



**KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
REFRAMING UNTUK MENURUNKAN PERILAKU
AGRESIF SISWA DI SMP NEGERI 7 SUKOHARJO
TAHUN AJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

**disajikan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling**

oleh

Ummu Habibah
1301414073

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi dengan judul “Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo Tahun Ajaran 2018/2019” benar-benar hasil karya sendiri, bukan buatan orang lain, dan tidak menjiplak karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Adapun pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai dengan ketentuan kode etik ilmiah.

Semarang, Oktober 2019



Salmu Habibah
NIM. 1301414073

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo Tahun Ajaran 2018/2019” yang disusun oleh Ummu Habibah dengan NIM 1301414073 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Rabu, 9 Oktober 2019

PANITIA:



Dra. Sinta Saraswati, M.Pd., Kons.
NIP. 1960060519990320

Sekretaris,

Sunawan, Ph.D
NIP. 197807012006041002

Penguji 1,

Dr. Suharso, M.Pd., Kons.
NIP. 196202201987101001

Penguji 2,

Dra. Sinta Saraswati, M.Pd., Kons.
NIP. 1960060519990320

Penguji 3,

Prof. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons.
NIP. 195211201977031002

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“Kata “maaf” sebagai pengingat tak ada kesempurnaan, “tolong” untuk menerima segala kekurangan, dan “terimakasih” sebagai apresiasi dalam segala hal”.

Persembahan:

Skripsi ini saya persembahkan untuk
Almamater Jurusan Bimbingan dan
Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Semarang

ABSTRAK

Habibah, ummu. 2019. *Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo Tahun Ajaran 2018/2019*. Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan permasalahan yang ditemukan di lapangan yaitu terdapat sejumlah siswa di sekolah yang secara sengaja berperilaku agresif seperti memukul dan mencubit temannya, berkata kasar, menghina, mengejek serta merusak fasilitas milik sekolah dan temannya, sehingga menyebabkan sakit fisik seperti memar dan luka bagi yang mendapatkan perlakuan fisik dan sakit hati bagi siswa yang dihina serta rusaknya fasilitas milik pihak sekolah maupun barang-barang pribadi milik teman-temannya. Perilaku agresif ini tidak hanya dilakukan siswa terhadap temannya saja, namun juga terhadap guru seperti melawan dan mencemooh guru ketika belajar. Penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik reframing diharapkan dapat membantu mengurangi perilaku agresif siswa. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa layanan konseling kelompok teknik reframing dapat mengurangi perilaku agresif siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 7 Sukoharjo, yang berjumlah 154 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Sampel yang diambil adalah subjek yang sesuai dengan karakteristik yang dibutuhkan dalam penelitian yaitu siswa yang memiliki perilaku agresif tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku agresif siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo sebelum dan sesudah diberikannya *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan teknik reframing mengalami penurunan skor rata-rata sebesar 27 atau setara dengan 11%. Kenaikan skor ini memberikan pengaruh terhadap kategori yang diperoleh dari sebelumnya yang termasuk dalam kategori perilaku agresif tinggi dapat mengalami perubahan menjadi kategori perilaku agresif sedang. Perubahan atau penurunan kategori skor dikarenakan oleh adanya respon positif dari siswa yang memiliki keinginan untuk merubah diri dan mau mengikuti layanan konseling kelompok. Pembahasan temuan ini diarahkan untuk mengkaji konseling kelompok teknik reframing efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

Kata kunci: perilaku agresif, konseling kelompok, teknik reframing

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo Tahun 2018/2019”

Terimakasih saya ucapkan kepada dosen pembimbing, Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd.,Kons. yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari kerjasama dan dukungan berbagai pihak. Atas kerjasama dan dukungan yang diberikan, saya juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah bertanggungjawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang,
2. Dr. Achmad Rifai RC, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memfasilitasi dan mengesahkan skripsi ini,
3. Kusnarto Kurniawan, M.Pd., Kons. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin untuk penelitian serta dukungan dalam penyelesaian skripsi,

4. Tim dosen penguji skripsi skripsi yang telah meluangkan waktu untuk menguji skripsi dan memberikan masukan untuk perbaikan skripsi ini,
5. Dr. Suharso, M.Pd., Kons. dosen wali yang senantiasa memberikan semangat, motivasi, saran dan rekomendasi dalam menempuh studi di Universitas Negeri Semarang,
6. Bapak dan ibu dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi penulis,
7. Guru BK di SMA Negeri 7 Sukoharjo yang selalu membantu selama proses penelitian berlangsung,
8. Kedua orang tua saya Bapak Wagiman dan Ibu Yesi Diyani, kemudian kakak saya Muhammad Nur Rohman, dan adik saya Aisyah Nur Hasanah yang tiada hentihentinya mengingatkan, memberikan dukungan dan memberikan doanya,
9. Teruntuk jiwa dan raga saya yang sudah berjuang dan saling mendukung hingga bisa tercapailah titik ini,
10. Sahabat-sahabatku Choirul, Latifah, Azzizah, Tata, Winda, Putri, Yuyun, Laili dan Mutiara yang selalu setia menemani, membantu, dan menghibur terlebih lagi selalu menyemangati.
11. Teman-teman Jurusan Bimbingan dan Konseling yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, yang telah membantu penyusunan skripsi ini,
12. Seluruh siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo yang telah berpartisipasi dalam penelitian.

Penulis telah berusaha dan bersungguh-sungguh dalam penyusunan skripsi ini, dengan harapan dapat tersusun dan tersaji dengan baik. Apabila masih terdapat banyak kekurangan hal ini semata karena keterbatasan penulis. Akhirnya penulis berharap hasil penelitian dalam skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan penulis pada khususnya. Amin.

Semarang, 9 Oktober 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Makalah	9
1.4 Manfaat Makalah	10
BAB 2 LANDASAN TEORI	12
2.1 Kajian Pustaka	12
2.2 Kajian Teori	15
2.2.1 Perilaku Agresif.....	15
2.2.1.1 Pengertian Agresif	15
2.2.1.2 Tujuan Agresi	16
2.2.1.3 Aspek-aspek Tipologi Perilaku Agresif	17
2.2.1.4 Bentuk-bentuk dari Perilaku Agresi.....	19
2.2.1.5 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Perilaku Agresif ..	20
2.2.2 Teknik Reframing	22
2.2.2.1 Pengertian Teknik Reframing.....	22
2.2.2.2 Tujuan Reframing	23
2.2.2.3 Jenis-jenis Reframing dan Sasaran Kegunaan	24
2.2.2.4 Prosedur Teknik Reframing	26
2.2.3 Layanan Konseling Kelompok	27
2.2.3.1 Pengertian Konseling Kelompok	27

2.2.3.2 Tujuan Konseling Kelompok	28
2.2.3.3 Asas-asas Konseling Kelompok	29
2.2.3.4 Pemimpin Kelompok	32
2.2.3.5 Dinamika Kelompok	33
2.2.3.6 Tahapan Konseling Kelompok	35
2.2.3.7 Kelompok yang Efektif	38
2.3 Kerangka Berpikir	39
2.4 Hipotesis	43
BAB 3 METODE PENELITIAN	44
3.1 Jenis Penelitian dan Desain Penelitian.....	44
3.1.1 Jenis Penelitian	44
3.1.2 Desain Penelitian	45
3.2 Variabel Penelitian	48
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	48
3.2.2 Hubungan Antar Variabel	49
3.2.3 Definisi Operasional Variabel	49
3.3 Subjek Penelitian	51
3.3.1 Populasi Penelitian	51
3.3.2 Sampel Penelitian	52
3.4 Metode dan Alat Pengumpulan Data	52
3.4.1 Metode Pengumpulan Data	52
3.4.2 Alat Pengumpulan Data	53
3.5 Penyusunan Instrumen	54
3.6 Validitas dan Reabilitas	54
3.6.1 Validitas Instrumen	54
3.6.2 Reabilitas Instrumen	56
3.7 Teknik Analisis Data	57
3.7.1 Analisis Deskripsi Persentase	58
3.7.2 Uji Wilcoxon	59
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	61
4.1 Hasil Penelitian	61
4.1.1 Perilaku Agresif Siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo Sebelum Diberikannya Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing	61
4.1.2 Perilaku Agresif Siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo Setelah Diberikannya Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing	64

4.1.3 Perbandingan Perilaku Agresif Siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo Sebelum dan Sesudah Diberikannya Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing	65
4.1.4 Hasil Uji Wilcoxon	67
4.1.5 Hasil Pengamatan Selama Proses Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing	70
4.1.6 Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing di SMP Negeri 7 Sukoharjo dapat Dilaksanakan untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa	75
4.2 Pembahasan	76
BAB 5 PENUTUP	86
5.1 Simpulan	86
5.2 Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN	91

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Aspek-aspek Tipologi Perilaku Agresif	18
3.1 Kriteria Reliabilitas	57
3.2 Kriteria Penilaian Tingkat Perilaku Agresif.....	59
4.1 Hasil Pre-Test Skala Perilaku Agresif Siswa SMP Negeri 7 Sukoharjo.....	62
4.2 Hasil Pre-Test Siswa yang Terpilih Menjadi Anggota Kelompok.....	63
4.3 Hasil Post-Test Anggota Kelompok.....	64
4.4 Tabel Perbandingan Hasil Pre-Test dan Post-Test	65
4.5 Hasil Uji Wilcoxon	68
4.6 Test Statistics	69
4.7 Hasil Pengamatan Selama Proses Konseling Kelompok	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Bagan Kerangka Berpikir.....	42
3.1 Desain Penelitian.....	46
3.2 One-group pretest-posttest	48
3.3 Hubungan Antar Variabel	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Pedoman Wawancara	92
2. Panduan Wawancara	94
3. Hasil Wawancara	96
4. Kisi-Kisi Skala Perilaku Agresif (Try Out)	100
5. Skala Perilaku Agresif Siswa Sekolah Menengah Pertama	103
6. Kisi-Kisi Skala Perilaku Agresif (Pre-Test).....	112
7. Skala Perilaku Agresif Siswa Sekolah Menengah Pertama (Pre-Test).....	114
8. Hasil Uji Validitas Skala Perilaku Agresif	121
9. Hasil Uji Reliabilitas.....	123
10. Hasil Uji Wilcoxon	124
11. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	125
12. Kisi-Kisi Penilaian Proses.....	167
13. Penilaian Proses	169
14. Petunjuk Penilaian Proses Per-Individu.....	176
15. Penilaian Proses Perindividu.....	178
16. Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	185
17. Tabulasi Hasil Uji Coba Tes Skala Perilaku Agresif kepada Siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo	201
18. Tabulasi Hasil Pre-Test.....	207
19. Tabulasi Hasil Post-Test	208
20. Tabel Perbandingan Hasil Pre-Test Dan Post-Test.....	209
21. Daftar Nama Siswa	210
22. Dokumentasi Penelitian	211

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja adalah generasi yang paling berpengaruh dalam mewujudkan cita-cita suatu bangsa dan generasi penerus yang diharapkan bisa merubah keadaan bangsanya menjadi bangsa yang lebih baik. Santrok (2007) mendefinisikan remaja sebagai masa perkembangan transisi antara anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosialemosional. Perubahan kognitif meliputi perubahan dalam pikiran, intelegensi dan bahasa tubuh, sedangkan perubahan sosialemosional meliputi perubahan dalam hubungan individu dengan manusia lain, baik keluarga maupun lingkungan sekitar dalam emosi, kepribadian dan konsep diri.

