BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah upaya sadar yang bertujuan mempersiapkan manusia melalui kegiatan pengajaran, bimbingan atau pelatihan, untuk peran mereka di masa depan. Pendidikan yaitu suatu fondasi bagi setiap orang dimana pendidikan sangat di butuhkan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, setiap orang mempunyai hak yang sama untuk mendapatkan pendidikan yang layak, oleh sebab itu pendidikan merupakan hal penting yang dapat mengembangkan sumber daya manusia di Indonesia, terutama para generasi muda, khususnya para peserta didik yang ada disekolah. Sekolah adalah tempat di mana seseorang memperoleh pendidikan yang menumbuhkan budi pekerti yang baik. Pendidikan karakter berkaitan langsung dengan perilaku. Sikap sopan dapat diwujudkan dengan memperhatikan penggunaan bahasa saat berkomunikasi dengan orang lain di lingkungan sekolah. Namun, perilaku ini tidak sepenuhnya diterapkan oleh sebagian siswa di sekolah, sehingga dunia merasa prihatin terhadap siswa yang berperilaku buruk, seperti perilaku agresif.

Perilaku agresif seringkali dianggap negatif oleh masyarakat dikarenakan perilaku tersebut memiliki tujuan untuk melukai seseorang secara fisik dan psikis, baik secara verbal maupun nonverbal. Tindakan agresif adalah tindakan yang bertujuan untuk melukai orang lain atau merusak harta benda orang lain serta tindakan yang merugikan orang lain dengan tindakan menyerang baik melukai dan

menimbulkan permusuhan dengan atau tanpa tujuan yang mempengaruhi kesehatan fisik maupun psikis orang lain.

Menurut Berkowits (dalam Chaq, Suharnan & Rini, 2018), perilaku agresif verbal didefinisikan sebagai tindakan atau perilaku agresif yang menyakiti orang lain dengan menggunakan kata-kata untuk menyakiti mereka, seperti celaan atau makian, umpatan, fitnah, dan ancaman. Sejalan dengan pendapat tersebut, Buss dan Perry (dalam Hanan, Basaria, & Yanuar, 2018) mendefinisikan agresi verbal sebagai kecenderungan untuk menyerang seseorang secara lisan, yang ditunjukkan melalui penghinaan, penggunaan kata-kata tidak layak, pelecehan, ancaman, memberi perintah dengan sewenang-wenang, atau bahkan membentak orang yang lebih tua. Menurut beberapa pendapat di atas, perilaku agresif adalah jenis perilaku yang menyakiti, mengancam, atau membahayakan orang atau objek yang dituju secara verbal atau melalui kata-kata secara langsung atau tidak langsung, seperti memaki, menolak berbicara ataupun bungkam.

Agresi verbal adalah perilaku yang tidak sesuai dengan norma atau aturan yang ada di masyarakat, suatu tindakan dapat membahayakan pertemanan, persahabatan atau hubungan lainnya. Siswa pada umumnya menunjukkan perilaku verbal agresif menganggap dirinya benar, menggunakan kata-kata buruk untuk membela kelemahannya, menyindir teman agar menyakiti hati dan perasaan orang lain, dengan berteriak dan memarahi temannya di depan orang, yang seringkali membuat orang lain tersinggung.

Perilaku agresif verbal saat ini sering terjadi di kalangan siswa, sebanyak 576 remaja, menurut penelitian yang dilakukan oleh Soejitningsih (dalam Olga, 2019), pernah mengalami perlakuan buruk, seperti ejekan, hinaan, digosipkan, dan

makian oleh remaja lain. Pengalaman ini sering terjadi di sekolah dan di sekitarnya. Meskipun perilaku agresi verbal dapat berdampak buruk, remaja modern menganggap perkataan kasar seperti ejekan dan bahkan makian telah menjadi hal yang biasa.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Prangarsa (2018), diungkapkan bahwa perilaku agresif berdampak negatif baik terhadap individu maupun lingkungan sekitarnya. Dampak pada individu meliputi ketidakmampuan anak untuk menerima dirinya sendiri, yang disebabkan oleh pelabelan sehingga anak merasa tidak nyaman, terpinggirkan, tidak aman, dan tidak bahagia dengan hidupnya. Anak juga mengalami kesulitan dalam mempercayai orang lain, terfokus pada pemikiran tentang tindakan agresif atau kriminal, serta kehilangan keyakinan bahwa dunia dapat diatur secara adil. Restu dan Yusri (2013) juga melihat dampak dari perilaku agresif verbal yang sangat merugikan. Bagi korban, korban akan mengalami sakit psikis yang memicu masalah kesehatan mental, seperti gangguan cemas dan depresi. Bagi pelaku, pelaku akan dijauhi dan tidak disenangi orang lain, bahkan dihujat kembali oleh orang lain yang dapat berujung dalam tindakan pidana.

