

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dalam proses pendidikan terjadi proses perkembangan. Pendidikan adalah proses membantu peserta didik agar berkembang secara optimal, yaitu berkembang setinggi mungkin sesuai dengan potensi dan sistem nilai yang dianutnya dalam masyarakat. Pendidikan bukanlah proses memaksakan kehendak guru kepada peserta didik, melainkan upaya menciptakan kondisi yang kondusif bagi perkembangan anak yaitu kondisi yang memberi kemudahan kepada anak untuk mengembangkan dirinya secara optimal. Ini berarti bahwa di dalam proses pendidikan anak aktif mengembangkan diri dan guru aktif membantu menciptakan kemudahan untuk perkembangan yang optimal.

Anak-anak sekolah menengah pertama merupakan masa di mana mereka masuk dalam tahap perkembangan remaja awal yang berlangsung dengan cepat dalam aspek fisik, emosional, intelektual, dan sosial. Masa remaja merupakan masa sebagai periode peralihan. Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang. Bila anak-anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, anak-anak harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan.

Setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Jika remaja berperilaku seperti anak-anak ia akan diajari untuk “bertindak sesuai umurnya.” Kalau remaja bertindak seperti orang dewasa, ia seringkali dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa. Di lain pihak, status remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilakunya, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

Masa remaja sebagai periode perubahan, tingkat perubahan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku juga berlangsung pesat. Jika perubahan fisik menurun maka perubahan perilaku menurun juga.

Perubahan yang sama, hampir bersifat universal meliputi meningginya emosi, perubahan tubuh, berubahnya minat dan perubahan pola perilaku, dan bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan. Meningginya emosi intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. Karena perubahan emosi biasanya terjadi lebih cepat selama masa awal remaja, maka meningginya emosi lebih menonjol pada masa awal periode akhir masa remaja. Perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial dapat menimbulkan masalah baru. Bagi remaja, masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan dibandingkan masalah yang dihadapi

sebelumnya. Remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri menyelesaikannya menurut kepuasannya.

Dalam pergaulan sehari-hari yang dilakukan oleh anak-anak sekolah menengah pertama pada saat ini, jika orang tua tidak mampu memberikan pengertian tentang hal-hal yang baik dan buruk pada anak bisa jadi pengaruh buruk pada anak bisa terjadi salah satunya adalah perilaku menyimpang seperti agresif. Agresif bisa muncul karena pergaulan dengan teman yang memiliki karakteristik melawan dan tidak ingin dikekang oleh orang lain (orang tua dan guru). Perilaku agresif yang sering muncul pada anak adalah perilaku melanggar aturan yang sudah ditetapkan oleh sekolah dan orang tua di rumah.

Syamaun (2014: 18) menjelaskan perilaku agresif memiliki karakteristik dan bentuk yang beragam, dari yang ringan hingga yang berat, dan biasanya dapat dinyatakan secara verbal atau non-verbal. Secara verbal dapat ditunjukkan melalui bentuk-bentuk seperti bahasa yang kasar. Sedangkan secara non-verbal dapat diwujudkan dalam bentuk-bentuk seperti menentang disiplin (tidak mengikuti aturan), dendam, merengut, merusak, suka menyerang, berkelahi, berlaku sadis, suka mendominasi, dan bahkan membunuh. Problem yang dihadapi siswa semacam itu sangat dipengaruhi oleh pola asuh orangtua di rumah dan guru di sekolah. Orangtua merupakan modal utama bagi seorang anak pada awal kehidupannya. Fungsi keluarga dalam hubungan ini adalah bagaimana mengembangkan potensi akademik melalui olah rasio, potensi religius, dan moral. Pola asuh jelas memberikan pengaruh yang paling besar terhadap proses pembentukan dibanding pengaruh yang diberikan oleh komponen pendidikan lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 9 April 2019 yang peneliti lakukan terhadap guru BK di SMP 4 Kudus, diperoleh data informasi dengan wawancara bahwa masih ada sebagian siswa yang sering berperilaku agresif. Siswa yang berperilaku agresif antara lain berinisial ARI, DAR, DSW, DRN, FDA, MAS, MAF, TAD. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya siswa membantah segala perkataan yang diucapkan, dapat menyinggung perasaan orang

lain, kurang mampu mengontrol emosinya, mengabaikan dan tidak mempedulikan hak orang lain, tidak suka jika dimintai tolong oleh orang lain, selalu berpikir negatif.

Perilaku agresif adalah reaksi yang kasar pada anak-anak, meskipun tidak semua anak menunjukkannya. Tingkah laku ini muncul sebagai reaksi anak terhadap rangsangan yang anak terima dari luar, tujuannya adalah untuk melindungi dirinya agar ia merasa aman. Akan tetapi, jika pada perilaku ini menetapkan dan dilakukan secara berlebihan, maka bisa berpotensi menjadi masalah serius yang harus segera diselesaikan.