Remaja memperlihatkan tingkah laku negatif, karena lingkungan yang tidak memperlakukan mereka sesuai dengan tuntutan atau kebutuhan perkembangannya mereka, misalnya timbulnya sakit fisik dan psikis serta kerugian akibat perilaku agresif tersebut. Perilaku agresif pada remaja terjadi karena banyak faktor yang menyebabkan, mempengaruhi, atau memperbesar peluang munculnya, seperti faktor biologis, temperamen yang sulit, pengaruh pergaulan yang negatif, penggunaan narkoba, pengaruh tayangan kekerasan, dan lain sebagainya. Penelitian longitudinal terhadap remaja oleh Elliot (dalam Sadiqqah, 2010) menemukan bahwa terdapat peningkatan

tindakan kekerasan pada anak laki-laki maupun perempuan pada usia 12 tahun sampai 17 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa pada tahap perkembangannya, remaja tergolong rentan berperilaku agresif, terutama jika terdapat faktor risiko yang menyertainya.

Data demografi menunjukkan bahwa penduduk didunia jumlah populasi remaja merupakan populasi yang besar. Menurut World Health Organization (WHO) sekitar seperlima dari penduduk dunia dari remaja berumur 10-19 tahun. Sekitar 900 juta berada di negara sedang berkembang, sementara di Indonesia sekitar (non verbal) 60 juta jiwa penduduk adalah remaja (BKKBN,2011). Di Provinsi Jawa Tengah tercatat remaja yang berusia 7-15 tahun berjumlah 1.798.106 remaja yang terdiri dari 927.137 remaja laki-laki dan 870.969 remaja perempuan. Sedangkan remaja yang berusia 16-18 tahun berjumlah 1.634.045 remaja yang terdiri dari 843.131 remaja laki-laki dan 790.914 remaja perempuan (BPS, 2010). Data tersebut menunjukkan remaja merupakan kelompok umur yang memiliki populasi yang besar baik didunia, Indonesia maupun di Provinsi Jawa Tengah saja yang merupakan lingkup kecil dalam suatu negara.

Dilihat dari data hasil demografi tersebut, keadaan remaja di dunia khususnya di Indonesia memiliki jumlah populasi yang besar. Berdasarkan hal tersebut, dalam berkembangnya sebuah negara diperlukan kontribusi pemuda yang memiliki nilai positif serta pemikiran yang inovatif dan konstruktif. Sementara di era millennial ini, media informasi sangat mudah diakses oleh siapapun dan kapanpun. Banyak konten-konten tertentu yang secara tidak langsung mempengaruhi dan membentuk pola pikir si pengakses media. Banyak sekali konten negatif yang berbau kekerasan yang kapan

saja bisa diakses dan ditiru yang membentuk perilaku negatif salah satu diantaranya yaitu perilaku agresif. Perilaku agresif bukan hanya dipengaruhi oleh media saja, masih banyak faktor penyebab munculnya perilaku ini. Sangat penting upaya mengurangi perilaku agresif ini untuk dilakukan. Karena apabila tidak ada upaya pemberian perlakuan khusus, maka pengaruhnya bukan hanya dalam lingkup kecil saja namun bisa jadi menimbulkan kerugian dalam lingkup besar. Perilaku ini dapat merugikan baik bagi diri sendiri, orang lain maupun lingkungan sekitar.

Seperti kejadian di beberapa tahun terakhir ini, banyak perilaku agresif siswa yang diberitakan di Indonesia. Bahkan hingga terjadi kekerasan yang dilakukan siswa kepada guru kelasnya, adapula perilaku vandalisme yang dilakukan para remaja di lingkungan sekitarnya, dan banyak pula perilaku remaja yang merusak alam dengan mengambil tanaman yang dilindungi negara. Dapat diketahui bahwa perlu upaya yang dapat merubah kondisi remaja saat ini yang terlihat memprihatinkan, hal tersebut dapat dilihat dari kondisi remaja saat ini yang cenderung lebih agresif, emosi tidak stabil, dan tidak bisa menahan dorongan nafsu. Pada masa pubertas atau masa menjelang dewasa, remaja mengalami banyak pengaruh-pengaruh dari luar yang menyebabkan remaja terbawa pengaruh oleh lingkungan tersebut. Hal tersebut mengakibatkan remaja yang tidak bisa menyesuaikan atau beradaptasi dengan lingkungan yang selalu berubah-ubah akan melakukan perilaku yang maladaptif, seperti contohnya perilaku agresif yang dapat merugikan orang lain dan juga diri sendiri (Santrock, 2007).

Perilaku agresif merupakan suatu luapan emosi sebagai reaksi terhadap kegagalan individu yang ditampakkan dalam perusakan terhadap manusia atau benda

dengan unsur kesengajaan yang diekspresikan dengan kata-kata (verbal) dan perilaku (Sudrajat, 2011). Permasalahan yang ditemukan di lapangan adalah terdapat sejumlah siswa di sekolah yang secara sengaja berperilaku agresif seperti memukul dan mencubit temannya, berkata kasar, menghina, mengejek serta merusak fasilitas milik sesama siswa maupun sekolah, sehingga menyebabkan sakit secara verbal maupun fisik seperti memar dan luka bagi yang mendapatkan perlakuan fisik dan luka hati serta dendam bagi siswa yang dihina selain itu rusaknya fasilitas milik pihak sekolah maupun barang-barang pribadi milik teman-temannya.

Perilaku agresif ini tidak hanya dilakukan siswa terhadap temannya saja, namun juga terhadap guru seperti melawan dan meledek/mencemooh guru ketika belajar, siswa lain pun banyak yang melihat dan menyadari perilaku negatif tersebut. Ketika perilaku ini muncul secara berulang mengakibatkan siswa yang berperilaku agresif dijauhi oleh teman-temannya dan membuat guru-guru tidak senang dan bersimpati dengan siswa tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian (Fortuna, 2008) dinyatakan bahwa ada hubungan pola asuh otoriter dengan perilaku agresif pada remaja. Pemaksaan dan kontrol yang sangat ketat dapat menyebabkan kegagalan dalam berinisiatif pada anak dan memiliki keterampilan komunikasi yang sangat rendah. Anak akan menjadi seorang yang sulit untuk bersosialisasi dengan teman-temannya sehingga anak akan mempunyai rasa sepi dan ingin diperhatikan oleh orang lain dengan cara berperilaku agresif.

Untuk mengurangi perilaku agresif yang mengakibatkan munculnya kegagalan anak dalam berinisiatif dan rendahnya kemampuan anak dalam berkomunikasi,

diperlukan pemberian bantuan kepada siswa dengan memberikan ruang kepada mereka untuk berbicara, berpendapat, maupun mengekspresikan apa yang dirasakannya. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan pemberian bimbingan konseling kelompok untuk membantu siswa didalam perkembangan individu yang berkualitas dan mumpuni.

Konseling kelompok dapat dilakukan untuk membantu siswa yang memiliki kecenderungan melakukan perilaku agresif baik fisik maupun psikis pada benda ataupun manusia. Sementara itu (Corey & Corey, 2006) menjelaskan bahwa seorang ahli dalam konseling kelompok mencoba membantu peserta untuk menyelesaikan kembali permasalahan hidup yang umum dan sulit seperti: permasalahan pribadi, sosial, belajar/akademik, dan karir. Konseling kelompok lebih memberikan perhatian secara umum pada permasalahan-permasalahan jangka pendek dan tidak terlalu memberikan perhatian pada treatment gangguan perilaku dan psikologis.

Konseling kelompok dianggap lebih sesuai bagi individu yang perlu berbagi sesuatu dengan orang lain untuk merasa dirinya dimiliki dan dihargai, individu dapat berbincang tentang kebimbangan mereka, nilai hidup mereka dan masalah-masalah yang dihadapi, individu yang memerlukan dukungan rekan senasib yang lebih mengerti dirinya, individu yang memerlukan pengalaman dalam kelompok untuk memahami dan memotivasi diri, individu yang ingin memecahkan masalahnya dengan kehadiran orang lain, individu yang perlu untuk mengamati bagaimana reaksi orang lain atas masalah mereka.

Proses pembentukan dinamika kelompok sangat penting dimanfaatkan untuk pemecahan masalah yang dimiliki anggota konseling kelompok. Jika dinamika kelompok terbentuk, maka konseling kelompok akan berkembang dan masing-masing anggota dapat membantu penyelesaian masalah yang dialami rekan satu kelompoknya. Hidupnya proses konseling kelompok akan sangat menentukan arah langkah pencapaian tujuan layanan konseling kelompok.

Program yang dinilai efektif untuk mengurangi agresivitas, baik sebagai pencegahan maupun penanganan, adalah yang menggunakan pendekatan (Siddiqah, 2010). Karena tidak hanya fokus pada aspek kognitif saja, namun juga memperhitungkan fungsi individu pada aspek afektif dan perilaku. Perubahan pada salah satu aspek akan diikuti oleh perubahan pada aspek yang lainnya, yang seringkali disebut sebagai penanganan multikomponen atau multimodal (Siddiqah, 2010). Di Inggris, pendekatan-pendekatan restoratif juga berperan untuk mengatasi permasalahan perilaku agresif seperti tindakan mengganggu atau *bullying* di sekolah. Ada 3 prinsip utama yang ada dalam pendekatan ini yakni: (a) tanggung jawab, pelaku bersama orangtuanya belajar menerima tanggung jawab untuk pelanggaran yang dibuat melalui tindakannya, (b) perbaikan, korban dilibatkan melalui konsultasi, mediasi dan partisipasi, dan kegiatan-kegiatan reparatif dirancang untuk membantu pelaku pelanggaran untuk mengurangi sebagian kerusakan dan distress yang telah disebabkan, (c) resolusi, mengakhiri dengan sukses konfliknya sehingga siswa dan keluarganya bebas berinteraksi tanpa ancaman konflik lebih lanjut.

Dalam hal ini beberapa hal dapat dilakukan dalam mengurangi perilaku agresif siswa. Melalui konseling kelompok teknik reframing, perilaku agresif dinilai memiliki keefektifan sebagai pencegah ataupun penanganan yaitu dengan memasukkan beberapa poin dari tanggung jawab, perbaikan dan resolusi. Beberapa poin tersebut dapat digunakan dalam proses reframing yang diberikan kepada siswa agar siswa mampu membongkar ulang pemikiran-pemikiran negatif menuju ke pemikiran yang lebih positif dan konstruktif.

Reframing merupakan salah satu metode dari pendekatan konseling kognitif behavior yang bertujuan mengorganisir konten emosi yang dipikirkannya dan mengarahkan/membongkar kembali kearah pikiran yang rasional, sehingga kita dapat mengerti berbagai sudut pandang dalam konsep diri/konsep kognitif dalam berbagai situasi (Froggart, dalam Gantina, 2011).

Reframing dapat diimplementasikan dengan menggunakan tiga langkah sederhana. Pertama, konselor profesional harus menggunakan suatu siklus mendengarkan tanpa menghakimi untuk mencapai pemahaman lengkap tentang masalah klien (M.E Young,2013 dalam Erford 2016:235). Hal ini adalah titik berangkat esensial karena reframing harus didasarkan pada pemahaman yang kuat tentang klien dan pandangan klien tentang dunia sehingga klien dapat berhubungan dengan kerangka acuan yang baru (yaitu reframe). Kedua, begitu konselor memahami masalahnya, konselor profesional kemudian dapat membangun sebuah jembatan dari sudut pandang klien dengan baru untuk melihat masalahnya. Ketiga, konselor profesional harus mengakkan jembatan sampai perubahan dalam perspektif

berkembang. Salah satu cara menekankan perspektif baru adalah dengan memberikan pekerjaan rumah kepada klien yang memaksanya untuk melihat masalahnya dengan cara baru.

Reframing mengubah sudut pandang konseptual atau emosional terhadap suatu situasi dan mengubah maknanya dengan meletakkannya dalam suatu kerangka kerja kontekstual lain yang juga cocok dengan fakta – fakta yang sama dari situasi aslinya. Dalam penggunaan teknik reframing diharapkan klien dapat membangun pemikiran baru serta dapat memotivasi dirinya sendiri. Dengan demikian konseling kelompok teknik reframing diharapkan dapat menurunkan perilaku agresif dikalangan siswa.

1.2 Rumusan Masalah

- 1.2.1 Bagaimana tingkat perilaku agresif siswa SMP Negeri 7 Sukoharjo sebelum diberikannya layanan konseling kelompok teknik reframing?
- 1.2.2 Bagaimana tingkat perilaku agresif siswa SMP Negeri 7 Sukoharjo setelah diberikannya layanan konseling kelompok teknik reframing?
- 1.2.3 Bagaimana tingkat keefektifan layanan konseling kelompok teknik reframing untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMP Negeri 7 Sukoharjo?

1.3 Tujuan Penelitian

- 1.3.1 Mendeskripsikan tingkat perilaku agresif siswa sebelum diberikannya konseling kelompok teknik reframing
- 1.3.2 Mendeskripsikan tingkat perilaku agresif siswa setelah diberikannya konseling kelompok teknik reframing

1.3.3 Menganalisa tingkat keefektifan konseling kelompok teknik reframing untuk mengurangi perilaku agresif siswa

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat, dari hal tersebut dapat diambil manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi pengembangan kajian bimbingan dan konseling di sekolah terkait dengan layanan konseling kelompok teknik reframing dalam mengurangi perilaku agresif siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.2.1 Bagi Guru BK

Penelitian ini secara praktis diharapkan dapat bermanfaat bagi guru BK sebagai upaya untuk mengetahui, mengenali, dan mengurangi perilaku agresif siswa dengan memberikan layanan konseling kelompok teknik reframing.

1.4.2.2 Bagi Kepala Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memfasilitasi pihak sekolah sebagai serta bahan pertimbangan dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling disekolah.

1.4.2.3 Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan atau referensi yang dapat membantu penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang perilaku agresif.

BAB 2

LANDASAN TEORI

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian tentang konseling kelompok teknik reframing untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa ini didukung pula oleh beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian tersebut. Penelitian ini berfokus pada konseling kelompok teknik reframing untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa, pemberian layanan ini diharapkan dapat mengurangi perilaku agresif pada siswa sehingga perilaku tersebut tidak merugikan banyak pihak. Ada beberapa penelitian terdahulu yang mendukung penelitian ini.

Hasil penelitian oleh Aprezo Pardodi Maba, menunjukkan fakta bahwa, konsep konseling kelompok dengan mengintegrasikan teknik paradoxial intention didalam tahap kegiatan yang dengan berani mengarahkan keinginan dan tindakan anggota untuk melawan tujuan konseling yang telah ditetapkan, hal ini bukan berarti membiarkan siswa tetap dengan agresi verbalnya. Selain itu hasil setelah pemberian tindakan, peneliti memperoleh hasil skor agresi verbal siswa mengalami penurunan skor rata-rata 15 poin atau 15,78%. Dari hasil evaluasi awal dan akhir dari penelitian tersebut, sudah dapat dikatakan bahwa model konseling kelompok dengan teknik paradoxical intention sudah efektif untuk mengurangi perilaku agresi verbal siswa SMP Negeri 2 Buay Runjung.

Penelitian lain dilakukan oleh Sean Marta Efastri menunjukkan hasil penelitian profil bullying terdapat satu orang siswa kategori perilaku bullying sangat tinggi, tiga orang siswa kategori sedang, dan dua orang siswa kategori rendah. Sementara hasil penelitian profil agresif terdapat dua orang siswa kategori perilaku tinggi, dua kategori sedang, dan dua orang kategori rendah. Dua orang anak kategori agresif tinggi disebabkan oleh keterlibatan mereka dalam geng motor di daerah Ujung Batu, walaupun mereka menyatakan ikut-ikutan tetapi itu berdampak terhadap perilaku agresif mereka. Hasil penelitian akhir konseling kelompok dengan pendekatan behavioral efektif untuk mengurangi perilaku bullying 30,33 dan perilaku agresif 20,33.

Penelitian terdahulu lainnya dilakukan oleh Rina Setiawati menunjukkan hasil menggunakan analisis produk moment diperoleh nilai (r) sebesar $-0,618$ dengan $\text{sig} = 0,00$; $p < 0,01$, hasil tersebut menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresi. Nilai (r) negative menunjukkan arah kedua variabel yang negatif, yaitu semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin rendah perilaku agresi. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin tinggi perilaku agresi. Nilai signifikansi dibawah $0,01$ dalam penelitian ini menunjukkan hubungan antara variabel kecerdasan emosi dan perilaku agresi adalah hubungan yang signifikan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang berbunyi : “Ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresi remaja” dapat diterima.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Yoshi Restu dan Yusri, menunjukkan hasil bahwa upaya yang dapat dilakukan oleh guru BK/ konselor untuk mengatasi perilaku agresif siswa adalah dengan cara memberikan layanan bimbingan dan konseling, yaitu layanan informasi, penguasaan konten, konseling individual dan bimbingan kelompok. Layanan ini dapat diberikan dengan tiga format yaitu individual, kelompok dan klasikal. Materi yang diberikan terkait dengan perilaku agresif siswa.

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perilaku agresif memiliki porsi permasalahan dalam kehidupan anak/siswa yang sangat penting untuk diatasi. Salah satu penelitian terdahulu hanya menggunakan layanan konseling biasa tanpa inovasi teknik atau pendekatan lainnya. Dengan itu perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian terdahulu yaitu diantaranya adalah proses konseling kelompok yang diberikan untuk mengurangi perilaku agresif adalah dengan inovasi pemberian teknik reframing yang merupakan salah satu metode dari pendekatan konseling kognitif behavior yang bertujuan mengorganisir konten emosi yang dipikirkannya dan mengarahkan/membingkai kembali kearah pikiran yang rasional. sehingga nantinya hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca, guru BK, pihak sekolah maupun sebagai bahan untuk penelitian selanjutnya. Selain itu juga dapat bermanfaat sebagai salah satu masukan dalam memberikan bantuan untuk mengurangi perilaku agresif siswa di sekolah.

2.2 Kajian Teori

2.2.1 Perilaku Agresif

2.2.1.1 Pengertian Agresif

Sebuah definisi klasik diusulkan oleh Buss (Krahe, 2005:15), ia mengarakterisasikan agresi sebagai “sebuah respons yang mengantarkan stimuli ‘beracun’ kepada makhluk hidup lain”. Agar perilaku seseorang memenuhi kualifikasi agresi, perilaku itu harus dilakukan dengan niat menimbulkan akibat negatif terhadap targetnya dan sebaliknya, menimbulkan akibat harapan bahwa tindakan itu akan menghasilkan sesuatu spesifikasi ini mengesampingkan perilaku yang mengakibatkan sakit atau cedera yang terjadi diluar kehendak, misalnya yang terjadi secara kebetulan atau akibat kecerobohan atau akibat ketidakcocokan.

Dengan memfokuskan pada niat orang untuk menyakiti orang lain juga memungkinkan dimasukkannya tindakan nonaksi, seperti tidak bertindak menolong orang yang membutuhkan pertolongan, sebagai sebuah tindakan agresif. Baron dan Richardson (dalam Krahe, 2005:16-17) mereka mengusulkan penggunaan istilah agresi untuk mendeskripsikan “segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup yang terdorong untuk menghindari perlakuan itu”.

Berkowitz (dalam Krahe, 2005:18) mendefinisikan: agresi dalam hubungannya dengan pelanggaran norma atau perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial berarti mengabaikan masalah bahwa evaluasi normatif mengenai perilaku seringkali berbeda contoh, sebagian orang menganggapnya sebagai bentuk agresi yang tidak dapat

diterima. Sementara itu, menurut Elida Prayitno (2006:8), tingkah laku negatif bukan merupakan ciri perkembangan remaja yang normal, remaja yang berkembang akan memperlihatkan perilaku yang positif. Salah satu perilaku negatif yang ditunjukkan remaja adalah perilaku agresif, yaitu suatu tindakan yang dilakukan secara sengaja pada individu lain sehingga mengakibatkan sakit fisik dan psikis pada individu lain.

Atkinson (dalam Hidayat, Yusri & Asmidir, 2013) menjelaskan agresif adalah perilaku secara sengaja bermaksud melukai orang lain (secara fisik dan verbal) dan menghancurkan benda.

Perilaku agresif adalah bentuk tindakan-tindakan diskriminatif, yang bertentangan dengan norma-norma yang berlaku pada masyarakat, bisa disebut sebagai perilaku negatif atau maladaptif yang memerlukan penanganan khusus. Agresivitas adalah perilaku seseorang yang menyebabkan luka fisik atau luka psikologis pada orang lain atau mengakibatkan kerusakan pada benda.

2.2.1.2 Tujuan Agresi

Berdasarkan tujuannya, agresi sebenarnya tidak selalu ditujukan untuk membahayakan atau melukai orang lain. Agresi kadang ditujukan untuk mencapai tujuan lain yang dianggap lebih penting (*instrumental aggression*). Ada beberapa tujuan agresi yang bersifat instrumental. Berkowitz (dalam Abdul Rahman, Agus, 2017:201) menyebutkan beberapa tujuan agresi selain melukai atau non-injurious goal:

- (1) Coercion: agresi boleh jadi hanyalah perilaku kasar yang tujuannya bukan untuk melukai. Tujuan utamanya untuk mengubah perilaku orang lain atau menghentikan perilaku orang lain yang dianggap tidak sesuai dengan apa yang diharapkan;
- (2) Power and Dominance : perilaku agresi kadang

ditujukan untuk meningkatkan dan menunjukkan kekuasaan dan dominasi. Bagi orang yang menganggap penting dan ingin memelihara kekuasaan serta dominasinya, kekerasan kadang menjadi salah satu cara untuk menunjukkannya; (3) *Impression Management*: perilaku agresi kadang ditunjukkan dalam rangka menciptakan kesan. Orang yang konsep dirinya sebagai orang yang kuat ataupun berani seringkali menggunakan agresi untuk memperteguh kesan yang ingin diciptakannya.

Tujuan kekerasan lainnya disebutkan oleh kaum *social interactionist* Tadechi & Felson (dalam Abdul Rahman, Agus, 2017:202) menurut mereka perilaku agresi ditujukan (1) untuk mengendalikan perilaku orang lain, (2) untuk memperoleh keadilan, (3) untuk menyatakan dan melindungi identitas.

2.2.1.3 Aspek-aspek Tipologi Perilaku Agresif

Menurut Buss dan Perry (dalam Merdekasari & Chaer, 2017) berpendapat bahwa teorinya lebih memiliki aspek perilaku agresi yang lengkap yaitu meliputi amarah, kognitif dan perilaku (agresi verbal dan agresi fisik) apabila dibandingkan dengan teori lain.

Sebuah definisi klasik diusulkan oleh Buss (dalam Krahe, 2005:15), ia mengarakterisasikan agresi sebagai “sebuah respon yang mengantarkan stimuli ‘beracun’ kepada makhluk hidup lain. Menurut Krahe (2005:15) agar perilaku seseorang memenuhi kualifikasi agresi, perilaku itu harus dilakukan dengan niat menimbulkan akibat negatif terhadap targetnya dan sebaliknya, menimbulkan harapan bahwa tindakan itu akan menghasilkan sesuatu.

Di bawah ini terdapat aspek-aspek tipologi yang sudah cukup jelas bahwa diferensiasi antara agresi permusuhan dan instrumental memerlukan komentar lebih

lanjut. Pemilahan ini mengacu pada fungsi perilaku agresif bagi pelakunya (Krahe, 2005:17)

Tabel 2.1 Aspek-aspek Tipologi Perilaku Agresif	
Modalitas Respons	Verbal vs Fisik
Kualitas Respons	Bertindak vs Kegagalan untuk bertindak
Kesegeraan	Langsung vs Tidak Langsung
Visibilitas	Tampak vs Tidak Tampak
Hasutan	Tidak diprovokasi vs Tindakan balasan/retaliatif
Arah Sasaran	Permusuhan vs Instrumental
Tipe Kerusakan	Fisik vs Psikologis
Durasi Akibat	Sementara vs Jangka Panjang
Unit-unit Sosial yang Terlibat	Individu vs Kelompok

Menurut Krahe (2005), motif utama perilaku agresif bisa jadi adalah keinginan menyakiti oranglain untuk mengekspresikan perasaan-perasaan negatif, seperti pada agresi permusuhan, atau keinginan mencapai tujuan yang diinginkan melalui tindakan agresif, seperti dalam agresi instrumental. Sekalipun demikian, dalam mendiskusikan tentang teori-teori perilaku agresif lebih masuk akal bila kita memisahkan mereka karena ada proses-proses psikologis berbeda yang mungkin terlibat di dalamnya.

2.2.1.4 Bentuk-bentuk dari Perilaku Agresi

Banyak ahli yang mengungkapkan tipe agresivitas, diantaranya Buss (dalam Dayakisni, 2003) mengklasifikasikan perilaku agresif secara lebih lengkap, yaitu : perilaku agresif secara fisik atau verbal, dan secara aktif atau pasif, serta langsung atau tidak langsung. Tiga klasifikasi ini masing-masing saling berinteraksi, sehingga akan menghasilkan delapan bentuk perilaku agresif, yaitu:

- (1) Perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya menusuk, menembak, memukul orang lain;
- (2) Perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya membuat jebakan untuk orang lain;
- (3) Perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara langsung, misalnya tidak memberi jalan kepada oranglain;
- (4) Perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menolak untuk mengerjakan sesuatu, menolak untuk mengerjakan perintah oranglain;
- (5) Perilaku agresif verbal aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya memaki-maki orang;
- (6) Perilaku agresif verbal aktif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menyebar gosip tentang orang lain;
- (7) Perilaku agresif verbal pasif yang dilakukan secara langsung, misalnya tidak setuju dengan pendapat oranglain, tetapi tidak mau mengatakan (memboikot), tidak mau menjawab pertanyaan oranglain;
- (8) Perilaku agresif verbal pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menolak untuk berbicara dengan orang lian, menolak memberkan perhatian dalam suatu pembicaraan.

Menurut Buss dan Perry (dalam Dayakisni, 2003) mengelompokkan agresivitas kedalam 4 bentuk agresi, yaitu:

- (1) *Agresi Fisik*, merupakan komponen perilaku motori, seperti melukai dan menyakiti orang secara fisik. Contohnya terjadi perkelahian antar pelajar yang mengakibatkan beberapa orang terluka parah;
- (2) *Agresi Verbal*, merupakan komponen motorik, seperti melukai dan menyakiti oranglain dengan menggunakan verbal/perkataan. Misalnya seperti mencaci maki, berkata kasa, berdebat, menunjukkan ketidaksukaan atau ketidaksetujuan, menyebarkan gosip, dan lain-lain. Contohnya, beberapa siswa yang saling mengejek satu sama lainnya dengan ejekan yang menyakitkan;
- (3) *Agresi Marah*, merupakan emosi atau afektif, seperti munculnya kesiapan psikologis untuk bertindak agresif. Misalnya kesal, hilang kesabaran dan

tidak mampu mengontrol rasa amarah. Contohnya, seseorang akan kesal kalau dituduh melakukan kejahatan yang tidak pernah dilakukannya; (4) *Sikap Permusuhan*, meliputi komponen kognitif, seperti benci dari curiga pada oranglain, iri hati dan merasa tidak adil dalam kehidupan. Contohnya, seseorang sering merasa curiga terhadap oranglain, yang dikiranya menaruh dendam pada dirinya, padahal oranglain tersebut tidak dendam pada terhadapnya.

Wirohati dkk (2013) Narapidana dengan agresifitas non-verbal rendah dapat mengendalikan diri dan menyadari untuk tidak cepat bertindak secara agresif yang merugikan oranglain, sehingga dapat berperilaku sesuai dengan tujuan pembinaan mental yaitu membentuk watak dan perilaku, menjadi manusia yang sehat secara mental dan psikologis. Narapidana yang memiliki agresifitas rendah ditunjukkan dengan perubahan perilaku menjadi lebih sadar, tidak menentang petugas, mematuhi aturan lapas, dan kesediaan mengikuti berbagai program pembinaan kesadaran, yaitu kegiatan pembinaan agama, belajar menambah pengetahuan, kegiatan berbangsa dan bernegara, hukum dan kemasyarakatan.

2.2.1.5 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Perilaku Agresif

Agresivitas muncul apabila niat diperkuat oleh faktor-faktor yang dapat memicu sehingga terjadilah perilaku agresif. Sebaliknya, jika niat tersebut tidak mendukung, maka akan kecil kemungkinan untuk terjadinya perilaku agresif (Ajzen & Fishbein Dayakisni & Hudaniah, 2006:149). Pikiran dan interpretasi seseorang mengenai kejadian eksternal juga sangat mempengaruhi fungsi emosi dan perilakunya.

Perilaku agresif tidak hanya dipicu oleh kejadian-kejadian dilingkungan luar individu, namun juga dimunculkan dari bagaimana kejadian tersebut diterima dan diproses.

Kartono (dalam Restu & Yusri, 2013) menggambarkan pribadi manusia dewasa adalah prosuk campuran dari pengaruh luar atau eksternal (edukasi) dan produk dari dalam atau internal (pembentukan pribadi siswa). kedua faktor tersebut mengarahkan manusia mudah untuk aktif bermasyarakat. Kemudian dijelaskan perilaku agresif bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurang diperhatikan, tertekan, pergaulan buruk dan efek dari tayangan kekerasan di media masa.

Menurut Irwanto (2017) bahwa faktor-faktor penyebab munculnya perilaku agresif pada siswa adalah dikarenakan tidak mampunya individu dalam menyesuaikan diri, kurangnya kasih sayang ataupun perhatian dari orangtua yang disebabkan oleh berbagai hal terutama faktor kesibukan dalam pekerjaan serta adanya permasalahan ekonomi.

Menurut Taylor, Peplu & Sears (2009) munculnya perilaku agresif berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadi dalam diri seseorang. Rasa marah dapat muncul dengan sebab-sebab sebagai berikut:

- (1) Adanya serangan dari oranglain. Misalnya ketika tiba-tiba seseorang menyerang dan mengejek dengan perkataan yang menyakitkan. Hal ini dapat secara refleks menimbulkan sikap agresi terhadap lawan;
- (2) Terjadinya frustrasi dalam diri seseorang. Frustrasi adalah gangguan atau kegagalan dalam memncapai tujuan. Salah satu prinsip dalam psikologi, orang yang mengalami frustrasi akan cenderung membangkitkan perasaan agresifnya. Keadaan tersebut bisa saja terjadi karena manusia tidak mampu menahan suatu penderitaan yang menimpa dirinya;
- (3) Ekspetasi pembalasan atau motivasi untuk balas dendam. Intinya jika seseorang yang marah untuk melakukan balas dendam, maka rasa kemarahan itu akan semakin besar dan kemungkinan untuk melakukan

agresi juga bertambah besar. Kemarahan itu disebabkan karena kontrol keputusan yang rendah, sehingga seseorang gagal menafsirkan peristiwa dan tidak mampu memperhatikan segi-segi positif secara subjektif; (4) Kompetensi. Agresi yang yang yang tidak berkaitan dengan keadaan emosional, tetapi mungkin muncul secara tidak sengaja dari situasi yang melahirkan suatu kompetensi. Secara khusus merujuk pada situasi kompetitif yang sering memicu pola kemarahan, pembantahan dan agresi yang tidak jarang bersifat destruktif.

