

## EFEKTIFITAS KONSELING *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* UNTUK MEREDUKSI AGRESIVITAS SISWA

Nidya Juni Parti<sup>1</sup>, Mungin Eddy Wibowo<sup>2</sup>, Mulawarman<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Pascasarjana Universitas Negeri Semarang

<sup>2</sup>Pascasarjana Universitas Negeri Semarang

<sup>3</sup>Pascasarjana Universitas Negeri Semarang

Email: [nidyajuniparti@gmail.com](mailto:nidyajuniparti@gmail.com)<sup>1</sup>, [mungin\\_abkin@yahoo.com](mailto:mungin_abkin@yahoo.com)<sup>2</sup>,  
[mulawarman@mail.unnes.ac.id](mailto:mulawarman@mail.unnes.ac.id)<sup>3</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan konseling Motivational Interviewing dalam mengurangi agresivitas siswa. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain pretest posttest menggunakan tindakan berulang. Subjek penelitian adalah 6 siswa yang mengalami tingkat agresi tinggi dengan menggunakan teknik analisa data ANOVA. Konseling Motivational Interviewing dilakukan dalam 4 sesi untuk setiap konseli dalam bentuk konseling individu. Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata T1 dari 94,33 (SD = 3,14) yang kemudian tiba pada pengukuran T4 yang diperoleh dengan rata-rata 47,5 (4,59). Oleh karena itu, secara umum, konseling Motivational Interviewing efektif dalam mengurangi agresivitas siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini, direkomendasikan kepada seluruh guru bimbingan dan konseling untuk bisa menerapkan metode ini sebagai upaya mereduksi agresivitas siswa di sekolah

**Kata kunci:** Agresif, Motivational Interviewing, Konseling

Open Access



Received : 2019-08-02. Published : 2019-08-30.

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License

Website: <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus>

## PENDAHULUAN

Agresivitas dapat diartikan sebagai suatu perilaku agresif atau segala bentuk perilaku untuk melukai orang lain (Krahe, 2005). Sarwono (2011) memberikan penjelasan bahwa tingkah laku agresi merupakan salah satu bentuk tingkah laku yang rumit. Oleh karena itu dibutuhkan pembelajaran, artinya bahwa agresivitas tidaklah alami. Tingkah laku individu diperoleh dari hasil belajar melalui pengamatan (observasi) atas tingkah laku yang ditampilkan oleh individu-individu lain yang menjadi model. Perilaku agresif seseorang dipengaruhi oleh berbagai aspek, baik dari aspek internal maupun eksternal. Salah satu aspek internal yang mempengaruhi agresivitas seseorang, yaitu *moral disengagement* yang merupakan sebuah proses sosiokognitif dimana rata-rata orang mampu melakukan perbuatan yang mengerikan terhadap orang lain. Selain itu, faktor eksternal yang menyebabkan seseorang menjadi agresif adalah karena provokasi, kondisi yang tidak nyaman, pola

asuh yang kurang baik, obat-obatan terlarang, *game online*, dan berbagai hal lainnya. (Krahe, 2005)

Dampak dari perilaku agresif bagi siswa di sekolah adalah dapat menghambat pembelajaran dan menciptakan masalah antarpribadi bagi mereka yang terlibat, dan bentuk-bentuk kecil dari perilaku agresif dapat meningkat, dan sekolah-sekolah yang tidak secara efektif menangani perkembangan ini dapat menciptakan lingkungan dimana kekerasan dapat diterima secara normal di sekolah tersebut. (Wilson, Lipsey, & Derzon, 2003). Mengutip hasil penelitian Amanda (2016) yang mengungkapkan bahwa perilaku agresif dapat menimbulkan dampak negatif seperti, hilangnya nyawa akibat emosi dari jalannya permainan, sebagaimana seperti pada peristiwa di Filipina dimana seorang remaja usia 16 tahun telah membunuh rekannya yang berusia 11 tahun dikarenakan item pada salah satu permainan *game online* yang dia kumpulkan hilang.

