



**MENGATASI AGRESI VERBAL MELALUI KONSELING RATIONAL  
EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY TEKNIK REINFORCEMENT DI SMA  
NEGERI 1 REMBANG**

Oleh  
**YUNI PRAWITASARI**  
**201531062**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2019**



**MENGATASI PERILAKU AGRESI VERBAL MELALUI KONSELING  
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY TEKNIK  
REINFORCEMENT DI SMA NEGERI 1 REMBANG**

**SKRIPSI**

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

Oleh  
**YUNI PRAWITASARI**  
**201531062**

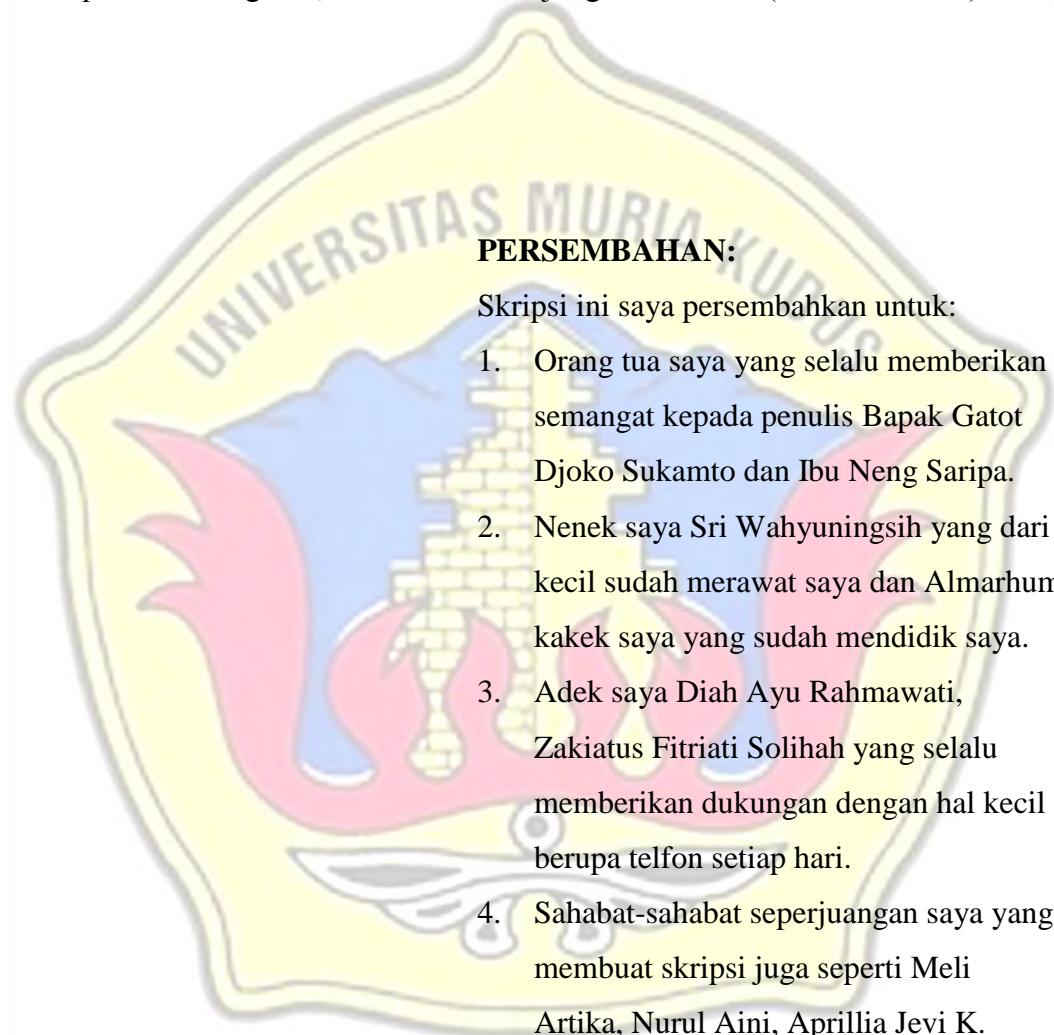
**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2019**

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO:**

“Whenever you’re agresive, you’re at the edge of mistake.” (Mario Andretti)

“Setiap kali anda agresif, anda berada di ujung kesalahan.” (Mario Andretti)



### **PERSEMBAHAN:**

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

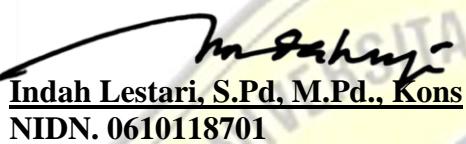
1. Orang tua saya yang selalu memberikan semangat kepada penulis Bapak Gatot Djoko Sukamto dan Ibu Neng Saripa.
2. Nenek saya Sri Wahyuningsih yang dari kecil sudah merawat saya dan Almarhum kakek saya yang sudah mendidik saya.
3. Adek saya Diah Ayu Rahmawati, Zakiatus Fitriati Solihah yang selalu memberikan dukungan dengan hal kecil berupa telfon setiap hari.
4. Sahabat-sahabat seperjuangan saya yang membuat skripsi juga seperti Meli Artika, Nurul Aini, Aprillia Jevi K.
5. Almamater Universitas Muria Kudus.

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi oleh Yuni PrawitaSari (NIM 201531062) Program Studi Bimbingan dan Konseling ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, 29 Agustus 2019

Pembimbing I

  
**Indah Lestari, S.Pd, M.Pd., Kons**

NIDN. 0610118701

Pembimbing II

  
**Edris Zamroni, S.Pd., M.Pd.**

NIDN. 0616069001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

  
**Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.**

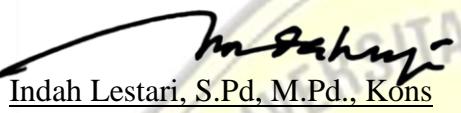
NIDN. 0611116401

## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Yuni PrawitaSari (NIM 201531062) ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus, 31 Agustus 2019

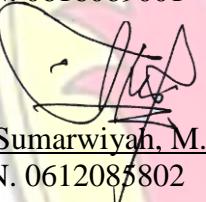
Tim Penguji

  
Indah Lestari, S.Pd., M.Pd., Kons  
NIDN. 0610118701

,Ketua

  
Edris Zamroni, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0616069001

,Anggota

  
Dra. Sumarwiyah, M.Pd,Kons.  
NIDN. 0612085802

,Anggota

  
Drs. Arista Kiswanto, M.Pd.  
NIDN. 0611116401

,Anggota

Mengetahui,  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Dekan,

  
Dr. Slamet Utomo, M. Pd.  
NIDN. 0019126201

## PRAKATA

Alhamdulillahirobbil'almi, segala puji syukur senantiasa tercurah kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, yang telah memberikan kekuatan dan ketabahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Mengatasi Agresi Verbal Melalui *Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy Teknik Reinforcement* di SMA Negeri 1 Rembang”.

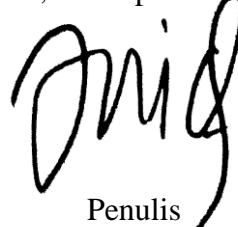
Penyusunan ini tidak lepas dari hambatan dan rintangan serta kesulitan-kesulitan. Namun berkat bimbingan, bantuan, nasehat, dan dorongan serta saran-saran dari berbagai pihak, khususnya dosen pembimbing, sehingga segala hambatan dan rintangan serta kesulitan tersebut dapat teratasi dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini dengan tulus hati penulis sampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Slamet Utomo, M.Pd. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan studi di Universitas Muria Kudus.
2. Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang tak henti-hentinya memberikan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Indah Lestari, S.Pd, M.Pd., Kons. Dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, semangat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

4. Edris Zamroni, S.Pd, M.Pd., Dosen pembimbing II yang tidak henti-hentinya memberikan motivasi, bimbingan, dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Semua Dosen Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah membimbing dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis.
6. Kepala SMA Negeri 1 Rembang yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Dewan Guru, staf administrasi, serta siswa-siswi SMA Negeri 1 Rembang yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang telah membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penelitian ini. Semoga amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Penulis menyadari dalam proposal skripsi ini masih ada kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan untuk perbaikan. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khusunya Bimbingan dan Konseling di Universitas Muria Kudus, sebagai upaya untuk mencapai tujuan pendidikan yang berkualitas.

Kudus, 11 September 2019



A handwritten signature in black ink, appearing to read "Anis" or a similar name.

Penulis

## ABSTRACT

Prawitasari, Yuni. 2019. **Overcoming Verbal Aggression by Rational Emotive Behavior Therapy Counseling Reinforcement Techniques in Rembang 1 High School.** Essay. Guidance and Counseling Faculty of Teacher Training and Education, Muria Kudus University. Advisors (i) Indah Lestari, S.Pd, M.Pd., Kons., (Ii) Edris Zamroni, S.Pd, M.Pd.

Keywords: Aggressive Verbal, Rational Emotive Behavior Therapy, Reinforcement.

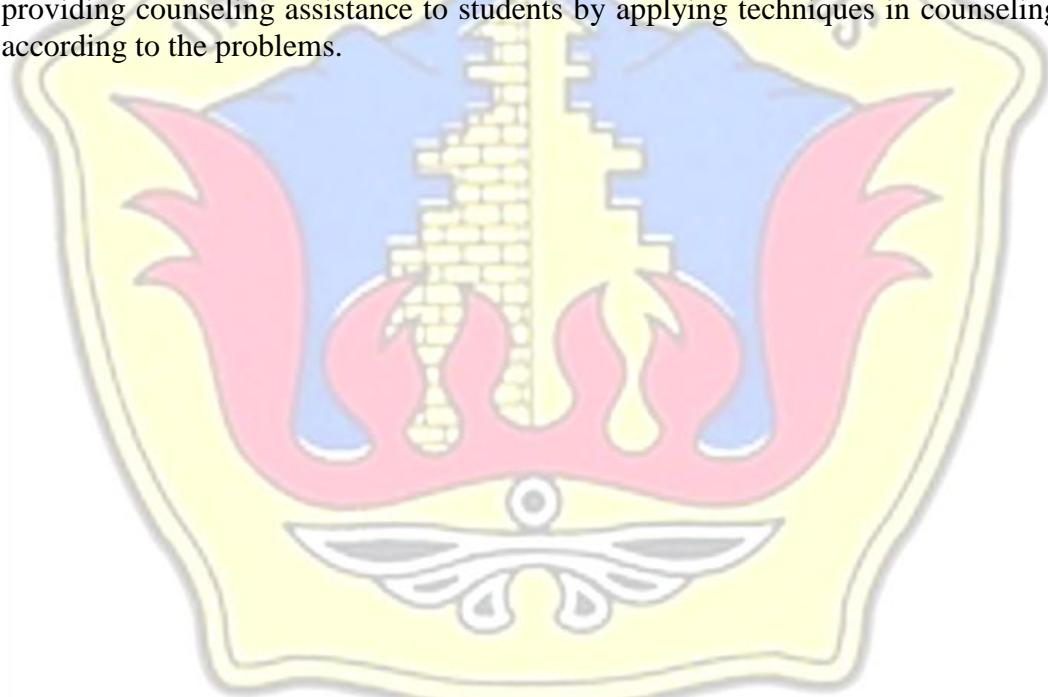
The background of the problem is in accordance with the results of the writer's observations of students in the Activities of *Pengenalan Lapangan Persekolahan* (PLP II) on 16 July -17 September and resumed with interviews and observations by researchers in February 2019, known that there were students of class XI indicated verbal aggression, such as always attacking with words or always verbally threatening, badmouthing others or criticizing. Problem formulation: 1. What factors that cause verbal aggressive behavior in Rembang 1 High School students? 2. How is the application of rational emotive behavior therapy counseling reinforcement techniques in overcoming verbal aggressive behavior in Rembang 1 High School students? Research objectives: 1. Finding the factors that cause verbal aggressive behavior in Rembang 1 High School students. 2. Describe the application of rational emotive behavioral therapy counseling reinforcement techniques in overcoming verbal aggressive behavior in Rembang 1 High School students.

Significance of the research; 1. Theoretical; contributing to the development of research services guidance and counseling by rational emotive behavior therapy therapy reinforcement techniques for overcoming verbal aggression. 2. Practical; a. Students no longer carry out verbal aggressive behavior after giving rational emotive behavioral therapy counseling reinforcement techniques. b. Guidance and Counseling teachers can use the results of research to improve the quality of the implementation of individual counseling for students in Rembang 1 High School using counseling rational emotive behavior therapy reinforcement techniques. c. The further researcher was able to contribute in overcoming verbal aggressive behaviors experienced by students of Rembang 1 High School by counseling rational emotive behavior therapy reinforcement techniques. This is descriptive qualitative research with the rational emotive behavior therapy therapy approach to reinforcement techniques. The subject of research was FR, which indicated verbal aggressive behavior. Interview, observation, and documentation techniques used to collect the data.

Research result; Client (FR) Talking often hurts. Through individual counseling services reinforcement techniques carried out in three meetings can overcome FR behavior that talks often makes hurt. Through individual counseling services reinforcement techniques that are carried out three times the meeting can overcome the behavior of mocking other people who do by other clients.

Research and Discussion Results prove that the reinforcement technique given to the client (FR) more or less gives a change to the client. The client has dared to admit the adjustment of verbal aggressive behavior that the client has done. So that clients feel aware to control their behavior later on. By using rational emotive behavior therapy counseling that applies the stages of relationship coaching, cognitive stage (management of thoughts and views, affective and emotive management stages, and behavioral management stages in which there are steps from the reinforcement technique, namely: a. Determine the target of the desired behavior improved, b. Define the initial data of behavior, c. To establish a meaningful reinforcement, and d. Determine a schedule for giving reinforcement. Based on these steps the client feels to make changes to his behavior so that the client is entitled to be given a gift or reward.

This study should be expected for students to always maintain their social relationships with friends, to the counseling guidance teacher can use the results of the research meeting to pay more attention and recognize the problems of students in Rembang 1 High School, and for researchers it is expected that in the future can be more able to practice patience and improve their abilities in terms of providing counseling assistance to students by applying techniques in counseling according to the problems.



## ABSTRAK

Prawitasari, Yuni. 2019. **Mengatasi Agresi Verbal Melalui Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy Teknik Reinforcement di SMA Negeri 1 Rembang.** Skripsi. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing (i) Indah Lestari, S.Pd, M.Pd., Kons., (ii) Edris Zamroni, S.Pd, M.Pd.

Kata Kunci: Agresif Verbal, *Rational Emotive Behaviour Therapy*, *Reinforcement*.

Latar belakang masalah sesuai dengan hasil observasi dan pengamatan penulis terhadap siswa pada Kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP II) pada tanggal 16 Juli -17 September dan dilanjutkan kembali dengan wawancara dan observasi oleh peneliti pada bulan Februari 2019, diketahui ada beberapa siswa kelas XI yang terindikasi agresif verbal, seperti selalu menyerang dengan kata-kata atau selalu mengancam secara verbal, memburuk-burukkan orang lain atau mencela. Rumusan masalah: 1. Faktor-faktor apakah yang menyebabkan perilaku agresif verbal pada siswa SMA Negeri 1 Rembang? 2. Bagaimana penerapan konseling *rational emotive behaviour therapy* teknik *reinforcement* dalam mengatasi perilaku agresif verbal pada siswa SMA Negeri 1 Rembang? Tujuan penelitian: 1. Menemukan faktor-faktor penyebab perilaku agresif verbal pada siswa SMA Negeri 1 Rembang. 2. Mendeskripsikan penerapan konseling *rational emotive behaviour therapy* teknik *reinforcement* dalam mengatasi perilaku agresif verbal pada siswa SMA Negeri 1 Rembang.

Manfaat penelitian; 1. Manfaat teoritis; memberikan sumbangan kepada pengembangan penelitian layanan bimbingan dan konseling melalui konseling *rational emotive behaviour therapy* teknik *reinforcement* untuk mengatasi agresif verbal. 2. Manfaat praktis; a. Siswa tidak lagi melakukan perilaku agresif verbal setelah pemberian *rational emotive behaviour therapy* teknik *reinforcement*. b. Guru Bimbingan dan Konseling dapat menggunakan hasil penelitian untuk meningkatkan mutu pelaksanaan konseling individual terhadap siswa di SMA Negeri 1 Rembang menggunakan konseling *rational emotive behaviour therapy* teknik *reinforcement*. c. Peneliti selanjutnya mampu berkontribusi dalam mengatasi perilaku agresif verbal yang dialami oleh siswa SMA Negeri 1 Rembang melalui konseling *rational emotive behaviour therapy* teknik *reinforcement*. Jenis penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan konseling *rational emotive behaviour therapy* teknik *reinforcement*. subjek penelitian 1 siswa yaitu FR yang terindikasi perilaku agresif verbal. Teknik pengumpulan data wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Hasil penelitian; Klien (FR) Berbicara sering membuat sakit hati. Melalui layanan konseling individu teknik *reinforcement* yang dilaksanakan dalam tiga kali pertemuan dapat mengatasi perilaku FR yang berbicara sering membuat sakit hati.. Melalui layanan konseling individu teknik *reinforcement* yang dilaksanakan tiga kali pertemuan dapat mengatasi perilaku suka mengejek orang lain yang dilakukan oleh klien.

Hasil Penelitian dan Pembahasan membuktikan bahwa teknik reinforcement yang diberikan kepada klien (FR) kurang lebih memberikan perubahan pada klien. Klien sudah berani menngakui penyeselannya atas perilaku agresif verbal yang telah klien lakukan. Sehingga klien merasa sadar untuk mengontrol perilakunya di kemudian hari. Dengan menggunakan konseling *rational emotive behaviour therapy* yang menerapkan tahap pembinaan hubunga, tahap kognitif (pengelolaan pemikiran dan pandangan, tahap pengelolaan afektif dan emotif, serta tahap pengelolaan tingkah laku yang didalamnya terdapat langkah-langkah dari teknik renforcment yaitu: a.Menentukan target perilaku yang ingin ditingkatkan, b.Menentukan data awal perilaku, c. Menetapkan penguatan yang bermakna, serta d.Menentukan jadwal pemberian penguatan. Berdasarkan langkah-langkah tersebut klien dirasa melakukan perubahan atas perilakunya dengan begitu klien berhak untuk diberikan hadiah atau *reward*.

Penelitian ini hendaknya diharapkan kepada siswa untuk selalu menjaga hubungan sosialnya dengan teman, kepada guru BK dapat menggunakan hasil pertemuan peneliti untuk lebih memperhatikan dan mengenali permasalahan-permasalahan siswa di SMA Negeri 1 Rembang, dan untuk peneliti diharapkan agar kedepannya lebih dapat melatih kesabaran dan meningkatkan kemampuannya dalam hal memberikan bantuan konseling kepada siswa dengan menerapkan teknik-teknik dalam konseling sesuai dengan permasalahan.



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LOGO.....</b>	<b>ii</b>
<b>JUDUL SKRIPSI .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Fokus dan Lokus Penelitian .....	7
1.2.1 Fokus Penelitian .....	7
1.2.2 Lokus Penelitian.....	6
1.3 Rumusan Masalah .....	7
1.4 Tujuan Penelitian .....	8
1.5 Manfaat Penelitian .....	8
1.5.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.5.2 Manfaat Praktis .....	9
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1 Kajian Teori .....	10
2.1.1 Agresif Verbal.....	10
2.1.1.1 Pengertian Agresif Verbal.....	10
2.1.1.2 Bentuk Perilaku Agresif Verbal .....	11

2.1.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif Verbal .....	14
2.1.1.4 Indikator Perilaku Agresif Verbal .....	23
2.1.2 <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> .....	24
2.1.2.1 Pengertian <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> .....	24
2.1.2.2 Konsep Teori Kepribadian dalam <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	26
2.1.2.3 Tahap Pelaksanaan Pendekatan <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> .....	29
2.1.3 <i>Reinforcement</i> .....	32
2.1.3.1 Pengertian <i>Reinforcement</i> .....	32
2.1.3.2 Jenis-Jenis <i>Reinforcement</i> .....	34
2.1.4 Konseling <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> dengan Teknik <i>Reinforcement</i> .....	38
2.2 Penelitian yang Relevan.....	40
2.3 Kerangka Berpikir.....	42

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Rancangan Penelitian .....	44
3.1.1 Studi Kasus .....	45
3.1.1.1 Pengertian Studi Kasus .....	45
3.1.1.2 Jenis-Jenis Studi Kasus .....	45
3.1.1.3 Langkah Pelaksanaan Penelitian Studi Kasus.....	48
3.1.1.4 Seting Penelitian .....	49
3.2 Sumber Data.....	49
3.3 Pengumpulan Data .....	50
3.3.1 Wawancara.....	50
3.3.1.1 Pengertian Wawancara.....	50
3.3.1.2 Tujuan Wawancara.....	51
3.3.1.3 Jenis Wawancara.....	52
3.3.1.4 Pedoman Wawancara .....	54

3.3.1.4.1 Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Guru Bimbingan dan Konseling	54
3.3.1.4.2 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Siswa SMA Negeri 1 Rembang	55
3.3.2 Observasi.....	55
3.3.2.1 Pengertian Observasi.....	55
3.3.2.2 Tujuan Observasi .....	56
3.3.2.3 Jenis Observasi.....	57
3.3.2.4 Kisi-Kisi Pedoman Observasi .....	57
3.3.2.5 Pedoman Observasi Terhadap Konseli .....	59
3.3.3 <i>Home Visit</i> .....	59
3.3.3.1 Pengertian <i>Home Visit</i> .....	59
3.3.4 Dokumentasi .....	60
3.3.4.1 Pengertian Dokumentasi .....	60
3.3.4.2 Bahan dan Jenis Dokumentasi .....	61
3.3 Analisis Data .....	62

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1 Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	66
4.1.1 Deskripsi Konseli .....	67
4.1.1.1 Pelaksanaan ke-1 Konseli FR Tanggal 31 Juli 2019 .....	68
4.1.1.1.1 Assesment .....	68
4.1.1.1.2 Goal Setting.....	74
4.1.1.1.3 Technique Implementation.....	75
4.1.1.1.4 Evaluation Termination.....	81
4.1.1.2 Pelaksanaan Konseling ke-2 FR Tanggal 01 Agustus 2019 .....	82
4.1.1.2.1 Assesment .....	82
4.1.1.2.3 Technique Implementation.....	83
4.1.1.2.4 Evaluation Termination.....	89
4.1.1.3 Pelaksanaan Konseling ke-3 FR tanggal 02 Agustus 2019.....	89

4.1.1.3.1 Assesment .....	89
4.1.1.3.2 Technique Implementation.....	89
4.1.1.3.3 Evaluation Termination.....	94
4.1.2 Kesimpulan Kasus Konseli (FR).....	95

## **BAB V SIMPULAN**

5.1 Simpulan .....	97
5.1.1 Kasus Konseli (FR).....	97
5.2 Saran.....	98
5.2.1 Siswa .....	99
5.2.2 Guru BK.....	99
5.2.3 Peneliti .....	99
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>100</b>

## **LAMPIRAN**



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1	Pembahasan Hasil Analisis Sosiometri .....	103
Lampiran 2	Hasil Pedoman Wawancara sebelum Konseling .....	107
Lampiran 3	Hasil Observasi Sebelum Pelaksanaan Konseling .....	110
Lampiran 4	RPL Konseli FR Pertemuan Pertama .....	111
Lampiran 4a	Verbatim Konseling REBT Teknik Reinforcement Pada Konseli FR Pertemuan Pertama .....	114
Lampiran 4b	Laiseg .....	125
Lampiran 4c	Laporan Konseling Pertemuan Pertama .....	126
Lampiran 5	RPL Konseli FR Pertemuan Kedua .....	128
Lampiran 5a	Verbatim Konseling REBT Teknik Reinforcement Pada Konseli FR Pertemuan Kedua .....	131
Lampiran 5b	Laiseg .....	140
Lampiran 5c	Laporan Konseling Pertemuan Kedua .....	141
Lampiran 6	RPL Konseli FR Pertemuan Ketiga .....	143
Lampiran 6a	Verbatim Konseling REBT Teknik Reinforcement Pada Konseli FR Pertemuan Ketiga .....	146
Lampiran 6b	Laiseg .....	154
Lampiran 6c	Laporan Konseling Pertemuan Ketiga.....	155
Lampiran 7	Dokumentasi.....	157
Lampiran 8	Berita Acara Bimbingan .....	158
Lampiran 9	Daftar Riwayat Hidup .....	160