

**PENERAPAN KONSELING REALITA UNTUK MENURUNKAN INTENSITAS PERILAKU AGRESIF PADA SISWA KELAS XII IPS 2 DI SMAN 1 JENGGAWAH KABUPATEN JEMBER TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

Dodik Wahyu Triyono<sup>1</sup>, Arifin Nur Budiono<sup>2</sup>, Siti Rahayu<sup>3</sup>  
E-mail: [dodikwahyu\\_triyono@yahoo.co.id](mailto:dodikwahyu_triyono@yahoo.co.id)

**ABSTRAK**

Perilaku agresif adalah salah satu jenis perilaku yang hampir semua orang pernah melakukannya. Bentuk perilaku agresif misalnya memukul, menendang dan merusak benda atau barang di sekitar. Perilaku agresif merupakan bentuk perilaku yang bersifat anti sosial dan norma hukum yang berlaku di lingkungannya, perilaku yang tidak dikehendaki oleh orang lain baik individu maupun masyarakat luas. Penyebab perilaku agresif sangat kompleks, tidak tunggal, tetapi secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi dua penyebab, yaitu faktor internal dan eksternal. Fenomena perilaku agresif banyak dijumpai di kelas XII IPS 2 yaitu sekitar 70% dari jumlah siswa di kelas itu siswanya mengalami permasalahan perilaku agresif tersebut. Mengingat perilaku agresif pada peserta didik merupakan gejala yang memprihatinkan pihak guru dan orang tua maka peneliti berupaya mengadakan penelitian untuk menurunkan tingkat perilaku agresif pada peserta didik dengan memberikan layanan konseling realita. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa ada penurunan perilaku agresif verbal pada siswa kelas XII IPS 2 SMA Negeri 1 Jenggawah setelah mendapatkan layanan konseling realita. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa rata - rata perilaku agresif verbal siswa setelah adanya layanan konseling realita lebih rendah dibandingkan dengan sebelum mendapatkan layanan konseling realita. Hal ini dapat dilihat dari nilai yang diperoleh individu yaitu mendapat kategori nilai sedang antara 67-94. Dan penilaian berdasarkan nilai keseluruhan siswa mencapai persentase di atas 60%.  
**KataKunci:** perilaku agresif, konseling realita, peserta didik, dan perilaku agresif verbal.

**ABSTRACT**

The primary aim of this present study is to investigate the effectiveness of reality approach to counselling on humans aggressive behavioral change. This is a counseling action research. This comprises of four phases namely acting, planning, observing, and reflecting. The subjects of this study were 36 students of SMAN 1 Jenggawah in the 2015/2016 academic year. Questionnaire and documentation are used to gather the data. In analysing the data, the researcher employs data reduction, data display and, lastly, conclusion drawing/verification.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling

<sup>2</sup> Dosen Pembimbing Utama (DPU)

<sup>3</sup> Dosen Pembimbing Anggota (DPA)

After treated by reality counseling services, the findings indicated that there was a steady decrease of verbal aggressive behavior displayed by the students of class XI IPS 2 at SMA Negeri 1 Jenggawah. In addition, the result also showed that the average of verbal aggressive behavior also fell. It could be shown from the score gained by the students, 67 – 94 of 60% overall score.

**Keywords:** Aggressive Behavior, Reality counseling services, verbal aggressive behavior.

## **Pendahuluan**

### **Latar Belakang**

Perilaku agresif adalah salah satu jenis perilaku yang hampir semua orang pernah melakukannya. Bentuk perilaku agresif misalnya memukul, menendang dan merusak benda atau barang disekitar, tetapi belum tentu dapat dikategorikan anak agresif apabila tidak memenuhi kriteria tertentu. Perilaku agresif merupakan bentuk perilaku yang bersifat anti sosial dan norma hukum yang berlaku di lingkungannya, perilaku yang tidak dikehendaki oleh orang lain baik individu maupun masyarakat luas. Perilaku tersebut sangat merugikan dirinya dan kenyamanan orang lain. Penyebab perilaku agresif sangat kompleks, tidak tunggal, tetapi secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi dua penyebab, yaitu faktor internal dan eksternal. Kedua faktor tersebut menyebabkan terhambatnya perkembangan emosi dan sosial yang bersangkutan. Terhambatnya perkembangan emosi dan perilaku sosial di antaranya diwujudkan dalam bentuk perilaku agresif. Menurut Baron dan Richardson (dalam Krahe, 2005) perilaku agresif adalah bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hiduplain baik secara fisik maupun verbal.

Fenomena perilaku agresif banyak dijumpai di kelas XII IPS 2 yaitu sekitar 70% dari jumlah siswa di kelas itu siswanya mengalami permasalahan perilaku agresif tersebut. Lebih jelasnya lagi dari hasil wawancara dengan Guru BK di SMA Negeri 1 Jenggawah tersebut mengatakan ada sekitar 24 siswa dari 36 siswa XII IPS 2 yang memiliki perilaku agresif. Perilaku yang sering dilakukan dan tampak di dalam kelas adalah berbicara *clometan* (berasal dari bahasa madura, yang memiliki arti berteriak tak beraturan/ bersahutan) pada saat jam pelajaran, biasanya siswa sering memotong pembicaraan guru yang sedang menerangkan pelajaran dengan membuat gurauan dari penjelasan guru. Sedangkan perilaku agresif yang tampak di luar pembelajaran yaitu, membuat keributan, berkata jorok saat bergurau saling menggolok - olok sesama teman sehingga terkadang dapat menimbulkan perkelahian, perilaku jahil yang berlebihan, dan perilaku tersebut tentunya akan mengganggu aktifitas belajar mengajar di dalam kelas dan di lingkungan sekolah. Keadaan kelas yang tidak kondusif mengakibatkan proses belajar mengajar di dalam kelas juga tidak kondusif. Jika perilaku tersebut terus berkelanjutan di luar kelas maka akan menjadi kebiasaan yang susah dikendalikan.

Beberapa faktor yang membuat siswa melakukan perilaku agresif salah satunya adalah faktor lingkungan dan faktor dari pengaruh teman dan tak kalah pentingnya yaitu kurangnya pemahaman siswa terhadap nilai budi pekerti dan etika dalam pergaulan sehingga berdampak menjadi sebuah perilaku kebiasaan dan dianggap sudah wajar untuk dilakukan.

Perilaku agresif dapat dipahami sebagai suatu tindakan yang bertujuan untuk melukai orang lain baik secara verbal maupun non verbal, secara fisik maupun non fisik baik langsung maupun tidak langsung. Mengingat perilaku agresif pada peserta didik merupakan gejala yang memprihatinkan pihak guru dan orang tua maka peneliti berupaya mengadakan penelitian untuk menurunkan tingkat perilaku agresif pada peserta didik dengan memberikan layanan konseling realita.

Pendekatan realita merupakan pendekatan yang menganggap bahwa realisasi untuk tumbuh dalam rangka memuaskan kebutuhan harus dilandasi oleh prinsip 3R (*Right, Responsibility dan Reality*). Terapi realita adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapi ini berfungsi sebagai guru serta memberi arahan kepada klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti dari terapi realita adalah penerimaan tanggung jawab pribadi, yang disamakan dengan kesehatan mental (Corey, 2003: 267).

Pendekatan ini menekankan pada tindakan dan berfikir sebagai lawan dari perasaan dan fisik. Melalui penekanan bahwa anggota kelompok membuat rencana dan melakukannya, terapi realitas melepaskan kesuraman masa lalu dan membuat klien lebih mampu untuk berubah. Bagian proses tindakan/berfikir melibatkan penolakan untuk menerima alasan dan tidak menghukum (Glasser, 1984). Dimensi tindakan/berfikir terapi realitas ditujukan pada keterarahan positif, seperti memenuhi kebutuhan dan perubahan yang tepat.

Oleh karena itu, diharapkan dengan diberikannya konseling dengan pendekatan realita, siswa di SMA Negeri 1 Jenggawah yang memiliki perilaku agresif menjadi siswa yang bertanggung jawab dan dapat berperilaku yang sesuai.

### **Rumusan Masalah**

1. Adakah penurunan intensitas perilaku agresif di kelas XII IPS 2 melalui konseling realita?

### **Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui efektifitas pendekatan Konseling realita dalam mengubah perilaku agresif

## **Kajian Pustaka Konseling Realita**

### **a. Konsep Dasar Konseling Realita**

Konseling realita merupakan suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku saat ini. Konselor dalam konseling realita mengajarkan tingkah laku yang bertanggung jawab agar individu mampu menghadapi segala kenyataan yang harus dijalani dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Inti terapi realita adalah penerimaan tanggung jawab pribadi, yang hampir sama dengan kesehatan mental.

Menurut Latipun (2006: 155) konseling realita adalah pendekatan yang berdasarkan pada anggapan tentang adanya suatu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya; kebutuhan akan identitas diri, yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah, dan berbeda dengan orang lain. Pandangan terapi realita menyatakan bahwa, karena individu bisa mengubah cara hidup, perasaan dan tingkah lakunya, maka mereka pun bisa mengubah identitasnya yang bergantung pada perubahan tingkah laku. Jadi jelas bahwa konseling realita dibangun diatas asumsi bahwa manusia adalah yang menentukan dirinya sendiri, memiliki tanggung jawab untuk menerima konsekuensi dan tingkah lakunya sendiri dan menjadi apa yang ditetapkan.

### **b. Pandangan Tentang Manusia**

Pada dasarnya manusia adalah makhluk yang memiliki kebutuhan dasar dan dalam kehidupannya mereka berusaha memenuhi kebutuhan tersebut. Kebutuhan dasar manusia meliputi kebutuhan bertahan hidup (*survival*), mencintai dan dicintai (*love and belonging*), kekuasaan atau prestasi (*power or achievement*), kebebasan atau kemerdekaan (*freedom or independence*), dan kesenangan (*fun*) (Corey, 2005).

Konseling realita bertumpu pada pandangan bahwa tingkah laku manusia adalah bertujuan dan berhasil dari diri individu dan bukan kekuatan dari luar. Meskipun kekuatan dari luar mempengaruhi keputusan yang kita ambil tetapi faktor lingkungan tidak mempengaruhi perilaku kita. Kita cenderung lebih termotivasi sepenuhnya oleh kekuatan dari dalam dan perilaku kita adalah usaha kita dalam memenuhi kebutuhan kita. Ada beberapa kebutuhan yaitu memiliki (*belonging*), berkuasa (*power*), bebas (*freedom*), kesenangan (*fun*) dan bertahan (*survive*).

Jadi dapat disimpulkan bahwa perilaku manusia didorong oleh kebutuhannya. Jika kebutuhannya terpenuhi maka seorang akan mengembangkan identitas berhasil dan sebaliknya jika gagal memenuhi kebutuhannya maka seseorang akan mengembangkan identitas gagal.

### **c. Pemenuhan Kebutuhan Dasar**

Glasser berpandangan bahwa pada dasarnya semua manusia memiliki kebutuhan dasar yaitu kebutuhan fisiologis (fisik) dan psikologis (cinta dan penghargaan) yang berpengaruh pada perilakunya. Kedua kebutuhan psikologis

tersebut digabung menjadi satu kebutuhan yang sangat utama yang disebut identitas.

Terpenuhinya cinta dan penghargaan akan mengembangkan gambaran diri sebagai orang yang berhasil dan membentuk identitasnya dengan identitas keberhasilan (*success identity*), sebaliknya jika orang gagal dalam menemukan kebutuhannya, maka akan membentuk identitasnya dengan identitas kegagalan (*failed identity*). Individu yang tidak terpenuhi kebutuhannya maka akan mencari jalan lain, misal dengan menarik diri atau bertindak delinkuensi. Menurut Glasser orang yang membangun identitas kegagalan pada dasarnya orang yang tidak bertanggung jawab, karena mereka menolak realita sosial, moral dan dunia sekitarnya. Namun identitas kegagalan tersebut dapat diubah menjadi identitas keberhasilan apabila individu dapat menemukan kebutuhan dasarnya. Individu yang telah terpenuhi kebutuhan dasarnya akan dapat memerintah kebutuhan kehidupan sendiri menggunakan prinsip 3R (*Right, Responsibility, dan Reality*).

#### **d. Tujuan Konseling Realita**

Tujuan konseling realita adalah membantu individu mencapai otonomi, yaitu kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal. Sehingga individu mampu bertanggung jawab atas siapa mereka dan ingin menjadi apa mereka, serta mengembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realistis guna mencapai tujuan-tujuan mereka (Corey, 2003: 273-274).

Latipun (2006: 155) menyatakan bahwa secara umum konseling realita memiliki tujuan yang sama dengan tujuan hidup, yaitu individu mencapai kehidupan dengan *success identity*. Oleh karena itu, harus bertanggung jawab yaitu memiliki kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personalnya.

Dalam hal ini konselor membantu siswa dalam menemukan alternatif-alternatif dalam mencapai tujuan konseling yang ingin dicapai yaitu mengurangi perilaku agresif siswa di sekolah.

#### **e. Teknik Konseling Realita**

Konseling realita merupakan konseling yang aktif secara verbal, yang menekankan rasional siswa dan difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi siswa yang dihubungkan dengan tingkah laku sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Konselor membantu siswa menyadari tingkah lakunya, membuat pertimbangan atas tingkah lakunya. Beberapa teknik konseling yang bisa dilakukan adalah sebagai berikut: 1) Terlibat main peran dengan siswa; 2) Menggunakan humor; 3) Membantu siswa dalam merumuskan perencanaan perubahan tindakan; 4) Menentukan batas-batas dan menyusun struktur konseling yang sesuai; 5) Melibatkan diri dengan siswa dalam upaya mencari kehidupan yang lebih efektif (Corey, 2003:282).

## **f. Prosedur Konseling Realita**

Latipun (2006: 156 - 159) menyatakan bahwa untuk mencapai tujuan - tujuan konseling, ada prosedur yang harus diperhatikan oleh konselor realita. Diantaranya adalah sebagai berikut: 1) Berfokus pada personal; 2) Berfokus pada perilaku; 3) Berfokus pada saat ini; 4) Pertimbangan nilai; 5) Pentingnya perencanaan; 6) Komitmen; 7) Tidak menerima dalih; 8) Menghilangkan hukuman.

## **Perilaku Agresif**

### **a. Pengertian Agresif**

Istilah "agresif" sering diartikan dalam percakapan sehari-hari untuk menerangkan sebagian besar perilaku kasar atau keras. Di dalam istilah yang digunakan tersebut kebanyakan didalamnya mengandung akibat ataupun kerugian bagi orang lain. Erat hubungannya dengan kemarahan karena kemarahan dapat terjadi jika orang tidak memperoleh apa yang mereka inginkan. Emosi marah akan berkembang jika orang mendapat ancaman bahwa mereka tidak akan mendapatkan apa yang mereka kehendaki dan kemungkinan pula akan terjadi pemaksaan kehendak atas orang atau objek lain dan kemarahan akan berkembang menuju agresif.

Dalam situasi tertentu orang akan melakukan agresi atau tidak melakukan agresi ditentukan oleh tiga variabel: (1) intensitas marah seseorang yang sebagian ditentukan oleh taraf frustrasi atau serangan yang menimbulkannya, dan sebagian ditentukan oleh tingkat prestasi individu terhadap frustrasi yang menimbulkan amarah, (2) kecenderungan untuk mengekspresikan amarah yang pada umumnya ditentukan oleh apa yang dipelajari seseorang tentang agresifitas dan pada umumnya ditentukan oleh sifat situasi, (3) kadang-kadang kekerasan dilakukan karena alasan lain yang lebih bersifat instrumental (OSears, 1994: 19).

Sebuah perbuatan dapat digolongkan sebagai perilaku agresif jika perbuatan tersebut sengaja dilakukan dengan menyakiti atau merugikan orang lain. Dengan demikian, seorang siswa yang karena perbuatannya tidak dengan sengaja menyakiti temannya, tidak digolongkan berperilaku agresif, berbeda dengan perilaku siswa yang dengan sengaja menyerang temannya dengan tujuan menyakiti.

### **b. Faktor Pemicu Agresif**

Faktor pencetus adalah faktor yang mendasari perilaku agresif itu muncul. Menurut Lorenz yang dikutip oleh Dayakisni (2003: 208) menjelaskan ada empat faktor pencetus agresif yaitu: a) Deindividualis, b) Kekuasaan dan Kepatuhan, c) Provokasi, dan d) Pengaruh obat-obatan terlarang.

Menurut David (1994: 10-18) menjelaskan faktor-faktor pencetus dari agresif adalah: a) Penguatan (*reinforcement*), b) Imitasi, c) Norma Sosial, d) Deindividualis, dan e) Agresif Instrumental.

Menurut Soubur, 2003: 435 menjelaskan ada dua macam faktor pencetus agresi yaitu:

- 1) Tingkah laku agresif yang dilakukan untuk menyerang atau melawan orang lain
- 2) Tingkah laku agresif yang dilakukan sebagai sikap mempertahankan diri terhadap kesenangan dari luar.

### **c. Macam- Macam Agresif**

Ada berbagai bentuk agresi yang terjadi pada diri individu salah satu diantaranya adalah seperti yang dikemukakan oleh Murry dan Bellak dalam Sukaji 1982 yang dikutip oleh Sugiyarta SL (1990: 23-24) menyatakan bahwa agresifitas meliputi: agresifitas emosional verbal, agresifitas fisik sosial, agresifitas destruktif dan agresifitas sosial.

Ada berbagai bentuk agresi yang terjadi pada diri individu salah satu diantaranya adalah seperti yang dikemukakan oleh Murry dan Bellak dalam Sukaji 1982 yang dikutip oleh Sugiyarta SL (1990: 23-24) menyatakan bahwa agresifitas meliputi: agresifitas emosional verbal, agresifitas fisik sosial, agresifitas destruktif dan agresifitas sosial.

Menurut Sear, Freedman dan Paplau yang dikutip oleh Wirawan (1996-300) membagi menjadi tiga jenis agresif yaitu:

1. Perilaku melukai dan maksud melukai
2. Perilaku agresif yang anti sosial dan prososial
3. Perilaku dan perasaan agresif

Dari beberapa macam agresif dalam penelitian ini hanya akan menggunakan dua macam agresif karena disesuaikan dengan judul penelitian yaitu:

1. Agresi fisik aktif langsung, tindakan agresi fisik yang dilakukan individu/ kelompok dengan cara berhadapan secara langsung dengan individu/ kelompok lain yang menjadi targetnya dan menjadi kontak secara fisik langsung, seperti memukul dan mendorong.
2. Agresi verbal pasif langsung, yaitu tindakan agresif verbal yang dilakukan oleh individu/ kelompok dengan cara berhadapan secara langsung seperti, menghina, memaki, marah dan mengumpat.

### **d. Indikator Perilaku Agresif**

Menurut Sear, Freedman dan Paplau yang dikutip oleh Wirawan (1996-300). Indikator Agresif verbal yaitu tindakan agresif yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara berhadapan secara langsung seperti, menghina, memaki, marah dengan berkata kasar, dan mengumpat.

### **Kerangka Pemikiran**

Menurut Latipun (2006: 155) konseling realita adalah pendekatan yang berdasarkan pada anggapan tentang adanya suatu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya; kebutuhan akan identitas diri, yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah dan berbeda dengan orang lain. Pandangan terapi realita menyatakan bahwa, karena individu bisa mengubah cara hidup, perasaan dan tingkah lakunya, maka mereka pun bisa mengubah identitasnya yang

bergantung pada perubahan tingkah laku. Jadi jelas bahwa konseling realita dibangun diatas asumsi bahwa manusia adalah yang menentukan dirinya sendiri, memiliki tanggung jawab untuk menerima konsekuensi dan tingkah lakunya sendiri dan menjadi apa yang ditetapkannya.

Prilaku agresif merupakan hasil belajar yang keliru dan upaya menanganinya adalah dengan interaksi melalui lingkungan yang intensif dan terus menerus. Interaksi yang intensif dan terus menerus dapat dilakukan dengan layanan konseling realita karena dengan layanan konseling realita ini siswa yang memiliki perilaku agresif dapat menentukan sendiri identitas dirinya melalui pemahaman yang diberikan oleh guru konselor dan pemberian alternatif-alternatif bantuan yang ditawarkan oleh konselor.

Dalam layanan konseling realita terdapat teknik konseling yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku agresif yaitu, mereka dapat mengembangkan berbagai ketrampilan yang ada pada dirinya pada intinya meningkatkan kepercayaan diri dan kepercayaan orang lain seperti berani mengemukakan atau percaya diri dalam berperilaku terhadap orang lain, cinta diri yang dapat dilihat dari dalam berperilaku dan gaya hidupnya untuk memelihara diri, memiliki pemahaman yang tinggi terhadap segala kekurangan dan kemampuan dan belajar memahami orang lain, ketegasan dan menerima kritik dan member kritik dan ketrampilan diri dalam penampilan dirinya serta dapat mengenadalikan perasaan dengan baik.

### **Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan landasan teori di atas, maka diajukan hipotesis penelitian ini adalah "Penerapan Konseling Realita dapat Menurunkan Intensitas Perilaku Agresif pada Siswa Kelas XII IPS 2 di SMA Negeri 1 Jenggawah"

### **Metode Penelitian**

#### **a. Rencana Penelitian**

Penelitian akan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Jenggawah, yang bertempat di Jl. Tempurejo no. 76 Jenggawah. Dan penelitian ini menggunakan jenis Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK), yaitu penelitian yang dimaksudkan untuk mendapatkan informasi tentang Penerapan Konseling Realita Dalam Menurunkan Intensitas Perilaku Agresif pada Siswa Kelas XII IPS 2 di SMA Negeri 1 Jenggawah. Adapun Penelitian yang akan dilaksanakan pada semester ganjil terhitung dari bulan September – November 2016. Subyek penelitiannya adalah siswa yang memiliki perilaku agresif di kelas XII IPS 2.

#### **b. Indikator Keberhasilan dan Siklus**

Penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) akan dilaksanakan dengan 2, satu siklus terdiri dari tiga kali pertemuan atau tatap muka dengan siswa guna untuk melihat Penurunan perilaku agresif dengan menggunakan konseling realita.

Untuk mengetahui hasil dari PTBK ini, maka peneliti membuat beberapa indikator keberhasilan yang selengkapny disajikan dalam bentuk dua penilaian



yaitu penilaian personal dan penilaian kumulatif dari seluruh siswa di kelas XII IPS 2. Penelitian Tindakan Bimbingan Dan Konseling (PTBK) ini dinyatakan berhasil apabila mendapatkan nilai minimal sedang antara 67-94.

#### **c. Prosedur**

Beberapa ahli mengemukakan model penelitian tindakan dengan bagan yang berbeda, akan tetapi secara garis besar terdapat empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi (Arikunto, 2009: 16).

Keempat tahap dalam penelitian tindakan tersebut adalah unsur dalam membentuk siklus, satu putaran kegiatan beruntun, yaitu mulai dari perencanaan sampai dengan refleksi. Siklus inilah yang merupakan bentuk tindakan dalam penelitian tindakan.

#### **d. Variabel Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu:

1. Konseling Realita sebagai variabel bebas yang disimbolkan dengan huruf (X).
2. Perilaku Agresif Verbal sebagai variabel terikat yang disimbolkan dengan huruf (Y)

Dari judul penelitian tersebut di atas akan digunakan instrument berupa angket untuk mengukur indicator keberhasilan dari setiap variable yang akan dihitung menggunakan data statistik.

#### **e. Definisi Operasional**

Berikut penjelasan dari setiap variabel dalam judul penelitian ini.

- (1)Konseling realita
- (2)Perilaku agresif verbal

Dengan uraian diatas, maka maksud dalam penelitian ini adalah suatu penelitian mengenai Penerapan Konseling Realita untuk Menurunkan Perilaku Agresif pada Siswa Kelas XII IPS 2 di SMA Negeri 1 Jenggawah desa Wonojati kecamatan Jenggawah kabupaten Jember Tahun Ajaran 2015/2016.

#### **f. Populasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Jenggawah semester ganjil tahun ajaran 2015/2016. Jumlah populasi seluruhnya adalah 36 siswa.

#### **g. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang dipandang relevan dengan permasalahan ini adalah:

##### **1) Metode Angket**

Jenis angket yang dipilih oleh peneliti adalah angket tertutup, angket ini ditujukan kepada siswa di akhir siklus untuk memperoleh data tentang perubahan sikap siswa.

##### **2) Dokumentasi**

Dokumentasi yang dipergunakan dapat berupa laporan hasil belajar, buku pribadi siswa, presensi siswa, serta dokumentasi lain yang dapat mendukung sumber data yang dibutuhkan dalam penelitian.

#### **h. Metode Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian tindakan dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Aktivitas dalam analisis data yaitu, *data reduction* (reduksi data), *data display* (paparan data), *conclusion drawing/verification* (kesimpulan).

#### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa ada penurunan perilaku agresif verbal pada siswa kelas XII IPS 2 SMA Negeri 1 Jenggawah setelah mendapatkan layanan konseling realita. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa rata-rata perilaku agresif verbal siswa setelah adanya layanan konseling realita lebih rendah dibandingkan dengan sebelum mendapatkan layanan konseling realita. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling realita yang berisi materi tentang etika pergaulan dengan teman sebaya, etika dan moral dalam pergaulan sangat efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

Penelitian di mulai dengan berkonsultasi dengan guru BK kelas XII IPS 2 yang di dalam pertemuan tersebut di tetapkan beberapa keputusan diantaranya jadwal peneliti dalam memasuki kelas, media yang digunakan dalam proses konseling. Pada pertemuan pertama proses konseling peneliti memperoleh kesimpulan Siswa dapat memahami maksud dan tujuan dari konseling yang akan dilakukan. Pertemuan kedua siswa mulai terlibat dalam proses konseling dengan menceritakan secara terbuka apa yang menjadi keinginan, kebutuhan dan persepsi yang siswa harapkan selama ini. Siswa sudah mulai terbuka untuk mengungkapkan dengan baik apa yang menjadi keinginan, kebutuhan dan persepsi yang siswa harapkan selama ini. Pertemuan ketiga Siswa mampu mengungkapkan semua tindakan yang siswa lakukan selama ini dan dapat mengungkapkan tindakan selanjutnya untuk mengatasi masalahnya. Siswa mulai nyaman dan aktif dalam mengikuti kegiatan konseling. Pertemuan ke empat yaitu peneliti menyebar angket guna mengetahui tingkat agresif siswa setelah dilakukan konseling realita dalam penyebaran angket pertama di ketahui sebanyak 12 siswa yang memperoleh nilai rendah sedangkan kriteria yang harus dicapai untuk tingkat keberhasilan penelitian adalah nilai sedang yaitu 67-94. Penelitian dinyatakan berhasil apabila dalam satu kelas jumlah siswa yang mendapatkan nilai minimal sedang sejumlah 60% dari jumlah siswa yang ada dikelas XII IPS 2 atau sekitar 22 siswa, dengan data tersebut maka peneliti dalam menentukan persentase siswa yang memperoleh nilai minimal sedang menggunakan cara (jumlah siswa yang memperoleh nilai sedang : jumlah siswa keseluruhan dalam kelas) x 100 atau  $24 : 36 \times 100 = 69\%$ .

Pertemuan ke lima Siswa mampu mengevaluasi dirinya terhadap masalahnya dan alternatif untuk mengatasi masalahnya. Siswa menyadari bahwa permasalahan yang muncul selama ini adalah akibat dari pikiran negatif sendiri terhadap dirinya dan kondisi pribadi. Pertemuan ke enam Setelah Siswa mengambil keputusan dan menjalankannya, siswa tampak lebih percaya diri, dan perilaku agresif verbal mulai berkurang. Siswa berharap dengan alternatif

tindakan yang diambil, dapat memiliki etika dan norma pergaulan yang baik sehingga siswa dapat dengan baik ditengah masyarakat.

Dengan adanya layanan konseling realita, maka kebiasaan buruk, siswa secara verbal seperti menghina, memaki, marah dan mengumpat menjadi menurun. Sebelum diadakannya layanan konseling realita siswa mempunyai tingkat agresifitas seperti menghina, mengumpat yang termasuk kategori sangat tinggi, marah dan memaki yang masuk dalam kategori sedang.

Menyikapi hasil penelitian ini, maka dapat dijelaskan bahwa perilaku agresif seseorang cenderung dapat dikurangi dengan pembentukan lingkungan yang kondusif seperti yang telah peneliti ciptakan saat melakukan konseling. Kegiatan konseling realita dengan teknik klasikal yang bertujuan untuk mengembangkan sikap pemaaf rendah hati dan bersahabat tersebut mampu meningkatkan kesadaran siswa yang memiliki perilaku agresif akan arti penting sikap-sikap tersebut dalam kehidupan sosialnya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Sobur (2003: 121) yang menyatakan bahwa, manusia berkembang berdasar stimulus yang diterimanya dari lingkungan sekitar. Lingkungan yang buruk akan menghasilkan manusia yang buruk dan lingkungan yang baik akan menghasilkan manusia baik. Dengan kata lain kepribadian manusia dapat dibentuk melalui rangsangan-rangsangan tertentu.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari hasil penelitian di SMA Negeri 1 Jenggawah, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Perilaku agresif verbal siswa kelas XII IPS 2 sebelum mendapatkan layanan konseling realita adalah tinggi dan setelah mendapatkan layanan konseling realita menurun.
2. Layanan konseling realita sanga efektif untuk menurunkan perilaku agresif siswa di SMA Negeri 1 Jenggawah.

### **Daftar Pustaka**

- Friedman, Howard S. 2008. *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern, Edisi Ketiga*. Jakarta: Erlangga.
- Gerungan, W.A. 2004. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama
- Hurlock, Elizabeth B. 2009. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Miles dan Huberman. 1994. *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber Tentang Metode - metode Baru* (terjemahan Tjetjeb Rohesi Rohidi). Jakarta: universitas Indonesia (UI-Press)
- Moloeng, Lexy J. 2002. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: P.T Remaja Rosdekarya Offset.
- Narbuko, Kholid., dan H. Abu Achmadi. 2010. *Metodologi Penelitian: Memberikan Bekal Teoritis pada Mahasiswa tentang Metodologi Penelitian serta Diharapkan dapat Melaksanakan Penelitian dengan Langkah - Langkah yang Benar, Cetakan Ketiga*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Nur,B, Arifin. 2015. *Buku Pedoman Penyusun Proposal dan Skripsi* (edisi revisi).  
Pustaka Radja: Jember
- Zuhaida M. 2010. *Menjadi Teman-Baik*. Jakarta: Direktorat Jenderal Manajemen  
Pendidikan Dasar dan Menengah, Kementerian Pendidikan Nasional. Tidak  
Diterbitkan.