Menurut Calson dkk (dalam Krahe, 2005:112) menarik kesimpulan berdasarkan meta-analisis mereka, bahwa secara umum ada dukungan bagi apa yang banyak dikenal sebagai “efek senjata”. Selain itu, stimulus agresif lain, seperti nama-nama yang berhubungan dengan pengalaman yang tidak menyenangkan karena adanya kejadian kekerasan, juga ditemukan bertindak dengan mediator antara frustrasi dan agresi. Tetapi, meta-analisis Bettencourt dan Kernahan (dalam Krahe, 2005: 113) memperlihatkan bahwa gender memainkan peran penting dalam menentukan sejauh mana stimulus agresif bisa memunculkan perilaku agresif pada subjek yang tidak terprovokasi. Mereka menemukan bahwa dengan ketiadaan provokasi yang mendahului, responsivitas laki-laki terhadap stimulus kekerasan secara substansial lebih tinggi dibandingkan perempuan. Tetapi, bila terprovokasi, ditemuinya stimulus kekerasan menyebabkan timbulnya agresi yang sama tingginya baik pada laki-laki maupun perempuan.

2.2.2 Teknik Refaming

2.2.2.1 Pengertian Teknik Reframing

Reframing mengubah sudut pandang konseptual atau emosional terhadap suatu situasi dan megubah maknanya dengan meletakkannya dalam suatu kerangka kerja

kontekstual lain yang juga cocok dengan fakta-fakta yang sama dari situasi aslinya (Erford, 2016:233). Definisi lain mengenai reframing menurut Kessler (dalam Lilis 2013: 73) menyatakan bahwa reframing adalah reformulasi dari suatu permasalahan dengan cara yang berbeda dari tampilan asli permasalahan sebelumnya.

Menurut Brander & Grinder (dalam Ratna, 2013:73) reframing adalah upaya untuk membingkai ulang kejadian, dengan mengubah sudut pandang tanpa mengubah kejadian/peristiwa yang dialami. Teknik ini digunakan dalam rangka mengubah bingkai (frame) seseorang dalam menanggapi suatu peristiwa untuk mengubah makna. Sedangkan reframing menurut Eckstein (dalam Erford, 2016: 233) adalah sebuah tipe strategi paradoksikal yang digunakan dalam terapi perilaku – kognitif, terapi Adlerian, terapi keluarga strategik, dan terapi keluarga struktural.

Pada dasarnya reframing bekerja berdasarkan premis bahwa masalah perilaku dan emosi bukan disebabkan oleh kejadian-kejadian tetapi oleh bagaimana kejadian-kejadian itu dilihat. Masalah timbul ketika kejadian dipersepsi menghalangi tujuan klien atau menginterferensi nilai-nilai, keyakinan, atau tujuan klien. Teknik reframing juga melibatkan asumsi bahwa orang memiliki semua sumber daya yang dibutuhkannya untuk membuat perubahan yang diinginkan (Erford, 2016:234).

2.2.2.2 Tujuan Reframing

Tujuan Reframing adalah untuk membantu klien melihat situasinya dari sudut pandang lain, yang membuatnya tampak tidak terlalu problematik dan lebih normal, dan dengan demikian lebih terbuka terhadap solusi. Sementara menurut Ratna (2013: 78) tujuan reframing adalah mengubah cara pandang mengenai permasalahan yang

dihadapi serta menurunkan reaksi emosional yang dimiliki klien agar lebih fokus kepada tujuan yang dilakukan.

Tujuan reframing menurut Corey (dalam Erford, 2016:233) adalah untuk membantu klien melihat situasinya dari sudut pandang lain, yang membuatnya tampak tidak terlalu problematik yang lebih normal, dan dengan demikian lebih terbuka terhadap solusi. Menurut Shel, Davis, & Henderson (dalam Erford, 2016:233) menyebutkan bahwa reframing dan metafora menciptakan perubahan dan motivasi dengan memperbesar kekuatan.

2.2.2.3 Jenis-jenis Reframing dan Sasaran Kegunaan

Menurut Ekstein (dalam Erford, 2016:235). Ada beberapa variasi dari teknik *reframing* yaitu:

(1) *Relabelling*, adalah suatu tipe reframing spesifik yang terdiri atas mengganti suatu kata sifat negatif dengan kata sifat yang konotasinya lebih positif. Contohnya jika seorang perempuan mendeskripsikan suaminya cemburu, label ini dapat diganti dengan deskripsi penuh perhatian; (2) *Denominalizing*, adalah proses membuang label diagnostik dan menggantinya dengan perilaku spesifik yang dapat dikontrol. Contohnya, seorang gadis penderita anorexia dapat dilihat sebagai orang yang tidak mau makan; (3) *Positive Connotation*, sekadar mendeskripsikan bahwa perilaku simptomatis itu dimotivasi secara positif. Contohnya pernyataan ibunya tidak pernah membiarkan aku melakukan apapun, dapat di- *reframed* sebagai “Ibuku cukup mencitaiku sehingga menetapkan batas- batas.” (Vernon & Clemente dalam Erford, 2016:235).

Menurut Megaton & Tarmizi dalam Ratna, (2013: 76) jenis teknik reframing dibedakan menjadi dua macam, yaitu: (1) *Meaning reframing* adalah mengubah cara pandang secara maknawi dengan cara mencari arti atau makna lain; (2) *Context*

reframing merupakan mengubah cara pandang secara kontekstual dengan menunjukkan berbagai keuntungan dibalik peristiwa itu.

Sasaran kegunaan *reframing* dapat digunakan dalam berbagai situasi. Teknik ini dapat juga digunakan ketika mendefinisikan kembali situasi yang bermasalah dapat mengubah pandangan tentang masalahnya sedemikian rupa sehingga dapat lebih dipahami, lebih diterima, atau bahkan dapat untuk diatasi. Menurut Wicks & Buck (dalam Erford, 2016:244), individu- individu dapat menggunakan *reframing* untuk mengkonstruksikan makna baru dari perilaku atau suasana perasaan yang sebelumnya membuat stress akibat pemikiran yang irrasional.

Reframing digunakan secara efektif dalam pendekatan- pendekatan konseling keluarga. Davidson dan Horvath (dalam Erford, 2016:244) menyatakan bahwa *reframing* bermanfaat dalam konseling pasangan suami istri ketika menangani penyesuaian dua pihak dan konflik perkawinan. *Reframing* dapat digunakan dalam terapi di keluarga untuk mengurangi sikap- sikap saling menyalahkan satu sama lainnya pada setiap anggota keluarga dengan mengatribusikan konsekuensi negatif pada penyebab- penyebab situasional.

Sementara itu, teknik ini juga dapat digunakan di sekolah, sebagaimana menurut (Indah & Muis, 2011:6), mengemukakan bahwa teknik *reframing* efektif untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi kelas matematika. Selain itu, *reframing* juga dapat digunakan untuk konseling kelompok dengan strategi *reframing* dalam penanganan permasalahan motivasi mengikuti pelajaran di kelas yang rendah

dengan mengacu pendapat Cormier (1985: 417) yaitu dengan mengubah atau menata pengkodean dan perasaan konseli, dapat mengurangi pembelaan dan mobilisasi.

Sumber-sumber konseli dan dorongan untuk berubah, dengan artian menata atau mengubah pengkodean adalah untuk menata pikiran konseli terhadap pilihan pikirannya yang memilih untuk tidak mengikuti pelajaran dikelas yang bersumber dari adanya perasaan ketidaknyamanan terhadap teman-teman yang ada dikelas, kondisi kelas yang tidak sesuai dengan kepribadiannya atau dengan tidak sukanya terdapat cara pengajaran guru. Alasannya dilakukan dalam suasana konselig kelompok agar siswa yang mengalami permasalahan akan lebih mudah membicarakan permasalahan akan lebih mudah membicarakan permasalahan yang mereka hadapi bersama-sama dengan anggota kelompok yang lain dan sekaligus untuk pemahaman diri bahwa ada orang lain juga yang merasakan masalah tersebut.

2.2.2.4 Prosedur Teknik Reframing

Ada beberapa tahap dalam reframing menurut Blander dan John Grinder dalam Lilis Ratna (2013: 77), yaitu:

- (1) Identifikasi masalah, perilaku, respon yang akan diubah;
- (2) Membangun komunikasi pada bagian yang bertanggung jawab untuk perilaku, masalah atau respon;
- (3) Menanyakan pada diri, apakah bisa diterima atau tidak jika dilakukan perubahan perspektif terhadap suatu hal yang menyebabkan masalah, perilaku, respon tersebut;
- (4) Meminta orang lain untuk memberikan berbagai macam alternatif perspektif;
- (5) Menanyakan pada diri sendiri apakah diri setuju atau sepakat jika menerapkan alternatif perspektif lain terhadap suatu hal;
- (6) Memeriksa kembali apakah ada bagian dari dalam diri yang keberatan dengan menerapkan alternatif perspektif lain.

Menurut Young (dalam Erford, 2016) reframing dapat diimplementasikan dengan menggunakan tiga langkah sederhana, yaitu:

Pertama, konselor profesional harus menggunakan suatu siklus mendengarkan tanpa menghakimi untuk mencapai pemahaman lengkap tentang masalah klien. *Kedua*, begitu konselor profesional memahami masalahnya, konselor profesional kemudian dapat membangun sebuah jembatan dari sudut pandang klien dengan cara baru untuk melihatnya. *Ketiga*, konselor profesional harus menegakkan jembatan sampai perubahan dalam perspektif berkembang. Salah satu caranya yaitu dengan memberikan pekerjaan rumah yang memaksanya untuk melihat masalahnya dengan cara baru.

Kolko dan Milan (dalam Erford, 2016:235) juga menyarankan suatu prosedur tiga-langkah untuk memperluas dan mendukung pengimplementasian teknik reframing, yaitu: (1) mereframing perilaku, (2) mempreskripsikan perilaku, dan (3) mempertahankan perilaku melalui sebuah kontrak. Tahap-tahap lainnya dalam pelaksanaan teknik reframing (Lilis Ratna 2013), yaitu:

(1) Pilih permasalahan yang dialami klien, dapat merupakan permasalahan yang memang tidak disukai/ sangat mengganggu klien; (2) Usaha klien untuk melakukan komunikasi/ kontak dengan pihak-pihak yang menumbuhkan kebiasaan buruk; (3) Pisahkan perilaku yang dilakukan klien dari maksud positif; (4) Temukan dan muncul perilaku atau respon baru; (5) Ciptakan komitmen dan mencoba proses; (6) Melakukan cek terhadap pilihan baru yang dilakukan.

2.2.3 Layanan Konseling Kelompok

2.2.3.1 Pengertian Konseling Kelompok

Corey & corey (2006) menjelaskan bahwa seorang ahli dalam onseing kelompok mencoba membantu peserta untuk menyelesaikan kembali permasalahan hidup yang umum dan sulit seperti: permasalahan pribadi, sosial, belajar/akademik, dan

karir. Konseling kelompok lebih memberikan perhatian secara umum pada permasalahan-permasalahan jangka pendek dan tidak terlalu memberikan perhatian pada treatment gangguan perilaku dan psikologis. Konseling kelompok memfokuskan diri pada proses interpersonal dan strategi penyelesaian masalah yang berkaitan dengan pemikiran, perasaan, dan perilaku yang disadari. Metode yang digunakan adalah dukungan dan umpan balik interaktif dalam sebuah kerangka berpikir here and now (disini dan saat ini).

Dilengkapi oleh pendapat Gazda (1978) bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti percaya, saling perhatian, saling pengertian dan saling mendukung. Semua ciri terapeutik tersebut diciptakan dan dibina dalam sebuah kelompok kecil dengan cara mengemukakan kesulitan dan empati pribadi kepada sesama anggota kelompok dan kepada konselor. Para konseli adalah orang-orang yang pada dasarnya tergolong orang normal, yang menghadapi berbagai masalah yang tidak memerlukan perubahan secara klinis dalam struktur kepribadian untuk mengatasinya. Para konseli dapat memanfaatkan suasana komunikasi antarpribadi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup, serta untuk belajar dan/atau menghilangkan suatu sikap dan perilaku tertentu.

2.2.3.2 Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok menurut Prayitno (2004:2-3) terbagi menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum konseling kelompok yaitu

mengembangkan kemampuan sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kaitan ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkungkung serta tidak efektif. Melalui layanan konseling kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan, dilonggarkan, diingankan melalui berbagai cara.

Sedangkan tujuan khusus layanan konseling kelompok yaitu konseling kelompok membahas masalah pribadi yang sangat mengganggu anggota kelompok untuk dibantu penyelesaiannya. Masalah-masalah yang dibahas dalam konseling kelompok seputar masalah pendidikan, pekerjaan, sosial, dan pribadi. Selain itu untuk pengembangan pribadi dari anggota kelompok sendiri seperti perasaan, persepsi dan sikap dan bersosialisasi.

Menurut Wibowo (2005:35) tujuan konseling kelompok terkait langsung dengan sejumlah kemampuan yang dikembangkan, yaitu (a) pemahaman tentang diri sendiri yang mendorong penerimaan diri dan perasaan diri berharga; (b) hubungan sosial, khususnya hubungan antar pribadi serta menjadi efektif untuk situasi-situasi sosial; (c) pengambilan keputusan dan pengarahan diri; (d) sensitivitas terhadap kebutuhan oranglain dan empati; (e) perumusan komitmen dan upaya mewujudkannya.

2.2.3.3 Asas-asas Konseling Kelompok

Dalam penyelenggaraan pelayanan bimbingan dan konseling ada yang dikenal dengan asas-asas bimbingan dan konseling, yaitu ketentuan-ketentuan yang perlu

diperhatikan dan diterapkan dalam melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling. Apabila asas-asas itu diikuti dan terselenggara dengan baik dapat diharapkan. Prayitno (dalam Awalya, 2013:29) mengemukakan asas-asas bimbingan dan konseling meliputi asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kemandirian, kegiatan, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan, dan tut wuri handayani. Berikut ini merupakan asas-asas yang sering diikuti dan diselenggarakan dalam pelaksanaan konseling kelompok.

2.2.3.3.1 Asas Kerahasiaan

Asas ini menjadi yang paling utaman karena menyangkut data pribadi dari anggota kelompok. Segala hal mengenai informasi yang muncul dalam kegiatan konseling kelompok harus dirahasiakan. Asas ini merupakan kunci dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Apabila asas ini diterapkan maka akan mendapatkan kepercayaan dari konseli ataupun individu yang memanfaatkan fungsi konselor sekolah.

2.2.3.3.2 Asas Kekinian

Masalah yang dialami anggota kelompok adalah masalah-masalah yang sedang dialami saat ini, bukan masalah yang pernah dialami pada masa lampau, dan kemungkinan masalah yang akan dialami pada masa yang akan datang.

2.2.3.3.3 Asas Kesukarelaan

Pelayanan bimbingan dan konseling dilakukan atas dasar kesukaan dan kerelaan, baik dari konselor maupun konseli. Hal ini mengandung pengertian bahwa konseli menyampaikan masalahnya tidak dengan terpaksa ataupun ragu-ragu.

Begitupun dengan konselor dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling tidak sedikitpun terpaksa dan merasa terbebani. Anggota kelompok secara suka dan rela tanpa ada perasaan terpaksa, dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok dan mau menyampaikan pendapatnya secara terbuka dan bagi anggota kelompok yang dibahas permasalahannya, dapat sukarela untuk dibahas bersama.

2.2.3.3.4 Asas Keterbukaan

Dalam bimbingan kelompok, diharapkan anggota kelompok dapat berbicara jujur dan terbuka. Keterbukaan ini tidak hanya dari anggota kelompok saja, melainkan juga dari pemimpin kelompok. Dari pihak pemimpin kelompok ada kesediaan untuk menjawab pertanyaan anggota dan mengungkapkan keadaan dirinya bila dikehendaki anggota kelompok. Suasana keterbukaan dalam bimbingan kelompok sangat diperlukan untuk mempermudah pencapaian tujuan.

2.2.3.3.5 Asas Kegiatan

Hasil usaha layanan tidak akan berarti bila anggota kelompok tidak melakukan kegiatan untuk mencapai tujuan-tujuan yang ingin dicapai. Hasil usaha kelompok yang bersangkutan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar anggota kelompok mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud yang menjadi pokok pembicaraan layanan.

2.2.3.3.6 Asas Kenormatifan

Usaha layanan tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku seperti norma agama, norma adat, norma hukum/negara, norma ilmu maupun

kebiasaan sehari-hari. Asas ini diterapkan terhadap isi dan proses layanan, yang meliputi seluruh isi layanan, prosedur, teknik dan peralatan yang dipakai.

2.2.3.4 Pemimpin Kelompok

Konselor sebagai pemimpin kelompok merupakan salah satu komponen penting dalam konseling kelompok. Pemimpin kelompok mempunyai pengaruh yang kuat dalam proses konseling kelompok, bukan saja harus mengarahkan perilaku anggota kelompok sesuai dengan kebutuhan, melainkan harus tanggap terhadap segala perubahan yang terjadi dalam kelompoknya. Untuk dapat melaksanakan tugas, peranan dan fungsi sebagai pemimpin kelompok, kepribadian dan ketrampilan konselor adalah sentral dalam proses terapeutik.

Konselor sebagai pemimpin kelompok mempunyai tugas yang tidak ringan dalam mewujudkan tujuan yang ingin dicapai dari konseling kelompok. Menurut Yalom dalam (Wibowo, 2005:107) tugas-tugas pemimpin kelompok adalah membuat dan mempertahankan kelompok, membentuk budaya dalam kelompok, dan membentuk norma-norma dalam kelompok.

Beberapa ketrampilan dasar bagi pemimpin kelompok menurut Jacobs, Harvill, dan Masson (Wibowo, 2005:123) yaitu aktif mendengar, refleksi, menguraikan atau menjelaskan, meringkas, penjelasan singkat dan pemberian informasi, mendorong dan mendukung, mengatur suara, memperagakan dan mengungkapkan diri, penggunaan mata, penggunaan suara, penggunaan energy pemimpin, mengidentifikasi mitra.

Fungsi utama pemimpin kelompok, menurut Bates (Wibowo, 2005:154-155) yaitu pemimpin sebagai pengatur lalu lintas, pemimpin sebagai model perilaku yang

sesuai, pemimpin sebagai katalisator interaksi, dan pemimpin sebagai fasilitator komunikasi. Pemimpin sebagai pangatur lalu lintas, pemimpin tersebut harus membantu para anggota untuk menyadari perilaku-perilaku yang membuka saluran komunikasi dan perilaku yang menimbulkan komunikasi. Sebagai model perilaku yang sesuai, pemimpin harus mengambil dan memilih tindakan yang menurut mereka harus dipelajari oleh anggota kelompok melalui demonstrasi aktif maupun pasif. Peran sebagai katalisator interaksi menginginkan pemimpin tersebut meningkatkan interaksinya antara anggota kelompok tanpa menarik perhatian mereka sendiri. Terakhir, sebagai seorang fasilitator komunikasi, pemimpin kelompok mencerminkan isi dan perasaan anggotanya dan mengajari mereka bagaimana melakukan kegiatan sebagaimana mestinya.

2.2.3.5 Dinamika Kelompok

Menurut Eysenck (dalam Huraerah & Purwanto, 2006:33) mengatakan dinamika kelompok adalah berkaitan dengan konteks sosial-budaya suatu masyarakat yang berfungsi untuk membantu individu dan kelompok, sehingga memungkinkan mereka secara bersama memiliki pola-pola merasakan, menilai, berpikir, dan bertindak selanjutnya menurut Cartwright dan Zander (dalam Huraerah & Purwanto, 2006:33) mengemukakan bahwa dinamika kelompok adalah suatu cara yang berkaitan dengan ideologi politik dimana kelompok harus diorganisasikan dan dikelola. Ideologi ini menekankan pentingnya kepemimpinan demokrasi, partisipasi anggota dalam pengambilan keputusan serta mewujudkan aktivitas kerjasama antara individu dengan masyarakat dalam kelompok.

Kehidupan kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok yang akan menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok. Dinamika kelompok dimanfaatkan untuk mencapai tujuan konseling kelompok sebagai media dalam upaya membimbing anggota kelompok mencapai tujuan. Dinamika kelompok hanya dapat ditemukan dalam kelompok yang benar-benar hidup, yaitu kelompok yang dinamis, bergerak dan aktif berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai suatu tujuan (Wibowo, 2005:62-63).

Melalui dinamika kelompok setiap anggota kelompok diharapkan mampu tegak sebagai perorangan yang sedang mengembangkan diri dalam hubungannya dengan orang lain. Dalam konseling kelompok dinamika kelompok sengaja ditumbuh-kembangkan. Dinamika kelompok mengarahkan anggota kelompok untuk melakukan hubungan interpersonal satu sama lain. Jalanan hubungan ini menjadi wahana untuk saling berbagi pengetahuan, pengalaman, dan bahkan perasaan satu sama lain sehingga memungkinkan terjadinya proses belajar di dalam kelompok.

Jacobs, Harvill & Masson (dalam Wibowo, 2005:68) mengemukakan 16 faktor yang perlu diperhatikan dalam dinamika kelompok. Faktor-faktor tersebut adalah: (1) kejelasan baik bagi pemimpin maupun bagi anggota kelompok, (2) relevansi tujuan bagi anggota kelompok, (3) ukuran kelompok, (4) lamanya waktu setiap sesi, (5) frekuensi pertemuan, (6) tempat yang memadai, (7) ketepatan waktu pertemuan baik bagi para pemimpin kelompok, (8) sikap pemimpin kelompok, (9) kelompok terbuka dan tertutup, (10) keanggotaan secara sukarela atau terpaksa, (11) tingkat goodwill anggota kelompok, (12) tingkat komitmen anggota kelompok, (13) tingkat kepercayaan

diantara anggota, (14) sikap anggota terhadap pemimpin kelompok, (15) sikap pemimpin kelompok terhadap anggota, dan (16) pengalaman pemimpin kelompok dan kesiapan untuk berhubungan dengan kelompok.

2.2.3.6 Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Wibowo (2005:32) pada konseling kelompok, konseli adalah orang-orang yang pada dasarnya tergolong normal, memiliki kepedulian beragam, menghadapi berbagai masalah yang tidak memerlukan perubahan dalam struktur kepribadian untuk diatasi. Gazda dalam (Wibowo, 2005:32) menyatakan bahwa konseling kelompok berorientasi pada pengembangan individu, pencegahan dan pengentasan masalah.

Tahap-tahap konseling kelompok menurut Wibowo (2005:86-103) yaitu sebagai berikut:

2.2.3.6.1 Tahap Permulaan (Beginning Stage)

Pada tahap permulaan ini konselor bertugas mempersiapkan terbentuknya kelompok, konselor berupaya menumbuhkan minat bagi terbentuknya kelompok yang meliputi pemberian penjelasan tentang adanya layanan konseling kelompok bagi para siswa, penjelasan pengertian, tujuan dan kegunaan konseling kelompok, ajakan untuk memasuki dan mengikuti kegiatan, serta kemungkinan adanya kesempatan dan kemudahan bagi penyelenggaraan konseling kelompok. dalam tahap permulaan ini, setelah pembentukan kelompok dilakukan maka pemimpin kelompok memulai pertemuan pertama atau yang disebut peran serta (Wibowo, 2005:88-90).

Langkah-langkah yang dilakukan oleh pemimpin kelompok yaitu diantaranya adalah: (1) Perkenalan; (2) Perlibatan Diri; (3) Agenda; (4) Norma Kelompok; (5) Pengalihan ide dan perasaan.

2.2.3.6.2 Tahap Transisi (Transition Stage)

Tahap ini merupakan tahapan setelah proses pembentukan dan sebelum masuk dalam tahapan kegiatan. Rochman Natawijaya (dalam Wibowo, 2005:93) menyatakan bahwa hal-hal yang muncul dan tidak diinginkan merupakan resiko psikologis dari kegiatan kelompok, dan hal itu merupakan hal yang wajar, mengingat bahwa dalam konseling kelompok secara sengaja dipancing munculnya emosi-emosi yang terpendam pada diri setiap peserta.

Tugas konselor adalah membantu para anggota untuk mengenali dan mengatasi halangan, kegelisahan, keengganan, sikap mempertahankan diri, dan ketidaksabaran yang timbul saat kegiatan berlangsung sehingga diperoleh suasana kebersamaan dan semangat untuk mencapai tujuan kelompok. Dalam tahap ini konselor kelompok membutuhkan kemampuan dan ketrampilan dalam beberapa hal, yaitu kepekaan waktu, kemampuan melihat perilaku anggota, dan mengenal suasana emosi didalam kelompok.

2.2.3.6.3 Tahap Kegiatan (Working Stage)

Tahap ini sering disebut sebagai tahap bekerja, tahap penampilan, tahap tindakan, dan tahap perkembangan yang merupakan tahap inti dari konseling kelompok. Kelangsungan kegiatan konseling kelompok pada tahap ini amat tergantung

pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika tahap sebelumnya berjalan dengan baik, maka pada tahap ini akan berlangsung dengan lancar dan konselor dapat membiarkan anggota kelompok melakukan kegiatan tanpa campur tangan dari konselor.

Pada tahap ini, para anggota belajar hal-hal baru, melakukan diskusi tentang berbagai topik, atau saling berbagi rasa dan pengalaman, ini merupakan periode klasifikasi dan eksplorasi masalah yang biasanya diikuti dengan pengujian solusi-solusi yang memungkinkan. Pada tahap ini konselor benar-benar sedang mengarahkan kepada pencapaian tujuan. Tahap ini dikatakan berhasil apabila semua solusi yang mungkin dipertimbangkan dan diuji menurut konsekuensinya dapat diwujudkan. Solusi tersebut harus praktis, realistis, dan pilihan akhir harus dibuat setelah melalui pertimbangan dan diskusi yang tepat.

2.2.3.6.4 Tahap Pengakhiran (Termination Stage)

Menurut Corey (Wibowo, 2005:97) tahap penghentian atau pengakhiran sama saja pentingnya seperti tahap permulaan pada sebuah kelompok. Selama tahap pengakhiran para anggota kelompok memahami diri mereka sendiri pada tingkat yang lebih mendalam. Tahap ini memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk memperjelas arti dari pengalaman mereka, untuk mengkonsolidasi hasil yang mereka buat, dan untuk membuat keputusan mengenai tingkah laku yang ingin dilakukan didalam maupun diluar kelompok.

Pada akhir kegiatan kelompok anggota merasa telah memetik suatu hasil yang cukup berharga dari kegiatan kelompok yang diikutinya. Pengakhiran terjadi pada dua

tingkatan dalam kelompok. Langkah-langkah dalam tahap pengakhiran meliputi; a) orientasi; b) ringkasan; c) pembahasan tujuan; d) tindak lanjut.

Proses konseling kelompok paling tidak melalui tahap-tahap berupa tahap awal dalam kelompok, tahap transisi, tahap pelaksanaan dan tahap akhir dari proses kelompok. Tahap awal dalam kelompok memperhatikan karakteristik anggota yang tidak sama, hal ini akan berpengaruh pada mekanisme pelaksanaan proses kelompok pada tiap-tiap tahap. Karakteristik anggota yang tidak sama, hal ini akan berpengaruh pada mekanisme pelaksanaan proses kelompok pada tiap-tiap tahap.

Karakteristik yang nampak pada tahap awal adalah mempunyai perhatian yang terlalu dini, memiliki kepentingan yang tersembunyi, beresiko sebagai awal konflik, ada konflik antara diri dengan orang lain, konflik antara kepentingan saat ini dengan masa datang, ada perasaan percaya tetapi juga muncul kecurigaan. Salah satu strategi dalam membangun kepercayaan adalah keteladanan dan sikap serta tindakan untuk percaya. Pemimpin kelompok pada tahap awal diharapkan mampu mengidentifikasi dan menjelaskan tujuan umum pada anggota, disamping itu membantu anggota mendefinisikan tujuan pribadi. Perhatian utama pada tahap ini adalah pembagian tanggung jawab, kesepakatan bersama, membuka dan menutup sesi kelompok. (Sanyata, 2010:107-108).

2.2.3.7 Kelompok yang Efektif

Kelompok yang efektif mempunyai 3 aktivitas pokok (Sahertian dalam Zulkarnain, 2013:15) yakni: bekerja untuk mencapai tujuan berlaku dalam mencapai tujuan, serta berkembang dan berubah dalam cara mencapai tujuan. Sedangkan untuk

mencapai efektif, suatu kelompok harus mencapai tujuannya, harus bisa mempertahankan hubungan kerja yang baik antar anggotanya, dan harus bisa beradaptasi terhadap situasi yang berubah-ubah dengan lingkungan sekitarnya.

2.3 Kerangka Berfikir

Pendidikan tidak hanya sebatas untuk mengikuti dan menyesuaikan dengan perubahan sosial yang ada. Lebih dari itu, pendidikan juga dituntut untuk mampu mengantisipasi perubahan dalam menyiapkan generasi muda dalam mengarungi kehidupan pada masa yang akan datang. Membangun masyarakat yang bermoral merupakan tanggung jawab semua pihak. Hal ini merupakan tantangan yang luar biasa besarnya, sehingga diperlukan suatu kesadaran dari seluruh kondisi yang mempengaruhi kehidupan anak.

Namun realitasnya adalah masalah moral yang masih memiliki hambatan, seperti fenomena perilaku kekerasan. Kekerasan yang saat ini sedang terjadi menjadi bahan pembicaraan di setiap media massa maupun media sosial elektronik terutama adalah mengenai kekerasan yang dilakukan oleh para pelajar, seperti perilaku agresif. Perilaku ini merupakan salah satu dari isu-isu pendidikan yang tak kunjung reda penanganannya. Sekolah seharusnya memberikan rasa aman, nyaman, dan menyenangkan bagi siswa untuk menimba ilmu serta membantu dalam pembentukan karakter pribadi yang positif ternyata menjadi tempat tumbuhnya praktik kekerasan seperti perilaku agresif. Kekerasan dalam dunia pendidikan merupakan perilaku yang

melampaui batas kode etik dan aturan dalam pendidikan, baik dalam bentuk fisik maupun pelecehan atas hak asasi manusia.

Perilaku agresif berbentuk verbal dan non verbal (penggunaan kata-kata kasar, ejekan, tawuran, pemerasan, kebut-kebutan di jalan umum, merusak fasilitas umum, dan lain-lain) banyak diberitakan oleh media dan dilakukan oleh para pelajar yang bahwa yang masih berada di jenjang sekolah dasar. Salah satu solusi yang dapat dilakukan untuk penanganan masalah perilaku agresif ini adalah memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik reframing. Konseling kelompok merupakan suatu perwujudan bahwa konseling pada hakikatnya diperuntukkan bagi semua siswa dan bertujuan membantu pencapaian perkembangan pribadi secara optimal (Wibowo 2005:241).