Usaha peneliti dalam mengurangi perilaku agresif yang muncul pada delapan anak di atas adalah dengan pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *self management*, dalam layanan bimbingan kelompok terdapat dinamika kelompok yang membuat siswa lebih aktif dalam bertukar pikiran dan mampu memberikan solusi dari setiap permasalahan yang di bahas.

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang dipilih oleh peneliti dalam usaha mengurangi perilaku agresif siswa. Kegiatan bimbingan kelompok terdapat empat tahap, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran. Di tahap yang ketiga (kegiatan) merupakan inti dari kegiatan bimbingan kelompok, tahap di mana antara peneliti dengan subjek membahas secara tuntas pokok masalah yang diangkat. Layanan bimbingan kelompok sesuai dengan teori belajar karena mengandung aspek sosial yaitu belajar bersama. Peserta layanan akan berbagi ide dan saling mempengaruhi untuk

berkembang menjadi manusia seutuhnya dan masing-masing siswa dapat memberikan saran dan komentar terhadap anggota kelompok lain.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sofa (2017) menunjukkan bahwa hasil observasi peneliti terhadap peserta didik dalam mengurangi perilaku agresif yang kurang perhatian orangtua melalui bimbingan kelompok dengan teknik *behavior contract* berhasil diperoleh pada pra siklus dengan skor 145 dengan rata-rata 37% dalam kategori kurang (K), pada siklus I memperoleh hasil skor rata-rata 51% dalam kategori cukup (C), dan pada siklus II memperoleh skor rata-rata 77% dalam kategori baik (B). Jadi, dalam penelitian ini terjadi peningkatan dari siklus I ke siklus II sebanyak 26%. Ini artinya dalam mengurangi perilaku agresif siswa mengalami peningkatan mengingat bahwa kalimat dalam aspek yang diamati bersifat positif maka semakin tinggi perolehan skor dalam penilaian observasi maka semakin rendah tingkat perilaku agresif siswa.

Dari penelitian di atas, teknik *behavior contract* berhasil dalam siklus I menunjukkan bahwa berperilaku agresif dengan kategori cukup (C) selanjutnya dilakukan siklus II mengalami kenaikan dalam kategori baik (B) sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Yang Kurang Perhatian Orangtua menunjukkan adanya pengurangan.

Peranan sekolah dalam membentuk perilaku siswa yang baik dan positif sangat diperlukan, karena perilaku siswa yang baik dan positif dapat terjadi apabila siswa tersebut memiliki kesadaran yang tinggi. Upaya-upaya tersebut sangatlah diperlukan dalam pola pembentukan perilaku siswa yang ideal, sehingga

perilaku yang kurang baik seperti perilaku agresif dapat terkendali. Pemberian dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang mendorong siswa untuk berperilaku positif dan produktif serta membantu siswa untuk dapat memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan agar menjauh perilaku yang dilarang oleh sekolah, sehingga siswa tersebut bisa belajar hidup dengan kebiasaan-kebiasaan yang baik bagi siswa dan lingkungannya.

Komalasari, Wahyuni dan Karsih (2018: 180) menyatakan pengelolaan diri atau *self management* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilakunya tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. Oleh karena itu, teknik *self management* dapat membantu anak untuk mengelola dirinya sendiri untuk menjadi lebih baik dalam berperilaku.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti merumuskan judul peneliti merumuskan judul peneliti ini sebagai berikut: “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas VIII H SMP 4 Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020”

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana pelayanan bimbingan kelompok teknik *self management* dapat mengurangi perilaku agresif siswa kelas VIII H SMP 4 Kudus ?

2. Apakah perilaku agresif dapat di kurangi dengan layanan bimbingan kelompok teknik *self management* siswa kelas VIII H SMP 4 Kudus ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, peneliti menetapkan tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan pelayanan bimbingan kelompok teknik *self management* dapat mengurangi perilaku agresif siswa kelas VIII H SMP 4 Kudus
2. Mendeskripsikan perilaku agresif dapat di kurangi dengan layanan bimbingan kelompok teknik *self management* siswa kelas VIII H SMP 4 Kudus

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Diperolehnya wawasan dan teori baru tentang pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif.
- b. Sebagai bahan kajian ilmiah tentang penerapan layanan bimbingan kelompok teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif

1.4.2 Manfaat praktis

- a. Siswa

Siswa dapat mengurangi perilaku agresif setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik *self management* oleh peneliti.

- b. Peneliti

Peneliti memperoleh pengalaman sekaligus ikut berpartisipasi dalam mengurangi perilaku agresif yang dialami siswa.

c. Guru BK

Dapat menambah wawasan dalam memberikan arahan dan memandu siswa secara optimal, dan mengetahui betapa pentingnya layanan bimbingan dan konseling bagi siswa untuk mengurangi perilaku agresif.

d. Kepala sekolah

Kepala sekolah dapat menjadikan hasil penelitian sebagai dasar pertimbangan agar dapat memberikan kesempatan bagi guru bimbingan dan konseling untuk dapat berkontribusi dalam jenjang pendidikan sekolah menengah pertama.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Sesuai dengan judul penelitian yang berbunyi “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa pada siswa Kelas VIII H SMP 4 Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020” maka dalam penelitian ini hanya mengungkap tentang cara memberikan bantuan untuk mengurangi perilaku agresif siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik *self management*.

1.6 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan salah satu instrument dari riset karena merupakan salah satu tahapan dalam proses pengumpulan data. Berdasarkan judul penelitian “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif pada siswa Kelas VIII SMP 4 Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020” maka definisi operasional dapat dikemukakan sebagai berikut:

1.6.1 Perilaku Agresif

Perilaku agresif dalam penelitian ini adalah perilaku kasar yang dilakukan secara verbal dan fisik yang dilakukan oleh delapan siswa kelas VIII H SMP 4 Kudus yang dijadikan subyek penelitian. Perilaku agresif yang muncul pada delapan siswa tersebut adalah sering mengejek siswa lain yang menggunakan sepatu baru yang menurut mereka lucu secara berlebihan, mendorong kursi siswa yang ada di depannya.

1.6.2 Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management

Bimbingan kelompok dengan teknik *self management* merupakan lingkungan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi anggotanya untuk menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri. Suasana ini dapat menumbuhkan perasaan berarti bagi anggota yang selanjutnya dapat mengubah perilaku yang kurang baik dan mampu berfikir secara jernih.

Asumsi yang dipakai dalam penelitian ini adalah bahwa dalam bimbingan kelompok dengan teknik *self management* akan terjadi proses hubungan antar siswa. Diharapkan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dijadikan wahana pemahaman nilai-nilai menjadi positif bagi siswa, khususnya perilaku yang negatif menjadi perilaku positif dibentuk yang tidak hanya dengan teknik *self management* namun dengan pendekatan bimbingan kelompok yang akan lebih optimal, karena terkadang siswa dapat mengungkapkan dalam kegiatan kelompok

dan para siswa tidak merasa terhakimi oleh keadaan sendiri, mereka juga merasa mendapat pembinaan dan informasi menjadi yang positif untuk mengubah perilaku yang kurang baik merupakan masalah yang banyak dialami oleh siswa

Bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan oleh konselor kepada sekelompok orang dengan menggunakan dinamika kelompok yang bertujuan agar individu mampu berkomunikasi dengan orang lain dengan tujuan tertentu. Dalam penelitian ini, bimbingan kelompok dilaksanakan untuk mengurangi perilaku agresif siswa kelas VIII H SMP 4 Kudus dengan memberikan topik dan pemahaman yang berkaitan dengan agresif. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *self management*. Teknik *self management* adalah proses dimana individu mampu mengelola atau mengarahkan pikiran, ucapan, serta perbuatan yang telah dilakukan, sehingga individu dapat menempatkan diri dalam situasi yang menghambat tingkah laku yang hendak dihilangkan.

Bimbingan kelompok dilakukan dengan menggunakan teknik *self management*. Teknik *self management* adalah salah satu strategi untuk mengubah tingkah laku dengan mengarahkan perubahan dirinya sendiri.

Tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* adalah sebagai berikut :

1. Tahap pembentukan

Pada tahap ini peneliti membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama

2. Tahap peralihan

Pada tahap ini peneliti mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.

3. Tahap kegiatan

Pada tahap ini masuk dalam kegiatan inti untuk mencapai tujuan yang hendak dicapai. Pada tahap ini peneliti menggunakan teknik *self management*. Tahap-tahap *self management*, sebagai berikut :

- a. Tahap monitor diri atau observasi diri, pada tahap ini konseli dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti, dan yang perlu diperhatikan oleh konseli dalam mencatat tingkah laku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.
- b. Tahap evaluasi diri, pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh konseli.
- c. Tahap pemberian penguatan, penghapusan, atau hukuman, pada tahap ini konseli mengatur diri sendiri, memberikan penguatan, menghapus dan memberi hukuman pada dirinya sendiri. Pada tahap ini membutuhkan kemauan yang kuat agar dapat terlaksana sesuai dengan tujuan.

4. Tahap pengakhiran

Pada tahap ini, pemimpin kelompok menginformasikan kepada anggota kelompok kegiatan akan berakhir, menanyakan kesan-kesan setelah mengikuti kegiatan kelompok, mengucapkan terima kasih, dan berdoa.