Dari berbagai dampak permasalahan agresi di atas dan berdasarkan hasil studi lapangan peneliti yang diperoleh data sejumlah 6 siswa yang mengalami agresivitas di sekolah, maka agresivitas remaja membutuhkan berbagai intervensi berupa layanan bimbingan dan konseling di sekolah yang bisa mengurangi atau bahkan menghentikan terjadinya dampak negatif yang lebih lanjut pada remaja. Pendekatan konseling yang dapat digunakan untuk mereduksi agresivitas siswa yaitu dengan menggunakan pendekatan *motivational interviewing*. Pendekatan ini dikembangkan untuk membantu individu mempelajari keterampilan perilaku baru, menggunakan teknik seperti pertanyaan terbuka, pendengaran reflektif, afirmasi, dan peringkasan untuk membantu individu mengekspresikan kekhawatiran mereka tentang perubahan. (Miller & Rollnick, 2013)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prigrove (1991), menunjukkan bahwa pendekatan *motivational interviewing* cocok untuk diterapkan dengan pelaku agresif yang secara karakteristik ambivalen dalam manajemen agresi. Selain itu, Michaud, Martin, Stein, Bassett, Lebeau, & Golembeske (2016) juga menyatakan dalam hasil penelitian mereka bahwa pendekatan *motivational interviewing* sangat cocok dan lebih baik untuk diterapkan dalam upaya mereduksi perilaku agresif yang berupa agresi fisik, agresi verbal, kemarahan dan permusuhan.

Alasan peneliti menggunakan pendekatan *motivational interviewing* adalah karena pendekatan ini menetapkan keterampilan konseling non-direktif yang mengundang konseli untuk menilai dan mengetahui secara relatif permasalahan yang mereka saat ini. Selain itu, *motivational interviewing* juga dapat membantu konseli dalam membuat penilaian pribadi tentang sejauh mana perilaku tersebut menjadi masalah bagi mereka, dan dengan penilaian tersebut, mereka akan termotivasi untuk masuk ke dalam proses perubahan ke arah yang lebih baik. Mereka akan termotivasi untuk merubah perilaku agresi yang telah ada dalam diri mereka.

## **METODE**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian eksperimen. Secara khusus desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *repeated measures* yang disebut sebagai desain *pretest* dan *posttest* berulang (*pretest and multiple posttest*). Subjek penelitian adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang telah ditentukan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI yang mengalami agresivitas sesuai

dengan kriteria agresivitas yang diadaptasi dari Buss & Perry (1992), yaitu berjumlah 12 siswa. Penelitian ini menggunakan teknik *random purposive sampling*, yaitu sampel yang diambil secara acak dengan memperhatikan tujuan yang jelas. Subjek penelitian yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 6 siswa. Instrumen pengumpul data menggunakan kuesioner agresivitas yang diadaptasi dari Buss & Perry (1992). Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis *mixed ancova repeated measures*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil pengukuran dilakukan dengan memberikan instrumen kuesioner agresivitas. Pengambilan data dilaksanakan sebelum diberikan treatment (*T1*), sesudah diberikan treatment (*T2*), satu minggu setelah diberikan treatment (*T3*), dan satu minggu setelah diberikan *T3*, yaitu follow up 2 (*T4*). Hasil data tersebut memberikan gambaran sejauh mana terjadinya perubahan tingkat agresivitas siswa. Hasil perubahan skor *T1*, *T2*, *T3*, dan *T4* skala agresivitas disajikan dalam tabel 1 dan 2.

**Tabel 1. Tabulasi Hasil Penyebaran Skala Agresivitas**

Kategori	Skor Agresivitas			
	<i>T1</i>	<i>T2</i>	<i>T3</i>	<i>T4</i>
Tinggi	6 (100%)			
Sedang		6 (100%)		
Rendah			6 (100%)	6 (100%)

Dari tabel 1. diketahui bahwa kondisi awal agresivitas berada dalam kategori tinggi ( $>87$ ). Setelah mendapatkan treatment, agresivitas siswa menurun dan berada dalam kategori sedang ( $58 < X \leq 86$ ). Pada *T3* dan *T4* tingkat agresivitas siswa menurun drastis dan berada dalam kategori rendah ( $<58$ ).

**Tabel 2. Hasil Pengolahan *Pretest*, *Posttest*, *Follow Up 1*, dan *Follow Up 2* Kelompok Agresivitas**

Parameter	Mean	SD	T	P
<i>T1</i>	94,33	3,14	-1,448	0,178
<i>T2</i>	62,67	1,97	-7,302	0,000
<i>T3</i>	53,0	3,85	-6,379	0,000
<i>T4</i>	47,60	4,59	-6,960	0,000

Berdasarkan tabel 2. diketahui perubahan skor agresivitas siswa yang mengalami penurunan nilai *mean* dari *T1* sampai dengan *T4*. Pada saat pengukuran *T1*, nilai mean agresivitas siswa sebesar 94,33 (SD= 3,14), dilanjutkan pengukuran *T2*, agresivitas siswa menurun dengan skor mean sebesar 62,67 (SD= 1,97). Satu minggu kemudian, pada pengukuran *T3*, agresivitas siswa kembali menurun dengan nilai mean sebesar 53,0 (SD= 3,85). Dua minggu setelah pemberian *T2*, skor agresivitas siswa kembali menurun pada pengukuran *T4*, yaitu dengan nilai mean sebesar 47,60

(SD= 4,59). Untuk penjabaran tingkat penurunan agresivitas siswa dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 3. Hasil Analisis *Pairwise Comparison***

Parameter	Selisih Mean	P
T1 dengan T2	31,67	< 0,05
T1 dengan T3	41,33	< 0,05
T1 dengan T4	46,83	< 0,05
T2 dengan T3	9,67	< 0,05
T2 dengan T4	15,17	< 0,05
T3 dengan T4	5,50	< 0,05

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa skor agresivitas siswa setelah diberikan intervensi konseling *motivational interviewing* mempunyai selisih mean yang signifikan pada setiap tahapannya. Hasil ini menunjukkan bahwa konseling *motivational interviewing* sangat efektif untuk menurunkan agresivitas siswa.

*Motivational Interviewing* (MI) adalah gaya konseling yang diarahkan dan berpusat pada konseli untuk memunculkan perubahan perilaku dengan membantu konseli mengeksplorasi dan menyelesaikan ambivalensi atau keraguan dalam diri seseorang. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa penerapan konseling *motivational interviewing* (MI) efektif menurunkan agresivitas siswa. Kondisi awal agresivitas siswa dalam kategori tinggi dapat diturunkan menjadi agresivitas sedang melalui pemberian konseling *motivational interviewing training* sebanyak 4 sesi untuk setiap individu. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Prigrove (1991), menunjukkan bahwa pendekatan *motivational interviewing* cocok untuk diterapkan dengan perilaku agresif yang secara karakteristik ambivalen dalam manajemen agresi. Selain itu, Michaud, M.C., R.A. Martin, L.A.R. Stein, S. Bassett, R. Lebeau, & C. Golembeske (2016) juga menyatakan dalam hasil penelitian mereka bahwa pendekatan *motivational interviewing* sangat cocok dan lebih baik untuk diterapkan dalam upaya mereduksi perilaku agresif.

Pelaksanaan konseling *motivational interviewing*, dilakukan oleh konselor untuk menyadarkan konseli melalui beberapa teknik dalam konseling MI bahwa konseli memiliki kelebihan disamping kekurangan yang dimiliki sehingga konseli tidak hanya berfokus pada kekurangan yang dimiliki yang menyebabkannya mengalami rendah diri namun juga perlu menyadari bahwa konseli memiliki kelebihan yang dapat digunakan untuk mencapai sesuatu yang lebih baik daripada berfokus kepada kekurangan yang dimiliki.

Seperti halnya pada salah satu konseli yang menerima intervensi MI, konseli tersebut merupakan siswa yang pintar dan seringkali mewakili sekolah untuk mengikuti lomba cerdas cermat, tetapi karena dirinya sudah mengalami tingkat agresivitas yang tinggi, maka perilaku siswa tersebut di sekolah sangat diperhitungkan. Oleh karena dirinya memiliki kelebihan, yaitu sangat pintar dan sering mengikuti lomba cerdas cermat, maka sangat mudah bagi peneliti untuk

memberikan intervensi melalui konseling *motivational interviewing* untuk mereduksi agresivitas yang dialaminya.

Sebagaimana berdasarkan penelitian Sugiharto, dkk., (2019) yang menyatakan bahwa pendekatan MI memahami motivasi sebagai suatu proses atau kondisi kesiapan untuk berubah (*a state of readiness to change*) sehingga tujuan treatment adalah memfasilitasi klien dalam membangun tingkat kesiapan mereka untuk menapaki tahap demi tahap perubahan.

Peneliti dapat mengamati pengetahuan dan perubahan yang dimiliki masing-masing konseli dari setiap evaluasi yang diberikan oleh peneliti pada setiap sesi konseling. Dimulai dari lembar pengamatan perilaku sehari-hari yang dilakukan oleh konseli, selanjutnya setiap sesi konseling, peneliti memberikan evaluasi form perencanaan perubahan yang harus diisi oleh masing-masing konseli. Pada form perencanaan perubahan ini, masing-masing konseli sudah mampu menentukan rencana perubahan yang mereka inginkan, mereka sudah melewati fase ambivalensi dan memiliki keinginan untuk merubah perilaku agresif yang mereka alami.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan *motivational interviewing* efektif untuk mereduksi perilaku agresif siswa, dan dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif siswa dapat direduksi dengan menggunakan salah satu intervensi layanan konseling di sekolah. Salah satu pendekatan konseling yang dapat digunakan konselor adalah dengan menggunakan pendekatan *motivational interviewing*. Semakin sering pemberian intervensi MI untuk setiap sesi konseling, maka tingkat pemahaman konseli terhadap perubahan ke arah positif dalam dirinya semakin meningkat. Saran yang direkomendasikan kepada peneliti selanjutnya adalah menggunakan instrumen tambahan seperti lembar observasi atau pedoman wawancara untuk memperkuat hasil follow up terkait perubahan positif dalam diri konseli.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, R. A. (2016). Pengaruh Game Online terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja di Samarinda. *Iimu Komunikasi*, 4(3), 290–304.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459.
- Creswell, J. (2015). *Riset Pendidikan Perencanaan Pelaksanaan dan Evaluasi Riset Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Edmonds, W. A., & Kennedy, T. D. (2013). *An Applied Reference Guide to Research Designs: Quantitative, Qualitative, and Mixed Methods*. California: SAGE Publications.
- Michaud, M. C., Martin, R. A., Stein, L. A. R., Bassett, S., Lebeau, R., & Golembeske, C. (2016). The Impact of Motivational interviewing on Delinquent Behaviors in Incarcerated Adolescents. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 65, 13–19.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2013). *Motivational Interviewing: Helping People Change*. New York: Guilford Press.
- Prisgrove, P. (1991). A Relapse Prevention Approach to Reducing Aggressive Behaviour. *Serious Violent Offenders: Sentencing, Psychiatry and Law Reform*, 179–191.

- Sugiharto, D., Hariyadi, S., Amin, Z. N., Mulawarman, Muslikah, & Nugraheni, E. P. (2019). Pengembangan Kompetensi Konselor Melalui Pelatihan Konseling Motivational Interviewing (MI) Berbasis Local Wisdom Budaya Jawa. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *1*(2), 111–115.
- Wilson, S. J., Lipsey, M. W., & Derzon, J. H. (2003). The Effects of School-Based Intervention Programs on Aggressive Behavior: A Meta-Analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *71*(1), 136–149.
- Krahe, B. (2005). *Perilaku Agresif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka.