

Effects of Behavioral Counseling with Modeling Techniques to Minimize Aggressive Behavior Class XI students at SMA Negeri 1 Sukasada

Pengaruh Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meminimalisasi Perilaku Agresif Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Sukasada

I Gusti Ayu Made Ari Pradnyani¹, I Ketut Gading², I Ketut Dharsana³

Universitas Pendidikan Ganesha

e-mail: Gekaripradnyani12@gmail.com, iketutgading@undiksha.ac.id profdarsana@yahoo.com

Received Month DD, 20YY;

Revised Month DD, 20YY;

Accepted Month DD, 20yy;

Published Online DD, 20yy

Conflict of Interest

Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author

Abstract: This study aims to determine the effect of Behavioral Counseling with Modeling Techniques to Minimize Aggressive Behavior Students. The design of this study was a pretest-post-test control group design with follow-up. The population of this research is 6th-grade students of SMA Negeri 1 Sukasada, with a total of 6 classes. Sampling is done randomly by randomly selecting 2 classes from 6 classes of population members. As for the sample, members were students of class XI MIA1 as an experimental class and class XI IBB1 as a control class. Data about aggressive behavior was collected by an aggression behavior questionnaire (KPA). To test the hypothesis the data were analyzed using a t-test. The results showed that there was an influence of Behavioral Counseling with Modeling Techniques to minimize the aggressive behavior of students ($t = 4,306$; $p = 0,000$).

Keywords: Behavioral Counseling, Modeling Technique, Aggressive Behavior

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meminimalisasi Perilaku Agresif Siswa. Desain penelitian ini adalah *pretest-post-test control group design* dengan *follow up*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 Sukasada yang berjumlah 6 kelas. Pengambilan sampel dilakukan secara random dengan memilih secara acak 2 kelas dari 6 kelas anggota populasi. Adapun yang menjadi anggota sampel adalah siswa kelas XI MIA1 sebagai kelas eksperimen dan kelas XI IBB1 sebagai kelas control. Data tentang perilaku agresif dikumpulkan dengan kuesioner perilaku agresi (KPA) Untuk menguji hipotesis data dianalisis dengan menggunakan uji t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk meminimalisasi perilaku agresif siswa ($t = 4,306$; $p = 0,000$).

Kata Kunci: Konseling Behavioral, Teknik Modeling, Perilaku Agresif

How to Cite: Author 1, Author 2. Year. Title manuscript. JBKI Undiksha, VV (N): pp. XX-XX, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

Pendahuluan

Setiap individu memiliki caranya masing-masing dalam mengendalikan emosi, dan meluapkannya kedalam bentuk verbal maupun non verbal tergantung bagaimana kondisi yang mereka hadapi saat itu. Prilaku agresif akan muncul apabila individu tidak mampu mengendalikan emosi yang ada pada dirinya dengan baik serta dapat merugikan diri sendiri. Di zaman saat ini remaja milenial bentuk prilaku *self*

aggression dituangkan dalam sebuah kata-kata atau dalam bentuk ejekan yang kemudian dibawa ke sosial media seperti facebook, instagram, whatsapp dan media platform lainnya dan kemudian berakhir pada sebuah tindakan kriminal seperti perkelahian, penikaman, pelecehan dll. Perilaku agresif tidak membedakan jenis kelamin baik itu remaja pria maupun wanita sama saja ada yang berani menunjukkan sikap agresif seperti mampu bergaul ke sesama maupun lawan jenis dan mampu menghindari dan menarik perhatian lawan jenis Dharsana, et al., (2020). Berdasarkan fenomena diatas peneliti mengacu pada definisi menurut Dharsana *Self Aggression* adalah karakter yang ditunjukkan oleh peserta didik seperti sering memotong pembicaraan atau pendapat teman sesuka hati, memberitahu keburukan teman dan senang melihat teman menderita. Adapun Indikator Self Aggression yakni (1) Memotong pembicaraan atau pendapat teman sesuka hati (2) Memberitahu keburukan temannya (3) senang melihat teman menderita Putri, Dharsana, & Suarni (2019).

Self aggression adalah bentuk ungkapan emosi sebagai reaksi atas kegagalan individu itu sendiri dan dituangkan baik dalam bentuk perilaku maupun kata-kata seperti: melukai orang lain atau menghancurkan benda-benda disekitar yang secara sengaja dilakukan Dharsana et al.,(2019). Menurut Heubrock & Petermann dalam Otte et al., (2019) *Self Aggression* atau agresi diri adalah suatu tindakan penghancuran diri yang dapat merusak atau merugikan individu itu sendiri. Adapun indikatornya: mencela dan membenci diri sendiri, tidak percaya diri, suasana hati mudah berubah, depresi, serta melukai diri sendiri hingga memiliki pikiran untuk melakukan hal (mencoba) bunuh diri.

Menurut Hillbrand dalam Sloan, Berman, Zeigler-Hill, Greer, & Mae (2006) *Self aggression* atau dikenal sebagai agresi diri adalah perilaku yang merugikan individu itu sendiri serta memiliki tujuan untuk melukai diri sendiri yang dilakukan secara sengaja dan akan berdampak buruk bagi individu jika dibiarkan. Dampaknya seperti: individu akan terjebak dalam bahaya sosial, kemudian bahaya psikologis, serta bahaya ekonomi.

Tujuan utama dari perilaku agresif adalah memuaskan individu itu sendiri dengan jalan menimbulkan cedera dan kerugian. Selain itu agresi merupakan fenomena yang memiliki banyak segi tujuan dan melayani beragam tujuan seperti di atas namun, tidak semua tindakan yang merugikan dan destruktif dinilai agresif. Apakah perilaku yang merugikan akan dianggap sebagai agresif atau tidak itu tergantung pada penilaian subjektif atas niat dan kausalitas. Semakin niat jahat dari pelaku kejahatan, semakin tinggi kemungkinan perilaku tersebut akan dinilai sebagai agresif Bandura (1978). Pada dasarnya Proses konseling dilakukan secara individual, yaitu antara konselor dan klien, Pemecahan masalah di dalam proses konseling itu dijalankan dengan wawancara atau diskusi antara klien dengan konselor dan wawancara itu dijalankan secara tatap muka Sukmayanti, Dharsana, & Suarni (2019).

Konseling yang peneliti gunakan dalam penelitian ini yakni konseling behaviorial. Teori behaviorial adalah teori yang menyeluruh dan merupakan suatu usaha berdasarkan percobaan untuk menjelaskan konsep-konsep, tahapan-tahapan, prosedur, proses dan teknik bagaimana tingkah laku manusia dipelajari Putri et al (2019). Behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah mengenai tingkah laku manusia. Teknik serta prosedurnya berakar pada berbagai teori mengenai belajar dan prinsip-prinsip belajar yang dimana berfokus pada perubahan tingkah laku maladaptive kearah yang lebih adaptif. Modifikasi tingkah laku telah memberikan pengaruh yang besar kepada lapangan pendidikan, terutama pada area pendidikan khusus yang menangani anak-anak yang memiliki masalah-masalah belajar dan tingkah laku Corey (2013).

Dalam teori belajar sosial Albert Bandura, pribadi/individu merupakan pelaku dari perubahan itu sendiri. Individu memiliki kemampuan dalam merubah tingkah laku dimana perubahan itu diarahkan oleh diri sendiri yang ditentukan oleh proses kognitif. Pengalaman-pengalaman yang individu miliki dalam bertingkah laku juga menentukan pikiran, perbuatan serta harapan individu itu sendiri dan akan

mempengaruhi pengalaman berikutnya. Proses kognitif inilah yang mengatur bagaimana individu bertingkah laku di lingkungannya menurut Bandura dalam Razieh Tadayon Nabavi (2016).

Adapun teknik yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik pemodelan (Modelling). Teknik modeling (percontohan) dimana peserta didik mengamati seorang model melalui gambar, video atau secara langsung kemudian diterapkan dan diperkuat untuk mencontoh dari tingkah laku model tersebut Wiladantika, Dharsana, & Suranata (2014). Di kehidupan sehari-hari pemodelan dan penguatan dalam pembelajaran sosial agresi dapat kita lihat. Prilaku agresi sebagian besar dipelajari melalui pengamatan, dan disempurnakan melalui praktik yang diperkuat Bandura (1978).

Menurut Bandura (1969) dalam Corey (2013) menurutnya belajar dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku objek atau model baik secara langsung maupun tidak langsung akan membantu individu menemukan kecakapan sosial, individu yang memiliki emosional tinggi bisa mengendalikan diri dengan baik. Model dengan status serta kehormatan yang tinggi akan sangat mempengaruhi mereka sebagai pengamat. Menurut Bandura dalam Razieh Tadayon Nabavi (2016) anak-anak belajar dan kemudian meniru perilaku yang telah mereka amati pada orang lain (model). Bandura membagi tiga model dasar dalam pembelajaran observasi atau modeling yaitu: (1) Model langsung, individu secara aktual menunjukkan atau memerankan perilaku, (2) Model pembelajaran verbal, model dijelaskan secara deskripsi mengenai suatu perilaku yang akan dicontoh (3) Model simbolis, yakni model ditunjukkan secara nyata ataupun secara fiksi baik dalam sebuah buku, film, program televisi, atau media online. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan model simbolis, karena dalam memberikan treatment peserta didik akan lebih tertarik jika diberikan sebuah video atau film mengenai model atau contoh. Apabila peserta didik tertarik maka proses treatment bisa berjalan dengan baik.

Berdasarkan dari uraian diatas, peneliti memiliki ketertarikan untuk mengkaji penelitian yang mengambil topik Pengaruh Koseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meminimalisasi Perilaku Agresif Siswa Kelas XI SMA N 1 Sukasada.

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meminimalisasi Perilaku Agresif Siswa Kelas XI SMA N 1 Sukasada

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: Apakah Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling Berpengaruh Untuk Meminimalisasi Perilaku Agresif Siswa Kelas XI SMA N 1 Sukasada?

Manfaat penelitian ini yaitu diharapkan kepada pembaca dapat menambah wawasan serta pengetahuan terkait dengan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meminimalisasi perilaku agresif siswa, dan bagi peneliti dapat mengasah kemampuan peneliti dalam melakukan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meminimalisasi perilaku agresif siswa.

Metode

Rancangan penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan rancangan pretest-posttest control group dengan follow up. Populasi penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas XI SMAN 1 Sukasada yang berjumlah 6 kelas. Pengambilan sampel dilakukan dengan *random* sampling, dengan mengambil 2 kelas dari 6 kelas anggota populasi yang dijadikan sebagai kelas eksperimen dan kelas kontrol. Adapun yang menjadi anggota sampel adalah siswa kelas XI MIA1 sebagai kelas eksperimen dan kelas XI IBB1 sebagai kelas kontrol. Perlakuan berupa konseling behavioral dengan teknik modeling dilakukan sebanyak 8 kali pertemuan. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yang pertama variabel bebas yakni konseling behavioral dengan teknik modeling dan variabel terikat yakni perilaku agresif.

Data mengenai perilaku agresif dikumpulkan dengan kuesioner perilaku agresi (KPA). Adapun indikatornya 1) Memotong pembicaraan atau menyerang pendapat teman dengan sesuka hati, 2)

Memberitahu/ menyebarkan keburukan teman, 3) Senang melihat orang lain menderita. Jumlah pernyataan yang digunakan pada kuesioner ini adalah 30 butir pernyataan dengan 5 alternatif jawaban yakni SS apabila pernyataan sangat sesuai, S apabila pernyataan sesuai, KS apabila pernyataan kurang sesuai, TS apabila pernyataan sangat tidak sesuai dan STS apabila pernyataan sangat tidak sesuai. Pada tes kuesioner ini menggunakan 5 alternatif jawaban dengan penskoran untuk pernyataan bersifat positif meliputi: 1) Skor 5 diberikan pada siswa yang menjawab sangat sesuai, 2) Skor 4 diberikan pada siswa yang menjawab sesuai, 3) skor 3 diberikan pada siswa yang menjawab kurang sesuai, 4) Skor 2 diberikan pada siswa yang menjawab tidak sesuai dan 5) Skor 1 diberikan pada siswa yang menjawab sangat tidak sesuai. Sedangkan untuk pernyataan yang bersifat negatif sebagai berikut: 1) Skor 5 diberikan pada siswa yang menjawab sangat tidak sesuai, 2) Skor 4 diberikan pada siswa yang menjawab tidak sesuai, 3) Skor 3 diberikan pada siswa yang menjawab kurang sesuai, 4) Skor 2 diberikan pada siswa yang menjawab sesuai dan 5) Skor 1 diberikan pada siswa yang menjawab sangat sesuai. Analisis data menggunakan *SPSS versi 21 windows 10*, mulai dari menguji validitas dan reliabilitas pada kuesioner. Kemudian melakukan uji prasyarat berupa uji normalitas dan uji homogenitas. Tahap terakhir yaitu melakukan pengujian hipotesis dengan uji-t dan menggunakan *effect size*.

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis data yang dilakukan terhadap kuesioner perilaku agresif siswa dengan melewati tahapan uji prasyarat seperti uji normalitas data dan uji homogenitas varians yang sudah diperoleh saat melaksanakan pretes dan postes.

Tabel 0.1 Tests of Normality

	kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Keterangan
		Statistic	df	Sig.	
GainScore	1	.143	24	.200*	Berdistribusi Normal
	2	.113	24	.200*	Berdistribusi Normal

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan uji normalitas data, diperoleh nilai signifikansi *Kolmogorov-Smirnov* > 0,05. Melalui kriteria pengujian yang sudah ditentukan, Data pretest dan posttest kuesioner kelas eksperimen dan control memiliki nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,200 sehingga lebih besar dari 0,05. maka seluruh data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 0.2 Test of Homogeneity of Variances

GainScore			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.099	1	46	.300

Berdasarkan tabel 0.2 di atas dapat diketahui bahwa seluruh data memiliki nilai $> 0,05$. Maka dapat ditentukan dari hasil tersebut bahwa seluruh data dapat dinyatakan homogen. Setelah dinyatakan homogen, analisis selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis dengan uji-t.

Tabel 0.3 Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Differen ce	Std. Error Differen ce	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
GainS core	Equal variances assumed	1.099	.300	4.306	46	.000	.08721	.02025	.04644	.12798
	Equal variances not assumed			4.306	46.000	.000	.08721	.02025	.04644	.12798

Berdasarkan tabel 0.3 di atas ditemukan data gain skor tenormalisasi. Data gain skor tersebut telah memperoleh uji $t = 4.306$. Dilanjutkan dengan menguji effect size yang menghasilkan $ES = 1,25$. Dari hasil ES tersebut, dapat diinterpretasikan pada kriteria sangat efektif. Hal ini menunjukkan bahwa Terdapat Pengaruh Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meminimalisasi Perilaku Agresif Siswa.

Simpulan

Berdasarkan pada pemaparan hasil pengujian hipotesis dalam penelitian ini dan sesuai dengan pembahasan yang telah dilakukan, diperoleh hasil uji hipotesis menggunakan uji independent sample t test dengan nilai $t = 4.306$ taraf signifikansi $0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa $4.306 > 0.05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. *Sig.* Maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut : Terdapat pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meminimalisasi Perilaku Agresif siswa kelas XI di SMA N 1 Sukasada.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih diberikan kepada Tuhan Yang Maha Esa telah memberikan kelancaran dalam menyelesaikan penelitian ini. Kemudian kepada dosen pembimbing I Dr. I Ketut Gading, M.Psi dan Prof. Dr. Ketut Dharsana, M. Pd., Kons selaku pembimbing II yang sudah membantu serta membimbing dari awal penelitian sampai saat ini, dan kepada pihak-pihak yang sudah membantu dalam penyelesaian artikel ini.

Refrensi

- Bandura, A. (1978). Social Learning Theory of Aggression. *Journal of Communication, Summer 1978*.
<https://doi.org/10.1016/B978-0-08-045337-8.00057-7>
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychoteraphy*.
- Dharsana, I. K., Nugraha Sudarsana, G., Ketut Suarni, N., Eka Paramartha, W., Tirka, I. W., & Satya Gita Rismawan, K. (2019). *Cognitive Counseling with Reframing Techniques to Intervene in Self Aggression*. 382(Icet), 62–64. <https://doi.org/10.2991/icet-19.2019.15>
- Dharsana, I. K., Suarni, N. K., Nugraha Sudarsana, G., Eka Paramartha, W., & Mardiana, A. (2020). Cognitive-Behavioral Therapy counseling in developing Cross-Gender Friendship in adolescents. *Enfermeria Clínica, 30*, 206–208. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.079>
- Otte, S., Streb, J., Rasche, K., Franke, I., Segmiller, F., Nigel, S., ... Dudeck, M. (2019). Self-aggression, reactive aggression, and spontaneous aggression: Mediating effects of self-esteem and psychopathology. *Aggressive Behavior, 45*(4), 408–416. <https://doi.org/10.1002/ab.21825>
- Putri, J., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2019). Pengaruh Konseling Gestalt dengan Teknik Permainan Dialog untuk Meminimalisir Self Aggression. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha, 10*(2), 87–91. <https://doi.org/10.24036/XXXXXXXXXX-X>
- Razieh Tadayon Nabavi. (2016). *Bandura 's Social Learning Theory & Social Cognitive Learning Theory Theories of Developmental Psychology Title : Bandura 's Social Learning Theory & Social Cognitive Learning Theory Razieh Tadayon Nabavi*. (January 2012).
- Sloan, P. A., Berman, M. E., Zeigler-Hill, V., Greer, T. F., & Mae, L. (2006). Group norms and self-aggressive behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology, 25*(10), 1107–1121. <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.10.1107>
- Sukmayanti, I. A., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2019). Konseling Behavioral dengan Teknik Shaping melalui Setting Lesson Study untuk Meminimalisir Self Aggression. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha, 10*(2), 87–91. <https://doi.org/10.24036/XXXXXXXXXX-X>
- Wiladantika, K. P., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meminimalisir Perilaku Agresif Siswa Kelas Xi Bahasa Sma Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksa, 2*(1), 1–11. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3717>

Article Information (Supplementary)

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: <authors> <year>

First Publication Right: JIBK Undiksha

<https://doi.org/10.xxxx/xxxxx>

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.



Word Count: