

## MEREDUKSI PERILAKU AGRESIF SISWA MELALUI KONSELING BEHAVIORAL TEKNIK AVERSI

Leny Latifah  
Universitas PGRI Kanjuruhan Malang  
Email: [lenyatifah@unikama.ac.id](mailto:lenyatifah@unikama.ac.id)

### ABSTRAK

Agresif merupakan suatu perbuatan yang dilakukan oleh individu dengan maksud untuk menyakiti diri, orang lain, maupun benda lain. Beberapa siswa SMPN 17 Malang yang memiliki kebiasaan berperilaku agresif perlu diberikan layanan konseling individual agar dapat menghambat perilaku agresifnya. Banyak teknik dalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa. Salah satunya adalah pendekatan behavioral teknik aversi. Penelitian ini bertujuan untuk mereduksi perilaku agresif siswa SMPN 17 Malang melalui konseling behavioral teknik aversi. Penelitian ini termasuk pre-experimental yang berdesain One Group Pretest-Posttest, subjek penelitiannya adalah 3 siswa yang mempunyai perilaku agresif tinggi, yang diukur menggunakan skala perilaku agresif. Hasil penelitian dari uji wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi lebih besar daripada 0,05. Karena penelitian ini untuk menurunkan perilaku maka peneliti menggunakan patokan nilai signifikansi terbalik, artinya jika nilai signifikansi lebih besar daripada 0,05 maka penelitian ini dianggap efektif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral menggunakan teknik aversi efektif untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa. Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan teknik aversi secara lebih rinci dan lebih baik lagi serta sebagai bahan acuan untuk membantu mengatasi masalah subjek lain yang membutuhkan layanan bimbingan dan konseling baik secara individual maupun kelompok.

**Kata Kunci:** *perilaku agresif, konseling individual, pendekatan behavioral, teknik aversi*

### ABSTRACT

*Aggressiveness is an act committed by an individual with the intention of hurting oneself, other people, or other objects. Some students of SMPN 17 Malang who have a habit of behaving aggressively need to be given individual counseling services in order to inhibit their aggressive behavior. Many techniques in guidance and counseling can be used to reduce aggressive behavior in students. One of them is the behavioral aversion technique approach. This study aims to reduce the aggressive behavior of SMPN 17 Malang students through behavioral counseling with aversion techniques. This study included a pre-experimental design with One Group Pretest-Posttest, the research subjects were 3 students who had high aggressive behavior, which was measured using an aggressive behavior scale. The results of the Wilcoxon test showed a significance value greater than 0.05. Because this research is to reduce behavior, the researcher uses an inverse significance value benchmark, meaning that if the significance value is greater than 0.05, this research is considered effective. So it can be concluded that behavioral counseling*

*uses effective aversion techniques to reduce aggressive behavior in students. In future research, it is expected to be able to develop aversion techniques in more detail and better as well as a reference material to help overcome the problems of other subjects who need guidance and counseling services both individually and in groups.*

**Keywords:** *aggressive behavior, individual counseling, behavioral approach, aversion techniques*

## **PENDAHULUAN**

Agresif adalah hasil proses pembelajaran sosial lewat pengamatan pada dunia sosial. (Bandura, 2019). Pemicu agresi yang umum adalah pada saat individu mengalami keadaan emosi tertentu, yang memanifestasikan dirinya sebagai kemarahan. (Zhu et al., 2020). Perasaan marah berlanjut dengan keinginan untuk menguasai emosi individu sehingga berkeinginan untuk melampiaskan tindakan untuk menyakiti orang lain secara mental melalui komunikasi verbal atau non-verbal maupun secara fisik. (Fitrianisa, 2018). Selanjutnya menurut (Allen et al., 2018) agresif adalah wujud perilaku untuk menyakiti mental maupun fisik orang lain.

Dewasa ini kekerasan yang dilakukan oleh individu atau kelompok telah marak terjadi pada masyarakat. (Niko et al., 2020). Adapun fenomena-fenomena yang terjadi di Indonesia tentang kekerasan yang terjadi dikalangan siswa sebagai akibat dari perilaku agresif (Karneli et al., 2018). Secara umum, agresif terjadi ketika seseorang tidak mendapatkan keinginan atau kebutuhannya terhalang, sehingga menyebabkan pergolakan emosi yang diekspresikan secara verbal dan nonverbal (Lorenz, 2021). Perilaku tersebut muncul karena dipengaruhi oleh lingkungan sekitar yang memiliki dampak yang cukup berbahaya bagi individu (Labella & Masten, 2018). Dampak jangka panjang agresif yang terjadi, utamanya pada individu yang masih mengenyam pendidikan di sekolah, dapat mempengaruhi perkembangan keperibadian dan proses belajarnya selama berada di sekolah (Pangarsa, 2018).

Perilaku agresif ternyata juga dimiliki siswa SMPN 17 Malang. Menurut hasil observasi pada Januari 2023, banyak perilaku agresif yang muncul pada siswa, seperti memukul, mencaci-maki, mengejek, dan membentak. Guru Bimbingan dan Konseling juga menyatakan bahwa keadaan ini menciptakan

lingkaran yang kurang baik, karena semakin anak tidak diterima oleh teman-temannya maka semakin meningkat perilaku agresif yang dilakukan siswa.

Efek utama agresif adalah tidak memiliki teman, sehingga menimbulkan masalah. (Rosyadi & Wiyono, 2018). Hal ini sangat mengganggu perkembangan individu dalam proses belajar (Ferdiansa & Neviyarni, 2020). Berdasarkan permasalahan tersebut, maka peneliti yang memiliki latarbelakang pendidikan Bimbingan dan Konseling merancang program untuk mengurangi perilaku agresif dengan memberi bantuan untuk individu yang memiliki kebiasaan berperilaku agresif melalui konseling individual. Pelaksanaan konseling individual sesuai untuk membantu individu yang mempunyai perilaku agresif ialah menggunakan pendekatan behavioral teknik aversi (Izzah, 2020). Selain itu pendekatan behavioral teknik aversi banyak dilaksanakan guna menghilangkan beberapa masalah perilaku, teknik ini melibatkan pengait perilaku yang diinginkan dengan stimulus yang menyakitkan sampai perilaku yang tidak diinginkan itu menghilang (Putra et al., 2017).

Pendekatan behavioral teknik aversi adalah metode yang dapat dipraktekkan guna mengurangi atau menghilangkan perilaku agresif siswa dengan menggunakan strategi perilaku kooperatif melalui tekanan dan hukuman (Rinjani et al., 2019). Pendekatan konseling behavioral teknik aversi dalam penelitian ini bertujuan untuk menurunkan perilaku agresif siswa, dengan asosiasi perilaku simptomatik menggunakan stimulus dan hukuman sampai pada akhirnya perilaku agresif yang dimiliki siswa hilang. Selain itu, pendekatan behavioral teknik aversi yang digunakan dalam penelitian ini berupa layanan konseling individual yang bertujuan untuk membantu siswa dalam usahanya mencapai perkembangan diri maksimal dalam berbagai aspek individu, mental, sosial, moral, emosional, serta keterampilan teknis siswa, sehingga peneliti dapat yakin bahwa konseling behavioral teknik aversi dapat membantu mereduksi perilaku agresif di kalangan siswa.

## **METODE PENELITIAN**

Tujuan penelitian ini adalah menguji keefektifan konseling behavioral teknik aversi dalam rangka mengurangi perilaku agresif siswa. Penelitian ini

termasuk *pre-experimental* yang berdesain *One Group Pretest-Posttest* (Creswell & Creswell, 2017). Terdapat tiga subjek penelitian dengan kriteria, siswa SMPN 17 Malang, dan mempunyai perilaku agresif dalam kategori tinggi yang diketahui melalui skala perilaku agresif yang sudah valid dan reliabel. Skala perilaku agresif tersebut memiliki 31 item pernyataan yang bersumber dari indikator untuk mengukur tinggi atau rendahnya perilaku agresif siswa diantaranya fisik; menikam dengan benda tajam, memukul, menembak dan menyerang. Sedangkan perilaku agresif secara psikologis; membentak, memaki dan menyebarkan gosip. Data dari skala perilaku agresif adalah data yang diperoleh sebelum dan sesudah dilaksanakan konseling behavioral teknik aversi, maka peneliti dapat melaksanakan analisis data menggunakan *Wilcoxon* untuk mengetahui seberapa besar keefektifan konseling behavioral teknik aversi untuk mengurangi perilaku agresif siswa (Rey & Neuhäuser, 2011). Selain itu peneliti juga menggunakan instrumen penelitian berupa pedoman wawancara untuk mengetahui keadaan awal siswa, dan pedoman observasi untuk mengetahui perkembangan setiap siswa pada saat proses konseling menggunakan teknik aversi.

## PEMBAHASAN

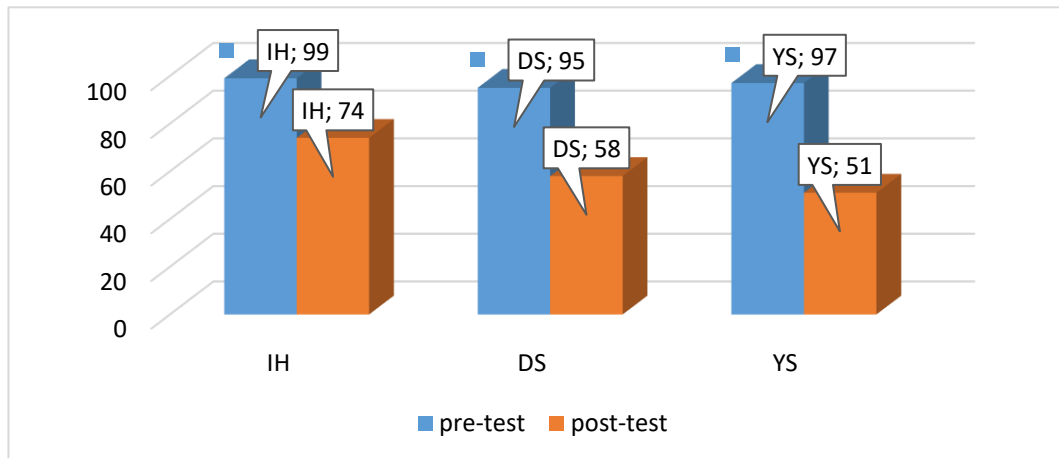
Pada penelitian ini jumlah responden awal dengan jumlah 32 siswa yang kemudian diperoleh 3 subjek penelitian dengan kriteria, siswa SMPN 17 Malang, dan mempunyai perilaku agresif dalam kategori tinggi. Adapun kriteria skala yang ditetapkan adalah sebagai berikut:

**Tabel 1. Kriteria Pengambilan Subjek Penelitian**

Rentang Skor	Kategori
31-62	Rendah
63-93	Sedang
94-124	Tinggi

Pemberian *treatment* dilakukan sebanyak 7 kali pertemuan. Pertemuan 1 *pretest*, pertemuan 2 *asesment*, pertemuan 3 *goal setting*, pertemuan 4 dan 5 *implementation technique*, pertemuan 6 *evaluation-termination*, pertemuan 7 *posttest*-pengakhiran. Setelah melakukan *treatment* pada siswa yang memiliki perilaku agresif dengan skor kategori tinggi, adanya perubahan sebelum dan

sesudah pemberian *treatment*. Dibawah ini peneliti sajikan hasil pretest dan posttest perilaku agresif siswa.



**Grafik 1. Pretest dan Posttest Perilaku Agresif Siswa**

Setelah diketahui hasil *Pretest* dan *Posttest* perilaku agresif siswa maka, data dapat dianalisis menggunakan uji *wilcoxon*, berikut disajikan perhitungan analisis data penelitian uji *wilcoxon*:

**Tabel 2. Uji Wilcoxon Rank**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Sesudah – Sebelum	Negative Ranks	0 <sup>b</sup>	,00	,00
	Positive Ranks	3 <sup>a</sup>	2,00	6,00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	3		
a. Sesudah < Sebelum				
b. Sesudah > Sebelum				
c. Sesudah = Sebelum				

Diketahui bahwa jumlah data (N) *positive ranks* adalah 3 semua skor setelah *treatment* lebih rendah daripada sebelum pemberian *treatment*, untuk *negative ranks* ada 0 (tidak ada nilai yang lebih tinggi setelah *treatment*) *mean ranks* (rata-rata meningkat) adalah 2.00. dan *Sum of Ranks* adalah 6.00.

**Tabel 3. Uji wilcoxon Nilai Signifikansi**

	Sesudah – Sebelum
Z	-1,604 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,109
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on positive ranks.	

Diketahui nilai signifikansi 0,109 lebih besar daripada 0,05. Karena penelitian ditujukan untuk menurunkan perilaku maka peneliti menggunakan patokan nilai signifikansi terbalik, artinya jika nilai signifikansi lebih besar daripada 0,05 maka penelitian ini dianggap efektif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa treatment konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioral teknik aversi efektif untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa.

Hasil penelitian menampilkan skor rata-rata perilaku agresif siswa setelah diberikan perlakuan lebih rendah dibandingkan dengan sebelum diberikan perlakuan. Hal tersebut membuktikan konseling individu pendekatan behavioral teknik aversi efektif dalam mengurangi perilaku agresif dikalangan siswa. Penelitian ini efektif karena konseling behavioral teknik aversi yang diselenggarakan dapat mengentaskan masalah pribadi konseli berupa perilaku agresif. Konseling behavioral teknik aversi menjadi alternatif yang dapat digunakan oleh konselor dalam rangka membantu konseli yang memiliki perilaku bermasalah (Hartati et al., 2019). Melalui konseling behavioral teknik aversi, konseli dibantu untuk mengidentifikasi masalah dan pengambilan keputusan secara lebih tepat (Betalia et al., 2020).

Selain itu penelitian ini memiliki tahap yang runtut dan jelas sehingga membuat siswa lebih tertarik untuk melaksanakan konseling individual pendekatan behavioral menggunakan teknik aversi (Kuswoyo et al., 2021). Tahap tersebut dimulai pada sesi konseling tahap 1 sebelum diberikan layanan, peneliti dan konseli membangun kontrak bahwa perlakuan konseling individual akan diadakan selama 6 kali pertemuan dengan 6 tahapan konseling (Handayani, 2020). Pada sesi konseling tahap 1 yaitu kegiatan *assessment* atau identifikasi masalah. Peneliti mengklarifikasi *self control* dan menganalisa motivasi konseli. Peneliti dan konseli membina hubungan baik, membicarakan topik netral, dilanjutkan dengan menganalisis, mengidentifikasi masalah, mengklarifikasi dan menganalisa motivasi untuk konseli berdasarkan hasil analisis skala perilaku agresif. Peneliti juga mengajarkan kepada konseli tentang cara pelaksanaan konseling individual pendekatan behavioral teknik aversi.

Sesi konseling tahap 2 yaitu *goal setting* atau menentukan tujuan konseling yang membahas tujuan dari konseli untuk mengurangi perilaku agresif yang

sedang dialaminya. Dalam hal ini peneliti menyakinkan konseli bahwa peneliti ingin membantu mengatasi perilaku agresif yang dimilikinya. Konseli mengungkapkan bahwa dia berharap agar perilaku negatif yang biasa dia lakukan dapat dihilangkan terutama perilaku negatif yang biasa dilakukan terhadap terhadap teman-temannya.

Sesi konseling tahap 3 yaitu *implementation technique* yaitu mengulas permasalahan dan pengaplikasian pendekatan behavioral teknik aversi (*covert sensitization*). Peneliti membahas kembali masalah yang telah diungkapkan konseli pada pertemuan sebelumnya, peneliti memberikan stimulus-stimulus yang menyakitkan atau menakutkan kepada konseli agar perlahan-lahan perilaku negatifnya dapat dihilangkan.

Sesi konseling tahap 4 masih menerapkan teknik aversi berupa (penjenuhan). Pada tahap ini peneliti membahas kembali masalah perilaku yang masih dilakukan oleh konseli dan mengaplikasikan pendekatan behavioral teknik aversi. Hal ini dilakukan agar konseli bisa benar-benar menghilangkan perilaku negatifnya dan merasa jenuh atau bosan atas perilaku tersebut. Peneliti dengan terus menerus memberikan penguatan negatif kepada konseli agar konseli merasa jenuh atau bosan. Sampai pada keadaan konseli benar terlihat jenuh atau bosan maka peneliti mengakhiri pemberian treatment.

Sesi konseling tahap 5 yaitu proses evaluasi dan *feedback* (umpan balik). Pada tahap ini membahas bagaimana perubahan yang telah dilakukan oleh konseli, menyimpulkan seluruh kegiatan konseling yang sudah dilalui setelah diberikan treatment serta apa tindakan atau rencana yang akan dilakukan oleh konseli untuk mencapai hal yang diharapkan dari kegiatan konseling.

Berikut peneliti jelaskan pelaksanaan konseling individual pendekatan behavioral teknik aversi setiap subjek penelitian. Saat pelaksanaan konseling peneliti mengidentifikasi seluruh tugas hingga mengetahui perbedaan yang terjadi selama proses individual pendekatan behavioral teknik aversi subjek IH. Peneliti memberikan penguatan positif kepada IH dengan menyatakan bahwa IH sudah mengalami perubahan positif dengan apa yang telah dilakukan oleh IH. Peneliti memberikan motivasi kepada IH agar dapat menjadi individu yang lebih baik, sehingga dapat diterima oleh lingkungan tempat dia tinggal. Peneliti menanyakan

bagaimana perasaan IH setelah mengikuti kegiatan ini dan perilaku baru yang akan dilakukan. IH menjawab bahwa ia dapat berusaha membedakan perilaku negatif dan positif, memilih pergaulan sehat dan menghilangkan perilaku agresifnya.

Pada subjek DS, peneliti meminta untuk benar-benar melakukan apa yang telah diarahkan peneliti saat melakukan konseling individual pendekatan behavioral teknik aversi, agar tujuan konseling benar-benar tercapai. Peneliti melihat adanya peningkatan dari subjek DS, peneliti membantu subjek DS mengurangi perilaku agresifnya. Hal ini dilakukan dengan menanyakan kembali tingkah laku apa yang akan dilakukan subjek DS setelah ini. Peneliti melihat perubahan positif dari subjek DS hal ini diketahui ketika subjek DS memberikan respon yang baik dan mengalami perubahan yang maksimal, sehingga tujuan konseling individual sudah tercapai. Peneliti meminta subjek DS untuk melakukan strategi dalam membantu mengubah perilaku agresif, strategi yang dilakukan atas kesepakatan yang diinginkan subjek DS. Seperti hukuman (mencubit, menjewer, push up, teguran dan lain sebagainya).

Pada subjek YS terjadi penurunan tingkah laku agresif, karna peneliti membantu subjek YS untuk mengurangi perilaku negatifnya. Hal ini dilakukan dengan menanyakan rencana atau tindak lanjut yang akan dilakukan. Peneliti meminta subjek YS untuk benar-benar melakukan apa yang telah diarahkan peneliti saat melakukan konseling individual pendekatan behavioral teknik aversi, agar tujuan konseling benar-benar tercapai. Peneliti melihat perubahan positif dari subjek YS hal ini diketahui ketika subjek YS memberikan respon yang baik dan mengalami perubahan yang maksimal, sehingga tujuan konseling individual sudah tercapai. Peneliti meminta subjek YS untuk melakukan strategi dalam membantu mengubah perilaku agresif, strategi yang dilakukan atas kesepakatan yang diinginkan subjek YS.

## **PENUTUP**

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan skor perilaku agresif pada 3 siswa setelah diberikan treatment atau pengaplikasian konseling individual pendekatan behavioral teknik aversi. Dimana skor awal pada



saat melakukan pretest subjek IH sebesar 99 dalam kategori tinggi, subjek DS sebesar 96 dalam kategori tinggi, dan subjek YS sebesar 80 dalam kategori tinggi, setelah diberikan konseling behavioral teknik aversi ketiga subjek penelitian mengalami penurunan, subjek IH sebesar 74 dalam kategori Sedang, subjek DS sebesar 58 dalam kategori sedang, dan subjek YS sebesar 51 dalam kategori Rendah.

Saran penelitian bagi konselor: diharapkan agar dapat mengembangkan pendekatan behavioral teknik aversi ini dengan lebih baik lagi dan diajukan acuan sebagai bahan penelitian untuk membantu mengatasi masalah siswa atau subjek lain yang membutuhkan layanan bimbingan dan konseling. Karena dalam penelitian ini telah menunjukkan bahwa pendekatan behavioral teknik aversi efektif dalam membantu mengurangi perilaku agresif yang dihadapi oleh siswa SMPN 17 Malang. Bagi peneliti selanjutnya: diharapkan agar menjadi acuan atau rujukan bagi peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian serupa.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Allen, J. J., Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2018). The general aggression model. *Current Opinion in Psychology*, 19, 75–80.
- Bandura, A. (2019). The social learning theory of aggression. In *The War System* (pp. 141–156). Routledge.
- Betalia, B., Yuline, Y., & Purwanti, P. (2020). Studi Kasus Tentang Peserta Didik yang Berperilaku Agresif di Kelas X SMAK Abdi Wacana. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 9(2).
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Ferdiansa, G., & Neviyarni, S. (2020). Analisis perilaku agresif siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5(2), 8–12.
- Fitrianisa, A. (2018). Identifikasi Faktor-faktor Penyebab Perilaku Agresif Siswa SMK PIRI 3 Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(3), 166–179.
- Handayani, E. P. (2020). Efektivitas Teknik Pengkondisian Aversi Dalam Mereduksi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas XI SMAN 3 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 3(1).
- Hartati, A., Kartiani, B. S., & Anam, M. C. (2019). Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Prilaku Agresif Belajar Siswa. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1).
- Izzah, N. (2020). Penerapan Teknik Pengkondisian Aversi dalam Konseling Kelompok untuk Menurunkan Agresivitas Siswa SMP. *PD ABKIN JATIM*

- Open Journal System*, 1(1), 41–46.
- Karneli, Y., Firman, F., & Netrawati, N. (2018). Upaya Guru BK/Konselor untuk menurunkan perilaku agresif siswa dengan menggunakan konseling kreatif dalam bingkai modifikasi kognitif perilaku. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 18(2), 113–118.
- Kuswoyo, K., Hidayah, N., & Diponegoro, A. M. (2021). Peningkatan Kedisiplinan Melalui Konseling Kelompok Behavioristik dengan Teknik Aversion Therapy pada Siswa Kelas IX-F SMP Negeri 1 Semanu. *Jurnal Syntax Admiration*, 2(11), 2123–2137.
- Labella, M. H., & Masten, A. S. (2018). Family influences on the development of aggression and violence. *Current Opinion in Psychology*, 19, 11–16.
- Lorenz, K. (2021). *On aggression*. Routledge.
- Niko, N., Atem, A., Syahrin, A. A., Rahmawan, A. D., & Mardiana, A. (2020). Perjuangan Kelas Pengesahan R UU Penghapusan Kekerasan Seksual. *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*, 4(2), 225–246.
- Pangarsa, N. J. (2018). Identifikasi Faktor Penyebab Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas 8 Smp Negeri 4 Ngaglik. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(3), 203–214.
- Putra, I. D. G. A. P., MWP, D. A., & Dharsana, I. K. (2017). Differences Effectiveness of Behavioral Counseling Modeling Technique with Aversi Technique to Self Endurance. *Bisma The Journal of Counseling*, 1(1), 50–59.
- Rey, D., & Neuhäuser, M. (2011). Wilcoxon-signed-rank test. In *International encyclopedia of statistical science* (pp. 1658–1659). Springer.
- Rinjani, I. G. A., Suranata, K., & Gading, I. K. (2019). Application of Modeling and Aversi Technique to Develop Self-Achievement Students of Vocational Schools. *Bisma The Journal of Counseling*, 3(1), 7–17.
- Rosyadi, A. R., & Wiyono, B. D. (2018). Studi kasus tentang perilaku agresif siswa smp wachid hasjim madura kabupaten lamongan. *Jurnal Bk Unesa*, 8(2), 373–379.
- Zhu, W., Chen, Y., & Xia, L.-X. (2020). Childhood maltreatment and aggression: The mediating roles of hostile attribution bias and anger rumination. *Personality and Individual Differences*, 162, 110007.