PENERAPAN KONSELING BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGATASI SIKAP AGRESIF SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 5 KUDUS

OLEH
ANITA KARTIKA SARI
NIM.201031174

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2014

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

PENERAPAN KONSELING BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGATASI SIKAP AGRESIF SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 5 KUDUS

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan S1
Program Studi Bimbingan dan Konseling

OLEH
ANITA KARTIKA SARI
NIM 201031174

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2014

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

- Tidak ada harga atas waktu, tetapi waktu sangat berharga. Memiliki waktu tidak menjadikan kaya, tetapi menggunakannya dengan baik adalah sumber dari semua kekayaan. (Mario Teguh)

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini aku persembahkan untuk :

1. Allah SWT yang selalu memberikan nikmat dan ridhoNya.
2. Ibu, Ayah dan Kakakku tercinta, Ibu Suginah, Bapak Suhardi dan Ani Sugiharti atas motivasi serta do'anya.
3. Sahabat dan teman-teman seperjuangan yang telah memberi semangat.
4. Almamaterku tercinta Universitas Muria Kudus tempatku menuntut ilmu.

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Anita Kartika Sari NIM. 201031174 ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, Agustus 2014

Pembimbing I

Drs. Masturi, MM.
NIS. 0610730 2000 1 001

Pembimbing II

Drs. Sucipto, M.Pd., Kons.
NIP. 061071130 2000 10 015

Mengetahui,
DekanFakultasKeguruandanIlmuPendidikan
UniversitasMuria Kudus,

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Anita Kartika Sari (NIM 201031174) ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 3 September 2014 sebagai syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus, September 2014

Dewan Penguji

Drs. Masturi, MM Ketua
NIS. 0610730 2000 1 001

Drs. Sucipto, M.Pd., Kons. Anggota
NIS. 06107130 2000 1 015

Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons Anggota
NIS. 061071130 2000 1 008

Drs. Sunardi Anggota
NIP. 19521105 1983 03 1 004

Mengetahui,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan,

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat, Taufik, dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul "Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Sikap Agresif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Kudus Tahun Ajaran 2013/2014" dengan lancar. Terselesaikannya Skripsi ini berkat adanya dorongan dan bantuan berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini perkenankan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Drs. Slamet Utomo, M.Pd. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muria Kudus.
2. Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons. Kaprodi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muria Kudus.
3. Drs. Masturi, MM. Dan Drs. Sucipto, M.Pd., Kons. Dosen pembimbing I dan II yang senantiasa memberikan bimbingan dan semangat pada penulis dalam menyelesaikan penyusunan Skripsi.
4. Drs. H. Farhan, M.Pd. Kepala Sekolah SMP Negeri 5 Kudus yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
5. Rekan-rekan penelitian BK UMK di SMP Negeri 5 Kudus.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati, penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh daris empurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Kudus, Agustus 2014

Penulis

ABSTRACT

Sari, Kartika Anita. 2014. Application of Counseling Behavioristic With *Self Management* Techniques To Overcome Aggression in Class VIII Junior High School 5 Kudus Academic year 2013/2014. Thesis. Guidance and Counseling, Teacher Training and Education Faculty, Muria Kudus Univercity. Advisor: (i) Drs. Masturi, MM., (Ii) Drs. Sucipto, M.Pd., Kons.

Key words: Counseling behavioristic, *Self Management* Techniques, Aggression

Phenomenon in Junior High School 5 Kudus in class VIII there are students who have an aggressive attitude. Guidance and Counseling Teachers there say if our students there who have an aggressive attitude, but not all students have the attitude and just a few. According to the guidance and counseling teacher, students who have an aggressive attitude usually like to make the crowd in the classroom, like teasing, often not liked by friends and like to make an argument.

The aggressiveness of course is a serious problem that should get special service. In order resolving as expected that the researcher is interested in conducting research by providing the application of self-management techniques. With self-management techniques, students will be required to have an aggressive attitude active during the therapy process, so that students are able to control, to control and change the attitude toward becoming a better attitude.

This research was carried out in detail and depth to a particular symptom, so the level of development of individual behavior can be understood through the phases of all the eighth grade students of Junior High School 5 Kudus academic year 2013/2014. The subjects were three (3) students of class VIII students were recorded as having an aggressive attitude. Data collection techniques used were: 1 Interview, 2 Observation, 3. Documentation, and 4. Home Visits.

The results of research 1, counselee I (PWB) can not control his emotions, roughly speaking, sometimes behaves often hit, caused by a lack of self-management, self-motivation and have no lack of attention from parents. After the application of self-management techniques counselee can show changes for the better. This means the application of self-management techniques to effectively change the counselee be good. 2 counselee II (DAA) often bully friends, do not pay attention when teachers teach, and often quarreled friends due to not having self-motivated and easily influenced to friends who do not behave properly. After the application of self-management techniques is able to change the attitude of the counselee, be the expected behavior. This means self-service application management techniques effectively to make the counselee become good lenih in attitude. 3 counselee III (DMA) pacing often when there is a teacher in the room, often seen out when teachers teach, often do not do the work as well as deny and ignore teachers and friends due to a lack of attention from parents and self-

motivation. After the application of self-management techniques counselee be able to change the attitude of the expected behavior. This means self-service application management techniques effectively to make the counselee become better.

Researchers suggest for principals to hold periodic meetings with school counselor and classroom, teacher and subject teachers to discuss student progress and aggressive attitude in the classroom. To School counselor should follow what has been done by researchers programmed with better counseling services and can apply behavioristic with *self management* techniques to deal with aggressive behavior problems of students. To the homeroom teacher should be able to use the findings of researchers to pay more attention to and recognize the problems of students in more depth. To further research should follow up this study with rests on the results / findings that have been obtained in this study, so that future application of self-management techniques is able to overcome the aggressive attitude of students.

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

ABSTRAK

Sari, Kartika Anita. 2014. *Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Sikap Agresif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014*. Skripsi. Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing: (i) Drs. Masturi, MM., (ii) Drs. Sucipto, M.Pd., Kons.

Kata-kata kunci: Konseling Behavioristik, Teknik *Self Management*, Sikap Agresif

Fenomena di SMP Negeri 5 Kudus kelas VIII ada siswa yang memiliki sikap agresif. Guru Bimbingan dan Konseling disana mengatakan jika anak didik kita ada yang memiliki sikap agresif, tetapi tidak semua siswa memiliki sikap tersebut dan hanya beberapa saja. Menurut guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 5 Kudus, siswa yang memiliki sikap agresif biasanya suka membuat keramaian di dalam kelas, suka mengganggu teman, sering tidak disukai oleh teman dan suka membuat pertengkaran.

Sikap agresif tentunya adalah masalah yang serius harus mendapatkan pelayanan khusus. Agar upaya penyelesaian masalah tersebut sesuai dengan yang diharapkan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan memberikan penerapan teknik *self management.* Dengan teknik *self management,* siswa yang memiliki sikap agresif akan dituntut aktif selama proses terapi, sehingga siswa mampu mengontrol, mengendalikan dan merubah arah sikap tersebut menjadi sikap yang lebih baik.

Jenis penelitian ini Studi Kasus yang dilakukan secara terperinci dan mendalam terhadap suatu gejala tertentu, sehingga tingkat perkembangan tingkah laku individu dapat dipahami melalui fase-fase terhadap semua siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014. Subjek penelitian ini adalah 3 (tiga) siswa kelas VIII yang tercatat sebagai siswa yang memiliki sikap agresif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah: 1. Wawancara, 2. Observasi, 3. Dokumentasi, dan 4. Kunjungan Rumah.

Hasil penelitian 1. Konseli I (PWB) tidak bisa mengontrol emosinya, berbicara kasar, kadang berperilaku sering memukul, disebabkan oleh kurangnya manajemen diri, tidak mempunyai motivasi diri serta kurang adanya perhatian dari orang tua. Setelah dilakukan penerapan teknik *self management* konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih baik. Ini berarti penerapan teknik *self management* efektif untuk merubah konseli menjadi baik. 2. Konseli II (DAA) sering menjaili teman, tidak memperhatikan guru saat mengajar, serta sering bertengkar teman disebabkan oleh tidak mempunyai motivasi diri dan mudah terpengaruh ajakan teman yang tidak berperilaku baik. Setelah dilakukan penerapan teknik *self management* mampu merubah sikap konseli, menjadi sikap

yang diharapkan. Ini berarti layanan penerapan teknik *self management* efektif untuk membuat konseli menjadi lenih baik dalam bersikap. 3. Konseli III (DMA) sering mondar-mandir bila ada guru di dalam ruangan, sering melihat keluar saat guru mengajar, sering tidak mengerjakan tugas serta membantah dan mengabaikan guru maupun teman disebabkan oleh kurang adanya perhatian dari orang tua dan motivasi diri. Setelah dilakukan penerapan teknik *self management* mampu merubah sikap konseli menjadi sikap yang diharapkan. Ini berarti layanan penerapan teknik *self management* efektif untuk membuat konseli menjadi lebih baik.

Peneliti menyarankan bagi kepala sekolah untuk mengadakan pertemuan periodik dengan konselor sekolah,, guru wali kelas dan guru mata pelajaran untuk membahas masalah sikap agresif serta perkembangan siswa di kelas. Kepada konselor sekolah sebaiknya menindaklanjuti apa yang sudah dilakukan oleh peneliti secara terprogram dengan lebih baik dan bisa menerapkan layanan konseling behavioristik dengan teknik *self management* untuk menangani masalah sikap agresif siswa. Kepada guru wali kelas sebaiknya bisa menggunakan hasil penemuan peneliti untuk lebih memperhatikan dan mengenali permasalahan-permasalahan siswa secara lebih mendalam. Kepada peneliti selanjutnya hendaknya menindaklanjuti penelitian ini dengan berpijak pada hasil/temuan yang telah diperoleh dalam penelitian ini, sehingga kedepannya penerapan teknik *self management* mampu mengatasi sikap agresif siswa.

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL ..... **i**
HALAMAN LOGO ..... **ii**
HALAMAN JUDUL ..... **iii**
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN ..... **iv**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **v**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **vi**
PRAKATA ..... **vii**
ABSTRAK ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**

BAB I PENDAHULUAN 1

1.1 Latar Belakang Masalah 1

1.2 Rumusan Masalah 5

1.3 Tujuan Penelitian 5

1.4 Kegunaan Penelitian 6

1.5 Ruang Lingkup Penelitian 7

1.6 Definisi Operasional 7

BAB II KAJIAN PUSTAKA 10

2.1 Konseling Behavioristik Dengan Teknik *Self Management* 10

2.1.1 Pengertian Konseling Behavioristik 10

2.1.2 Konsep Dasar Konseling Behavioristik 11

2.1.3 Ciri-ciri Konseling Behavioristik 12

2.1.4 Tujuan Konseling Behavioristik 13

2.1.5 Peran Konselor 14

2.1.6 Teknik Konseling Behavioristik 15

2.1.7 Langkah-langkah Konseling Behavioristik 15

2.2Teknik *Self Management* 16
2.2.1Pengertian *Self Management* 16
2.2.2 Karakteristik *Self Management* 18
2.2.3 Langkah-langkah *Self Management* 18
2.2.4 Prosedur Aplikasi *Self Management* 22
2.3 Sikap Agresif 22
2.3.1 Pengertian Sikap Agresif 22
2.3.2 Ciri-ciri Sikap Agresif 23
2.3.3 Bentuk Sikap Agresif 25
2.3.4 Faktor Penyebab Sikap Agresif 26
2.3.5 Tipe-tipe Agresif 28
2.3.6 Pencegahan dan Pengendalian Agresif 29
2.4 Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Sikap Agresif 31
2.4.1 Langkah-langkah Studi Kasus 33
2.4.2 Penerapan Konseling Behavioristik Teknik *Self Management* 34
2.5 Kajian Penelitian Sebelumnya 35
2.5.1 Penelitian Yang Relevan 36
2.6 Kerangka Berfikir 38
BAB III METODE PENELITIAN 40
3.1 Rancangan Penelitian 40
3.2 Subjek Penelitian 42
3.3 Teknik Pengumpulan Data 42

3.3.1 Wawancara 43
3.3.2 Observasi 47
3.3.3 Dokumentasi 50
3.3.4 KunjunganRumah (*home visit*) 51
3.4 Teknik Analisis Data 52
BAB IV HASIL PENELITIAN 55
4.1 Kasus Konseli I (PWB) 55
4.2 Kasus Konseli II (DAA) 73
4.3 Kasus Konseli III (DMA) 90
4.4 Rekapitulasi Penerapan Teknik *Self Management* Dari Ketiga Konseli 107
BAB V PEMBAHASAN 108
5.1 Hasil Konseling dengan Konseli I (PWB) 108
5.2 Hasil Konseling dengan Konseli II (DAA) 112
5.3Hasil Konseling dengan Konseli III (DMA) 114
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN 119
6.1 Simpulan 119
6.1.1 Kasus Konseli I (PWB) 119
6.1.2 Kasus Konseli II (DAA) 119
6.1.3 Kasus Konseli III (DMA) 120
6.2 Saran 120
DAFTAR PUSTAKA 124
LAMPIRAN-LAMPIRAN 126

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1	Wawancara dengan Guru BK (sebelum konseling)	127
2	Wawancara terhadap Wali Kelas (sebelum konseling)	128
3	Wawancara terhadap teman dekat konseli	131
4	Observasi terhadap PWB (sebelum konseling)	133
5	Observasi terhadap DAA (sebelum konseling)	134
6	Observasi terhadap DMA (sebelum konseling)	135
7	Data studi kasus PWB	140
8	Persiapan konseling PWB	143
9	Satuan Layanan Bimbingan Konseling Konseli 1 (PWB)	148
10	Pelaksanaan konseling1 kasus PWB	157
11	Pelaksanaan konseling 2 kasus PWB	163
12	Pelaksanaan konseling 3 kasus PWB	167
13	Laporan pelaksanaan dan evaluasi kasus PWB	170
14	Data studi kasus DAA	179
15	Persiapan konseling DAA	182
16	Satuan Layanan Bimbingan Konseling Konseli 2 (DAA)	187
17	Pelaksanaan konseling 1 kasus DAA	196
18	Pelaksanaan konseling 2 kasus DAA	202
19	Pelaksanaan konseling 3 kasus DAA	205
20	Laporan pelaksanaan dan evaluasi kasus DAA	208

21 Data studi kasus DMA 217
22 Persiapan Konseling DMA 220
23 Satuan Layanan Bimbingan Konseling Konseli 3 (DMA) 225
24 Pelaksanaan konseling 1 kasus DMA 234
25 Pelaksanaan konseling 2 kasus DMA 239
26 Pelaksanaan konseling 3 kasus DMA 241
27 Laporan pelaksanaan dan evaluasi kasus DMA..... 243
28 Surat Pernyataan 252
29 Keterangan Selesai Bimbingan 253
30 Permohonan Ujian Skripsi 254
31 Surat Ijin Penelitian dari FKIP UMK 255
32 Surat Keterangan Penelitian dari SMP Negeri 5 Kudus 256
33 Surat Keterangan Penetapan Judul Skripsi 257
34 Lembar Konsultasi Bimbingan atau Berita Acara 258
35 Riwayat Hidup Penulis 263

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1.1 Hasil Wawancara Peneliti Dengan Guru BK 136

1.2 Hasil Wawancara Peneliti Dengan Wali Kelas 137

1.3 Hasil Wawancara Peneliti Dengan Teman Dekat Konseli..... 138

1.4 Hasil Wawancara Peneliti Dengan Konseli 139

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

2.6 Skema Kerangka Pikiran..... 38