Amaliyyah (2021) dalam penelitiannya juga mengungkapkan agresif verbal dapat menyebabkan seseorang berpikir bahwa dirinya adalah pribadi yang lemah dan selalu gagal dalam setiap hal. Agresif verbal memberikan dampak yang bersifat sementara seperti sakit hati, marah, jengkel, malu dan kehilangan semangatnya. Agresif verbal yang berlanjut dapat memicu terjadinya kekerasan fisik. Selain itu, dampak terhadap lingkungan menurut Khaira (2022) meliputi munculnya keresahan di masyarakat akibat perilaku agresif secara verbal, timbulnya kemarahan dari pihak yang menjadi korban perilaku agresif, serta terganggunya

ketenangan masyarakat karena anak yang berperilaku agresif cenderung melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan norma, seperti menimbulkan keributan. Perilaku agresif verbal merupakan bentuk perilaku yang dapat membahayakan lingkungan.

Sejalan dengan pendapat tersebut Prasetia, dkk (2019) juga berpendapat jika siswa yang tidak mendapatkan penanganan atas perilaku agresif verbal yang dimilikinya maka siswa tersebut akan sering mendapatkan teguran dan hukuman dari guru disekolah, siswa akan dijauhi atau terisolir dari teman-temannya sehingga menyebabkan proses belajar dan perkembangan sosial siswa disekolah terganggu dan apabila perilaku tersebut dibiarkan maka akan merusak moral siswa. Sitti Hapzah (2021) menyimpulkan jika remaja memiliki perilaku agresif verbal biasanya mereka menjadi pribadi yang kasar dan sulit menghargai orang lain. Moral remaja akan rusak, mereka juga mungkin tidak mementingkan untuk meminta maaf karena mereka pikir perilaku agresif verbal mereka adalah hal biasa dan tidak perlu dipermasalahakan.

Fenomena dilapangan berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti menemukan banyak siswa di SMA Prayatna yang masuk kedalam kategori agresif verbal, saat memasuki sekolah peneliti ditemukan dengan siswa-siswa yang saling mengejek, menghina dan berkata kasar kepada sesama temannya dengan sengaja maupun tidak sengaja. Peneliti juga melihat dan mendengar siswa yang dengan santai menuturkan kata-kata kotor pada temanya seperti hal yang sudah biasa diucapkan oleh siswa dilingkungan sekolah.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 17 Februari 2024 peneliti dengan seorang guru BK di SMA Swasta Prayatna Medan yaitu ibu Halimah S.Pd ditemukan beberapa siswa yang tidak memahami dan mengubah pemikiran

negatifnya dan kurang bisa mengontrol emosi dalam dirinya, guru tersebut mengungkapkan bahwa X dari kelas XI IPS 2 mencaci maki, bertengkar, berkata kasar dan saling mengejek satu sama lain, kemudian Y dan Z dari kelas XI IPS 3 sering berteriak saling mengejek, dan bergosip satu sama lain. Dalam hubungan sosial mereka, siswa sering mengalami masalah yang menunjukkan perilaku agresif verbal yang berusaha menyakiti orang lain, seperti bertengkar, berteriak, menjerit, mengejek, mencaci maki, mencemooh, dan menghina. Siswa tidak memiliki daya pengendalian diri yang kuat, jadi perilaku ini merupakan bagian dari pelampiasan emosi mereka. Untuk menjadi puas hati, mereka menyerang psikologi orang lain atau dirinya sendiri. Jika tidak ditangani segera, anak yang agresif akan terus berperilaku di luar norma dan tidak wajar terhadap temannya. Ini akan mengganggu proses belajar, yang akan merugikan pelaku agresif dan korbannya.

Bantuan yang responsif dari guru BK atau konselor sekolah sangat diperlukan untuk memenuhi kebutuhan siswa yang semakin beragam dan mendesak. Salah satu bagian dari layanan bimbingan dan konseling responsif adalah konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan proses dinamis antar individu yang berfokus pada kesadaran pikiran dan perilaku, yang dibentuk dalam kelompok, dengan tujuan meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri guna mendorong perilaku yang lebih baik dari sebelumnya. Konseling kelompok menurut Juntika Nurihsan (dalam Kurnanto 2006:24), adalah bantuan kepada individu dalam konteks kelompok berfokus pada upaya pencegahan, penyembuhan, serta memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan pribadi. Konseling kelompok memotivasi dan mendorong perkembangan individu. Alasan penggunaan konseling kelompok adalah karena konseling kelompok dapat dijadikan sebagai upaya untuk

menyelesaikan dan mengatasi masalah yang dialami siswa, seperti perilaku agresif secara verbal. Anggota kelompok dapat mengatasi masalah pribadi mereka melalui kegiatan kelompok, sehingga mencapai perkembangan yang optimal.

Untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa, peneliti memilih konseling kelompok yang menggunakan teknik *self-regulation of emotion*. *Self-regulation of emotion* adalah kemampuan individu yang mengacu pada kemampuan untuk berpikir, mengelola emosi, mengatur dan mengendalikan bagaimana mereka berperilaku. Teknik ini dipilih karena dapat mengajarkan siswa untuk mempertimbangkan emosi mereka, mampu membedakan emosi mereka, dan mengontrol emosi mereka sendiri (Gross & Thompson dalam Purwadi 2018).

Pendekatan Self-Regulation of Emotion dalam konseling kelompok dinilai efektif untuk menyelesaikan masalah dan membantu siswa belajar mengendalikan diri saat berada dalam situasi yang memicu mereka mengekspresikan emosi, seperti ketika berdebat, bercanda, atau menghadapi konflik dengan teman sebaya. *Self-regulation of emotion* adalah cara yang dapat digunakan individu untuk memahami dan mengendalikan emosinya. Ini mengubah respons emosi dengan mengubah proses afektif dan kognitif, yang berdampak pada dimensi aktif. *Self-regulation of emotion* dapat memperbaiki gejala kecemasan, depresi, dan harga diri. Selain itu, ini juga membantu siswa belajar mengelola emosi mereka terkait dengan lingkungan di sekitar mereka.

Menurut Miller & Brown (dalam Purwadi, 2018), kemampuan mengatur diri secara umum terdiri dari tujuh tahap, yaitu: (1) *Receiving* (menerima informasi), (2) *Evaluating* (mengevaluasi), (3) *Triggering* (memicu perubahan), (4) *Searching* (mencari solusi), (5) *Formulating* (merancang), (6) *Implementing*

(menerapkan), dan (7) *Assessing* (mengukur). Pelatihan *self-regulation of emotion* dapat mengurangi reaktivitas emosional sekaligus meningkatkan kemampuan dalam mengatur emosi. Proses regulasi emosi ini berfungsi untuk meredam, meningkatkan, mempertahankan, atau mengganti emosi tertentu.

Berdasarkan uraian pada latar belakang dan realita di lapangan, maka konseling kelompok teknik *self-regulation of emotion* dapat diberikan pada siswa dalam rangka merubah perilaku agresif. Oleh karena itu peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian dengan judul “**Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self-Regulation Of Emotion* terhadap Perilaku Agresif Verbal Siswa Kelas XI IPS di SMA Swasta Prayatna Medan Tahun Ajaran 2023/2024**”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

- 1.2.1. Terdapat peserta didik yang tidak memahami dan mengubah pemikiran negatif serta kesulitan mengontrol emosi dalam dirinya terhadap orang lain.
- 1.2.2. Terdapat peserta didik yang memiliki perilaku agresif verbal aktif seperti berteriak, menghina, memaki, berkata kasar, mengutuk pada peserta didik lainnya.
- 1.2.3. Terdapat peserta didik yang memiliki perilaku agresif verbal pasif seperti meolak berbicara pada peserta didik lainnya.

1.3. Batas Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas maka batasan dari masalah dalam penelitian ini adalah “Pengaruh Konseling Kelompok Teknik

Self-Regulation Of Emotion terhadap Perilaku Agresif Verbal Siswa Kelas XII IPS SMA Swasta Prayatna Medan Tahun Ajaran 2023/2024”.

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: Apakah ada Pengaruh Konseling Kelompok *Teknik Self-Regulation Of Emotion* terhadap Perilaku Agresif Verbal Siswa Kelas XI IPS di SMA Swasta Prayatna Medan Tahun Ajaran 2023/2024?.

1.5. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok *teknik self-regulation of emotion* terhadap Perilaku Agresif Verbal Siswa Kelas XI di SMA Swasta Prayatna Medan Tahun Ajaran 2023/2024.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Praktis

1.6.1.1. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengurangi perilaku agresif verbal siswa di kelas XI IPS di SMA Swasta Prayatna Medan.

1.6.1.2. Bagi Guru BK

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan dan masukan bagi guru BK dalam memeberikan layanan konseling kelompok teknik *self-regulation of emotion* terhadap perilaku agresif verbal.

1.6.1.3. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam menambah pengetahuan untuk bekerjasama dengan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan kepada siswa.

1.6.1.4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan bahan masukan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh konseling kelompok teknik *self-regulation of emotion* dalam mengurangi perilaku agresif verbal

1.6.2. Manfaat Teoretik

1.6.2.1. Hasil penelitian diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan khususnya yang berkaitan dengan Bimbingan dan Konseling

1.6.2.2. Hasil penelitian diharapkan dapat mengembangkan ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya yang berkaitan dengan konseling kelompok teknik *self-regulation of emotion* dalam mengurangi perilaku agresif verbal siswa.