang dipaparkan bahwa rumusan masalah pada penelitian ini ialah Apakah Ada Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Management* Terhadap Perilaku Agresif Siswa Kelas X MAN 2 Model Medan Tahun Ajaran 2023/2024?.

1.5 Tujuan Penelitian

Penyelenggaraan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Management* Terhadap Perilaku Agresif Siswa Kelas X MAN 2 Model Medan Tahun Ajaran 2023/2024.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil temuan ini diharapkan untuk menjadi acuan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan, khususnya bimbingan dan konseling, yaitu penerapan konseling individual teknik *self management* terhadap perilaku

agresif peserta didik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini bermanfaat untuk membantu peserta didik agar mengenali dan memahami dirinya secara utuh. Lalu, peserta didik akan mampu mengembangkan seluruh potensi dan kemampuan secara maksimal. Serta, peserta didik akan memahami dampak negatif dari perilaku agresif. Sehingga, peserta didik akan berupaya untuk mengubah perilakunya ke arah yang lebih baik.

b. Bagi Guru BK

Penelitian ini berguna untuk memberikan gambaran dan solusi dalam mengentaskan permasalahan yang dialami oleh peserta didik. Serta, mengembangkan kemampuan guru BK dalam menerapkan program layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini berguna untuk menambah wawasan dan pengetahuan terkait perilaku agresif siswa di sekolah. Selain itu, hasil penelitian digunakan sebagai bahan evaluasi bagi peneliti serupa.

d. Bagi Sekolah

Penelitian ini berguna untuk mengevaluasi program layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah, khususnya penerapan layanan konseling individual teknik *self management* terhadap perubahan perilaku agresif pada peserta didik.