Dalam kaitannya dengan teknik reframing, teknik ini dapat digunakan di banyak situasi, terutama berharga ketika mendefinisikan kembali situasi yang bermasalah dapat mengubah pandangan tentang masalahnya sedemikian rupa sehingga menjadi lebih dapat dipahami, lebih dapat diterima, atau lebih mungkin untuk diatasi (James & Gilliland, 2003 dalam Erford, 2016 : 244). Individu-individu dapat menggunakan reframing untuk mengonstruksikan makna baru dari perilaku atau suasana perasaan yang sebelumnya membuat stres akibat pemikiran yang irrasional (Wick & Buck, 2011 dalam Erford, 2016 : 244). Penelitian tentang teknik reframing terbatas, tetapi beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa reframing positif efektif dalam mengurangi emosi-emosi negatif dan depresi ringan sampai sedang (Swoboda et al., 1990 dalam Erford, 2016 : 245)

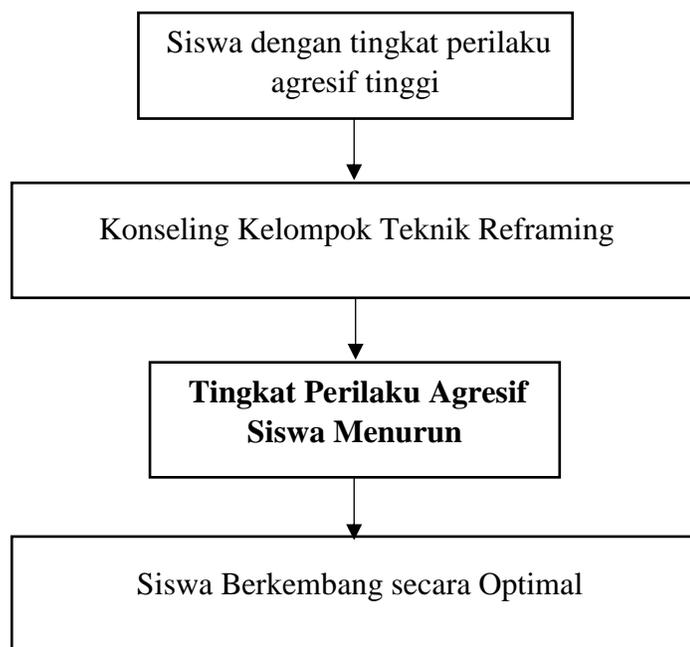
Sebagian besar dari perilaku organisme sebagai respon terhadap stimulus eksternal. Pengertian tersebut dianut oleh para ahli yang berpandangan behavioristik, sedangkan bagi aliran kognitif memandang perilaku individu merupakan respon dari stimulus, namun dalam diri individu itu ada kemampuan untuk menentukan perilaku yang diambilnya. Walgito (2003:13) mengemukakan bahwa perilaku atau aktivitas yang ada pada diri individu atau organisme itu tidak timbul dengan sendirinya, tetapi sebagai akibat dari stimulus internal.

Di Inggris, pendekatan-pendekatan restoratif juga berperan untuk mengatasi permasalahan perilaku agresif seperti tindakan mengganggu atau *bullying* di sekolah. Ada 3 prinsip utama yang ada dalam pendekatan ini yakni: (a) tanggung jawab, pelaku bersama orangtuanya belajar menerima tanggung jawab untuk pelanggaran yang dibuat melalui tindakannya, (b) perbaikan, korban dilibatkan melalui konsultasi, mediasi dan partisipasi, dan kegiatan-kegiatan reparatif dirancang untuk membantu pelaku pelanggaran untuk mengurangi sebagian kerusakan dan distress yang telah disebabkan, (c) resolusi, mengakhiri dengan sukses konfliknya sehingga siswa dan keluarganya bebas berinteraksi tanpa ancaman konflik lebih lanjut.

Prosedur teknik reframing yang akan dikombinasikan dengan keonseling kelompok yaitu : (1) Identifikasi masalah, perilaku, respon yang akan diubah; (2) Membangun komunikasi pada bagian yang bertanggung jawab untuk perilaku, masalah atau respon; (3) Menanyakan pada diri, apakah bisa diterima atau tidak jika dilakukan perubahan perspektif terhadap suatu hal yang menyebabkan masalah, perilaku, respon tersebut; (4) Meminta orang lain untuk memberikan berbagai macam

alternatif perspektif; (5) Menanyakan pada diri sendiri apakah diri setuju atau sepakat jika menerapkan alternatif perspektif lain terhadap suatu hal; (6) Memeriksa kembali apakah ada bagian dari dalam diri yang keberatan dengan menerapkan alternatif perspektif lain.

Berdasarkan alasan-alasan tersebut, dilakukannya penelitian konseling kelompok dengan teknik reframing untuk menurunkan perilaku agresif siswa SMPN 7 Sukoharjo diharapkan menghasilkan perubahan positif pada siswa anggota konseling kelompok. Perubahan positif tersebut adalah menurunnya perilaku agresif siswa atau anggota konseling kelompok setelah mendapatkan *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan teknik reframing. Bersamaan dengan adanya perubahan positif tersebut dapat diartikan bahwa layanan konseling kelompok teknik reframing dapat menurunkan perilaku agresif siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo. Pentingnya penelitian ini telah dirangkum dalam sebuah kerangka berpikir oleh peneliti seperti pada gambar 2.1 dibawah ini:



Gambar 2.1

Bagan Kerangka Berpikir

2.4 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara atau teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik dengan data (Sugiyono, 2013:96). Bertolak dari kerangka berpikir yang berdasarkan pada deskripsi teoritik, maka dapat dirumuskan bahwa hipotesis penelitian ini yaitu: Konseling kelompok dengan teknik reframing efektif untuk menurunkan perilaku agresif siswa.

BAB 5

PENUTUP

Pada bab ini akan diuraikan tentang simpulan dan saran yang diperoleh dari hasil penelitian konseling kelompok teknik reframing untuk mengurangi perilaku agresif siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo tahun ajaran 2018/2019.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang konseling kelompok teknik reframing untuk mengurangi perilaku agresif siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo, maka dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Perilaku agresif siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo sebelum mendapatkan layanan konseling kelompok teknik reframing termasuk dalam kategori tinggi.
- 5.1.2 Perilaku agresif siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo sesudah mendapatkan layanan konseling kelompok teknik reframing termasuk dalam kategori sedang.
- 5.1.3 Konseling kelompok teknik reframing menunjukkan tingkat keefektifan yang tinggi untuk mengurangi perilaku agresif siswa di SMP Negeri 7 Sukoharjo

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 7 Sukoharjo dapat diberikan saran sebagai berikut:

- 5.2.1 Bagi guru BK, diharapkan dapat memanfaatkan konseling kelompok teknik reframing dan menerapkannya sebagai salah satu upaya untuk membantu mengurangi perilaku agresif siswa di sekolah
- 5.2.2 Bagi kepala sekolah, diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu konselor sekolah dalam melaksanakan tugas-tugasnya, salah satunya yaitu menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling seperti konseling kelompok sehingga peserta didik terbantu dalam pertumbuhan dan perkembangannya menjadi optimal.
- 5.2.3 Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan referensi guna mengembangkan penelitian dengan layanan dan teknik yang ada dalam bimbingan dan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M dan Mohammad A. (2005). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Bumi Aksara:Jakarta
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Awalya. (2013). *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: Unnes Press
- Barbara dan Krahe. *Perilaku Agresif*. (2005). Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- BKKBN. (2011). *Kajian Profil Penduduk Remaja (10-24 tahun)*. Diperoleh tanggal 4 Maret 2018 dari <http://www.BKKBN.go.id>
- BPS. (2010). *Profil Kriminalitas Remaja*. Diperoleh tanggal 4 Maret 2018 dari <http://www.bps.go.id>
- Dayakisni, T & Hudaniah. (2003). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Dayakisni, T & Hudaniah. (2006). *Psikologi Sosial*. Edisi Revisi. Malang: UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang.
- Efastri; Sean M; Rustono, dan M.E Wibowo. (2015). *Keefektifan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavioral untuk Mengurangi Perilaku Bullying, Perilaku Agresif*. Jurnal Bimbingan Konseling 4 (2).
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk> (diakses tanggal 19 Februari 2018)
- Elida Prayitno. (2006). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: FIP UNP
- Erford, B.T. (2016). *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta

- Fortuna, F. (2008). Hubungan pola asuh otoriter dengan perilaku agresif pada remaja. <http://www.gunadarma.ac.id>. (diakses tanggal 24 januari 2019)
- Hidayat, H; Yusri & Asmidir I. (2013). Profil Siswa Agresif dan Peranan Guru BK. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(2). 7-10. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>. (diakses pada tanggal 8 September 2018)
- Huraerah, A & Purwanto. (2006). *Dinamika Kelompok Konsep dan Aplikasi*. Bandung: Refika Aditama
- Irwanto, Z. (2017). Perilaku Agresif dan Penanganannya Melalui Konseling Islami. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 3(1). <http://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK> (diakses pada tanggal 22 Agustus 2019)
- Kusnanto, E. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta
- Krahe, B. (2005). *Perilaku Agresif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Maba, A.P; D.Y.P Sugiharto; dan E Purwanto. (2017). Pengembangan Model Konseling Kelompok dengan Teknik Paradoxial Intention untuk Mengurangi Perilaku Agresi Verbal Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6 (2). 120-126 <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk> (diakses tanggal 19 Februari 2018)
- Merdekasari, A dan Moh. T. C. (2017). Perbedaan Perilaku Agresi Antara Siswa Laki-laki dan Siswa Perempuan di SMPN 1 Kasreman Ngawi. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 3(1). 53-60. <http://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK> (diakses pada tanggal 22 Agustus 2019)
- Pratiwi, I.N & Tamsil M. (2009). Penerapan Strategi Reframing dalam Bimbingan dan Konseling untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Kelas Matematika. <https://docplayer.info/41132707> (diakses pada tanggal 8 September 2018)
- Prayitno. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Rahman, A.A. (2017). *Psikologi Sosial: Integritas Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo

- Ratna, L. (2013). *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish
- Restu, Y dan Yusri. Studi Tentang Perilaku Agresif Siswa di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(1). 243-249. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor> (diakses pada tanggal 6 September 2018)
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Sanyata, S. (2010). Teknik dan Strategi Konseling Kelompok. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*, 9(V), 105-120. <https://staffnew.uny.ac.id/upload/penelitian/> (diakses pada 18 Mei 2018)
- Siddiqah, L. (2010). Pencegahan dan Penanganan Perilaku Agresif Remaja Melalui Pengelolaan Amarah. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 50-64. <https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/download> (diakses pada 22 Agustus 2018)
- Sugiyono. (2014). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset
- Wibowo, M.E. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press
- Widoyoko, E.S. (2016). *Teknik Penyusunan Instrumen Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Wirohati, M, Hastaning S, & Nailul F. (2013). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Perubahan Mental dengan Agresivitas Verbal pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Psikologi Undip*, 12(2). <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/download> (diakses pada 5 September 2018)
- Zulkarnaen, W. (2013). *Dinamika Kelompok: Latihan Kepemimpinan Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara