

**PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY*
UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA
DARI KELUARGA *BROKEN HOME***

(Penelitian pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 13 Magelang)

SKRIPSI



Oleh :

Khusnul Khotimah
NPM. 12.0301.0042

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

**PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY*
UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA
DARI KELUARGA *BROKEN HOME***

(Penelitian pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 13 Magelang)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Studi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

**Khusnul Khotimah
NPM. 12.0301.0042**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

PERSETUJUAN

SKRIPSI BERJUDUL

**PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY*
UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA
DARI KELUARGA *BROKEN HOME***

(Penelitian pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 13 Magelang)



Magelang, 31 Desember 2016

Dosen Pembimbing I

Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons.
NIDN. 0012096606

Dosen Pembimbing II

Sugiyadi, M.Pd., Kons.
NIDN. 0627057501

PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi S-1 BK FKIP UMMagelang

Diterima dan disahkan oleh Penguji:

- Hari : Kamis
Tanggal : 19 Januari 2017
- Tim Penguji Skripsi:
1. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons (Ketua / Anggota)
 2. Sugiyadi, M.Pd. Kons (Sekretaris / Anggota)
 3. Drs. Arie Supriyatna, M.Si (Penguji 1)
 4. Dra. Indiaty, M.Pd (Penguji 2)

Mengesahkan,
Dekan FKIP


Drs. Subiyanto, M.Pd
NIP. 19570807 198303 1 002

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Khusnul Khotimah
NPM : 12.0301.0042
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy*
Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa dari
Keluarga *Broken Home*

Menyatakan bahwa skripsi yang telah saya buat adalah hasil karya sendiri, apabila ternyata dikemudian hari merupakan hasil penjiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan dan menerima sanksi berdasarkan aturan di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan, untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 29 Desember 2016

Yang Menyatakan



Khusnul Khotimah

NPM. 12.0301.0042

MOTTO

Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagi kamu. Dan boleh jadi kamu mencintai sesuatu, padahal ia amat buruk bagi kamu. Allah Maha mengetahui sedangkan kamu tidak mengetahui”
(Al-Baqarah: 216)

PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan kepada :

1. Bapak dan Ibu tercinta yang selalu menjadi motivasi terbesar dalam setiap langkah perjalananku.
2. Almamaterku tercinta, Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa dari Keluarga *Broken Home*”

Adapun tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi tugas akhir dan syarat guna memperoleh gelar sarjana pendidikan S-1 pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang. Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu diucapkan terimakasih kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang, yang telah memfasilitasi selama proses pendidikan,
2. Drs. Subiyanto, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan surat izin untuk penyusunan skripsi,
3. Sugiyadi, M.Pd., Kons., Kaprodi BK FKIP Universitas Muhammadiyah Magelang, yang telah memfasilitasi penulisan skripsi,
4. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons dan Sugiyadi, M.Pd. Kons, dosen pembimbing yang telah sabar membimbing dari awal sampai akhir,
5. Imam Baihaqi, M.Pd., Kepala Sekolah dan keluarga besar SMP Negeri 13 Magelang yang telah mengijinkan untuk melaksanakan penelitian,
6. Dosen dan TU Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, yang telah membantu kelancaran proses penyusunan skripsi,

7. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Masukan dan saran untuk perbaikan penulisan skripsi ini diterima dengan senang hati. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin.

Magelang, 31 Desember 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Perilaku Agresif Siswa	8
1. Pengertian Perilaku Agresif.....	8
2. Bentuk Perilaku Agresif	9
3. Faktor Penyebab Perilaku Agresif.....	10
4. Perkembangan Perilaku Agresif	14
5. Perilaku Agresif Siswa dari Keluarga <i>Broken Home</i>	16
B. <i>Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)</i>	18
1. Pengertian <i>REBT</i>	18
2. Pengertian Konseling <i>REBT</i>	24
3. Tujuan Konseling <i>REBT</i>	25
4. Teknik Konseling <i>REBT</i>	27
5. Proses Konseling <i>REBT</i>	31

C. Penerapan <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa dari Keluarga <i>Broken Home</i>	32
D. Kerangka Berpikir	33
E. Hipotesis	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Identifikasi Variabel Penelitian	36
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	36
C. Subjek Penelitian	37
D. Desain Penelitian	37
E. Teknik Pengumpulan Data	38
1. Angket	38
2. Wawancara	43
F. Teknik Analisis Data	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
A. Hasil Penelitian	45
1. Pelaksanaan Penelitian	45
2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian	48
3. Uji Hipotesis	50
B. Pembahasan	52
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	55
A. Simpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Penilaian Skor Angket Perilaku Agresif Siswa	38
2 Kisi-Kisi Angket Perilaku Agresif Siswa	39
3 Hasil Uji Validitas Instrumen	41
4 Daftar Item Angket Valid	42
5 Pedoman Wawancara	43
6 Kategori Skor <i>Pretest</i> Perilaku Agresif	45
7 Hasil Skor <i>Pretest</i>	46
8 Hasil Skor <i>Posttest</i>	47
9 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	48
10 Penurunan Skor <i>Pretest Posttest</i>	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berpikir	34
2. Grafik Hasil <i>Pretest</i> Sampel Penelitian	46
3. Grafik Hasil <i>Posttest</i> Sampel Penelitian	48
4. Grafik Penurunan <i>Pretest Posttest</i>	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Pelaksanaan Penelitian.....	59
2. Kisi-Kisi Angket Perilaku Agresif.....	62
3. Hasil <i>Tryout</i> Angket Perilaku Agresif.....	64
4. Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen.....	67
5. Daftar Item Angket Valid.....	74
6. Angket Perilaku Agresif.....	76
7. Data <i>Pretest</i> Angket Perilaku Agresif.....	80
8. Hasil Wawancara Sebelum Konseling <i>REBT</i>	82
9. RPL, Laporan Hasil konseling <i>REBT</i>	86
10. Jadwal Pelaksanaan Konseling <i>REBT</i>	124
11. Data <i>Posttest</i> Angket Perilaku Agresif.....	127
12. Hasil Wawancara Sesudah Konseling <i>REBT</i>	129
13. Hasil Analisis.....	133
14. Daftar Hadir Pelaksanaan Konseling.....	135
15. Dokumentasi Kegiatan Pelaksanaan Konseling <i>REBT</i>	137

**PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY*
UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA
DARI KELUARGA *BROKEN HOME***

(Penelitian pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 13 Magelang T.A. 2016/2017)

Khusnul Khotimah

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *Rational Eotive Behavior Therapy* terhadap penurunan perilaku agresif anak dari keluarga *broken home*. Penelitian dilakukan pada siswa Kelas VII SMP Negeri 13 Kota Magelang.

Penelitian ini menggunakan desain *eksperimen pretest-posttest one group design*. Subjek penelitian dipilih secara *purposive sampling* yaitu 5 siswa yang mempunyai perilaku agresif dan berasal dari keluarga *broken home*. Metode pengumpulan data menggunakan angket perilaku agresif dan wawancara. Analisis data menggunakan statistik *non parametric* dengan uji *wilcoxon match pairs test* dengan bantuan program SPSS *for windows versi 16.00*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *REBT* berpengaruh terhadap penurunan perilaku agresif siswa dari keluarga *broken home* Kelas VII SMP Negeri 13 Kota Magelang Tahun Ajaran 2015 2016. Hal ini dibuktikan dengan berkurangnya perilaku agresif setelah dilakukan konseling *REBT*. Selain itu penurunan perilaku agresif siswa ditandai dengan perbedaan aspek dan indikator perilaku agresif. Perilaku agresif siswa berkurang salah satunya adalah siswa yang semula berperilaku agresif dengan memukul, terlibat perkelahian, berkata kasar menjadi berkurang sehingga berperilaku adaptif.

Kata kunci : *REBT*, Perilaku Agresif, *Broken Home*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada dalam masa remaja (usia 12 sampai 15 tahun). Remaja pada usia ini masih bersifat kekanak-kanakan tetapi pada masa ini mulai timbul akan kesadaran mengenai kepribadiannya sendiri. Kesadaran siswa sebagai makhluk pribadi adalah dengan menjaga eksistensinya, dan kesadaran sebagai makhluk sosial terutama di sekolah adalah siswa tidak dapat hidup sendiri tanpa teman, guru ataupun warga sekolah lainnya.

Hurlock (2009) ditinjau dari sudut perkembangan manusia kebutuhan untuk berinteraksi sosial yang paling menonjol terjadi pada masa remaja. Pada masa remaja, individu berusaha untuk menarik perhatian orang lain, menghendaki adanya popularitas dan kasih sayang dari teman sebaya. Hal tersebut akan diperoleh apabila remaja berinteraksi sosial karena remaja secara psikologis dan sosial berada dalam situasi yang peka dan kritis. Peka terhadap perubahan, mudah terpengaruh oleh berbagai perkembangan di sekitarnya.

Kemampuan siswa dalam melakukan interaksi sosial antara siswa yang satu dengan siswa yang lain tidak sama. Siswa yang dapat berinteraksi sosial dengan baik, dapat terlihat dari sikap yang senang akan kegiatan yang bersifat kelompok, tertarik berkomunikasi dengan orang lain, peka terhadap keadaan sekitar, senang melakukan kerja sama, dan

sadar akan kodrat sebagai makhluk sosial. Sehingga akan mudah dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan ia tidak akan mengalami hambatan dalam bergaul dengan orang lain. Sebaliknya ketidakmampuan atau permasalahan siswa melakukan interaksi sosial akan sangat berdampak besar terhadap kenyamanan, kondisi kejiwaan dan juga prestasi belajar siswa itu sendiri. Siswa yang mengalami kondisi seperti itu akan sulit diterima dalam lingkungannya dan dalam lingkungan pendidikan dan akan sulit diterima dalam kelompok belajarnya. Siswa yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial biasanya mengalami kesulitan untuk berkerja sama dalam kelompok. Salah satu penyebab permasalahan berinteraksi yang menyebabkan siswa tidak diterima dalam lingkungannya adalah siswa yang berperilaku agresif.

Perilaku agresif merupakan perilaku seseorang dengan kecenderungan untuk menyerang atau melukai orang lain. Perilaku agresif juga dapat merupakan pelampiasan emosi seseorang yang dengan sengaja dan memang diniatkan untuk menyakiti orang lain. Seseorang yang berperilaku agresif biasanya tidak hanya berupa cubitan, pukulan namun juga perilaku agresif berupa hinaan dan makian.

Krahe (2005: 17) perilaku agresif adalah “segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup lain yang terdorong untuk menghindari perlakuan tersebut”. Pengertian ini menunjukkan bahwa suatu perilaku dikatakan agresif jika perilaku tersebut disengaja untuk menimbulkan rasa sakit kepada makhluk hidup yang

dituju dan juga memang dilakukan dengan maksud agar tidak mendapatkan perlakuan agresif dari orang lain. Myers (dalam Sarwono, 2002: 297) mengemukakan bahwa perilaku agresif adalah perilaku secara fisik atau lisan yang sengaja dengan maksud untuk menyakiti atau merugikan orang lain.

Berdasarkan pendapat Krahe dan Myers di atas, dapat dipahami bahwa perilaku agresif adalah perilaku yang dengan sengaja melukai atau menyakiti secara fisik maupun lisan dan bertujuan merugikan orang lain.

Perilaku agresif bisa dilakukan oleh siapa saja termasuk remaja yang berusia antara 13 tahun sampai dengan 18 tahun yang berstatus sebagai siswa sekolah. Perilaku agresif siswa dapat disebabkan oleh banyak faktor, dan salah satunya adalah latar belakang keluarga *broken home*. Siswa dengan keluarga *broken home* mempunyai kondisi emosi yang labil sehingga memang sangat berpeluang untuk menjadikan anak berperilaku negatif. Keluarga *broken home* adalah keluarga yang mengalami ketidak harmonisan antara Ayah dan Ibu (Ulwan, 2002). Pernyataan Ulwan ini dipertegas oleh Atriell (2008) yang mengatakan bahwa *broken home* merupakan suatu kondisi keluarga yang tidak harmonis dan orang tua tidak lagi dapat menjadi tauladan yang baik untuk anak-anaknya. Bisa jadi mereka bercerai, pisah ranjang atau keributan yang terus menerus terjadi dalam keluarga. Berdasarkan pendapat Ulwan dan Atriell dapat dipahami bahwa keluarga *broken home* merupakan keluarga yang kondisinya tidak harmonis antara suami istri atau ayah dan

ibu. Kondisi keluarga yang tidak harmonis tentu akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, karena tidak adanya panutan bagi anak sehingga anak akan lebih besar kemungkinan mempunyai perilaku negatif seperti berperilaku agresif.

Anak-anak dalam tahap perkembangannya, cenderung gelisah dan agresif. Sikap-sikap tersebut biasanya muncul dari interaksi mereka dengan lingkungannya terutama dengan kedua orang tuanya. Sikap-sikap ini biasanya muncul dari interaksi mereka dengan kedua orang tuanya dalam lingkungan hidupnya dengan perasaan yang tidak nyaman yang diperoleh dari kedua orang tuanya. Anak-anak yang sejak kecil melihat dan merasakan sesuatu hal yang menakutkan, menggelisahkan, maka lambat laun hal-hal tersebut akan berpindah dan tertanam dalam jiwanya.

Perilaku agresif tidak hanya muncul dalam keluarga, namun juga dapat muncul di lingkungan sekolah. Siswa yang mempunyai agresifitas tinggi terutama ketika berada di lingkungan sekolah harus segera diberikan bantuan untuk mengurangi perilaku agresif yang dimiliki agar tidak mengganggu proses belajar mengajar dan juga kehidupan sosialnya. Peneliti melakukan wawancara di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 13 Magelang yang beralamat di Jalan Pahlawan NO. 167 Potrobangsari, Magelang Utara, Magelang. Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru BK yang mengampu Kelas VII yaitu Irianti, S.Pd pada hari Sabtu tanggal 12 Desember 2015, diperoleh informasi bahwa terbukti adanya siswa kelas VII yang mempunyai perilaku agresif. Jumlah siswa

kelas VII di SMP Negeri 13 Magelang sebanyak 220 dan jumlah siswa yang bermasalah dengan perilaku agresif sebanyak 5 siswa.

Usaha yang dilakukan oleh pihak sekolah untuk mengurangi perilaku agresif antara lain: diberlakukannya belajar kelompok, pemberian sanksi pelanggaran tata tertib, namun hasil yang didapatkan belum maksimal sehingga perlu dicarikan solusi lain untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Sesuai dengan kondisi yang ada di SMP Negeri 13 Magelang, penulis mengusulkan diberikan layanan konseling individu dengan teknik *REBT*.

Berkaitan dengan perilaku agresif tersebut, penelitian yang pernah dilakukan dalam upaya mengurangi perilaku agresif adalah penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2013) tentang mengurangi perilaku agresif melalui layanan klasikal menggunakan teknik sosiodrama pada siswa kelas V SD Negeri Pegirikan 03 Tegal. Hasil yang diperoleh dari penelitian tersebut bahwa perilaku agresif dapat berkurang setelah teknik sosiodrama dilakukan. Penelitian yang hampir sama dilakukan oleh Sari (2013) tentang konseling kelompok *REBT* untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 3 Sukadana, hasilnya yaitu konseling kelompok dapat diterapkan dalam upaya mengurangi perilaku agresif. Berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis yaitu kajian variabel yang berbeda, kegiatan penelitian yang sebelumnya dalam menangani perilaku agresif adalah dengan bimbingan klasikal dan konseling kelompok, maka pada penelitian ini akan menggunakan

konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk mengurangi perilaku agresif terutama pada anak yang berasal dari keluarga *broken home*.

Winkel (2007: 364) *REBT* merupakan pendekatan konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berpikir dengan akal sehat, berperasaan dan berperilaku, serta menekankan pada perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dan berperasaan yang berakibat pada perubahan perasaan dan perilaku. *REBT* merupakan pendekatan kognitif-behavioral. Pendekatan ini merupakan pengembangan dari pendekatan behavioral. Proses konseling dengan menggunakan *REBT* berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *REBT* menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irrasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *REBT* adalah pemikiran individu. Berdasarkan pendapat Winkel dapat dipahami bahwa *REBT* merupakan pendekatan yang menekankan pada keseimbangan antara berpikir dengan akal sehat atau secara logis, berperasaan, berperilaku positif.

Berdasarkan uraian di atas, penulis bermaksud mengkaji tentang perilaku agresif dan pendekatan *REBT*, oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis akan melakukan penelitian yang berjudul *Penerapan Rational Emotive Behaviour Therapy untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa dari Keluarga Broken Home* sebagai bahan untuk penelitian yang akan saya lakukan di SMP Negeri 13 Kota Magelang di kelas VII.

B. Rumusan masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan *REBT* efektif dalam mengurangi perilaku agresif ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *REBT* dalam mengurangi perilaku agresif siswa.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Untuk menambah khasanah keilmuan bimbingan dan konseling khususnya tentang perilaku agresif.

2. Manfaat praktis

Sebagai salah satu referensi Guru BK dalam membantu mengurangi perilaku agresif siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku Agresif Siswa

1. Pengertian Perilaku Agresif

Perilaku agresif merupakan suatu perilaku negatif karena dapat merugikan orang lain. Seseorang dengan perilaku agresif cenderung selalu ingin menyerang orang lain baik secara verbal maupun non verbal. Perilaku agresif dapat menyebabkan anak tidak mampu berteman, bermain dengan teman-temannya dan bahkan anak tersebut tidak dapat diterima oleh teman - temannya.

Anantasari (2006) mengemukakan bahwa perilaku agresif pada manusia adalah tindakan yang bersifat kekerasan, yang dilakukan oleh manusia terhadap sesamanya yang mengandung maksud untuk membahayakan atau mencederai orang lain.

Sadardjoen (dalam Nisfiannor & Yulianti, 2005) Perilaku agresif dapat disalurkan dalam perbuatan, akan tetapi apabila tingkah laku tersebut dihalangi maka akan tersalur melalui kata-kata. Agresivitas yang disalurkan dalam bentuk perbuatan ialah berkelahi, menendang, memukul, menyerang, dan merusak benda milik orang lain; sedangkan agresif yang disalurkan melalui kata-kata ialah sering mengeluarkan kata-kata kotor, makian, menghina, mengejek, dan berteriak yang tidak terkendali

Berdasarkan pendapat Anantasari dan Sadardjoen di atas, dapat dipahami bahwa perilaku agresif merupakan tindakan kekerasan dan

membahayakan yang diwujudkan dalam bentuk perbuatan maupun dalam bentuk kata-kata.

2. Bentuk Perilaku Agresif

Delut (dalam Hudaniah dan Dayaksini, 2009: 212) Bentuk-bentuk perilaku agresif yang umum adalah sebagai berikut : (a) menyerang secara fisik (memukul, merusak, menendang), (b) menyerang dengan kata-kata, (c) mencela orang lain, (d) menyerbu daerah lain, (e) mengancam daerah lain, (f) main perintah, (g) melanggar milik orang lain, (h) tidak mentaati perintah. (i) embuat permintaan yang tidak pantas dan tidak perlu, (j) bersorak-sorak, berteriak-teriak, atau berbicara keras pada saat yang tidak pantas, dan (k) menyerang tingkah laku yang dibenci.

Pendapat mengenai bentuk agresifitas juga dikemukakan oleh Shelley (2009:78) menurut Shelley bentuk-bentuk perilaku agresif dapat dikelompokkan menjadi empat kategori:

- a. Menyerang fisik, yang termasuk di dalamnya adalah memukul, mendorong, meludahi, menendang, menggigit, meninju, memarahi, dan merampas.
- b. Menyerang satu objek, yang dimaksudkan disini adalah menyerang benda mati atau binatang
- c. Secara verbal atau simbolis, yang termasuk di dalamnya adalah mengancam secara verbal, memburuk-burukkan orang lain, sikap mengancam dan sikap menuntut
- d. Pelanggaran terhadap hak milik atau menyerang daerah orang lain

Pendapat Delut dan Shelley yang menjelaskan tentang bentuk perilaku agresif yaitu menyerang secara fisik maupun non fisik juga diperkuat oleh pendapat Baron dan Richardson (dalam Krahe, 2005:28) ”Terlepas dari respon fisik, tindakan verbal sering kali dapat digunakan sebagai indikator perilaku agresif.”.

Perilaku agresif terbagi menjadi agresif secara fisik dan secara verbal. Agresif secara fisik meliputi kekerasan yang dilakukan secara fisik, seperti memukul, menampar, menendang, mencubit, merampas barang orang lain dan menyerang orang lain. Perilaku agresif secara verbal meliputi marah–marah tanpa alasan, memaki, berteriak dan bersorak–sorak saat di kelas, mengancam orang lain, memerintah orang lain, serta berkata–kata kasar kepada teman maupun orang yang lebih tua.

3. Faktor penyebab perilaku agresif

Perilaku agresif yang merupakan perilaku cenderung ingin menyerang orang lain baik secara verbal maupun non verbal dapat dimiliki oleh individu merupakan perilaku yang timbul karena disebabkan berbagai faktor. Bandura (dalam Masykouri, 2005: 12.7) mengemukakan faktor–faktor yang menyebabkan perilaku agresif adalah sebagai berikut:

a. Faktor Biologis

Emosi dan perilaku dapat dipengaruhi oleh faktor genetik, *neurologist* atau faktor biokimia, juga kombinasi dari faktor ketiganya. Lebih jelasnya, ada hubungan antara tubuh dan perilaku, sehingga sangat beralasan untuk mencari penyebab biologis dari gangguan

perilaku atau emosional. misalnya, ketergantungan ibu pada alkohol ketika janin masih dalam kandungan dapat menyebabkan anak mengalami berbagai gangguan termasuk emosi dan perilaku. Ayah yang peminum alkohol menurut penelitian juga beresiko tinggi menimbulkan perilaku agresif pada anak. Perilaku agresif dapat juga muncul pada anak yang orang tuanya penderita psikopat (gangguan kejiwaan).

Semua siswa sebenarnya lahir dengan keadaan biologis tertentu yang menentukan gaya tingkah laku atau temperamennya, meskipun temperamen dapat berubah sesuai pengasuhan. Selain itu, penyakit kurang gizi, bahkan cedera otak, dapat menjadi penyebab timbulnya gangguan emosi atau tingkah laku.

b. Faktor Keluarga

Faktor keluarga yang dapat menyebabkan anak mempunyai perilaku agresif seperti berikut:

- 1) Pola asuh orang tua yang menerapkan disiplin dengan tidak konsisiten, seperti orang tua yang sering mengancam anak jika anak berani melakukan hal yang menyimpang, tetapi ketika perilaku tersebut benar-benar dilakukan anak hukuman tersebut kadang diberikan kadang tidak. Perlakuan tersebut membuat siswa bingung karena tidak ada standar yang jelas sehingga memicu perilaku agresif pada anak. Ketidakonsistenan penerapan disiplin juga dapat terjadi apabila ada pertentangan pola asuh antara kedua

orang tua, misalnya Ibu kurang disiplin dan mudah melupakan perilaku anak yang menyimpang, namun Ayah ingin memberikan hukuman yang keras.

- 2) Sikap permisif orang tua, yang biasanya berawal dari sikap orang tua yang merasa tidak dapat efektif untuk menghentikan perilaku menyimpang anaknya, sehingga cenderung bersikap acuh sehingga membuat perilaku agresif cenderung menetap.
- 3) Sikap yang keras dan penuh tuntutan, yaitu orang tua yang terbiasa menggunakan gaya instruksi agar siswa melakukan atau tidak melakukan sesuatu, jarang memberikan kesempatan kepada anak untuk berdiskusi dalam suasana kekeluargaan. Sikap orang tua di atas memunculkan hukum aksi-reaksi, semakin anak dituntut orang tua, maka semakin tinggi keinginan siswa untuk memberontak dengan perilaku agresif.
- 4) Gagal memberikan hukuman yang tepat, sehingga hukuman justru menimbulkan sikap permusuhan siswa pada orang tua dan meningkatkan sikap perilaku agresif asiswa.
- 5) Memberi hadiah pada perilaku negatif termasuk perilaku agresif.
- 6) Orang tua kurang memonitor siswa-siswa ketika di rumah.
- 7) Orang tua kurang memberikan aturan.
- 8) Tingkat komunikasi verbal dalam keluarga rendah.
- 9) Orang tua gagal menjadi model yang baik.
- 10) Sosok Ibu yang depresif dan mudah marah.

c. Faktor Sekolah

Beberapa siswa dapat mengalami masalah emosi atau perilaku sebelum mereka mulai masuk sekolah, sedangkan beberapa siswa yang lainnya tampak mulai menunjukkan perilaku agresif ketika mulai bersekolah. Faktor sekolah yang berpengaruh antara lain:

- 1) Pengalaman bersekolah dan lingkungannya memiliki peranan penting dalam pembentukan perilaku agresif anak demikian juga temperamen teman sebaya dan kompetensi sosial.
- 2) Guru-guru di sekolah sangat berperan dalam munculnya masalah emosi dan perilaku. Perilaku agresif guru dapat dijadikan model untuk ditiru siswa.
- 3) Disiplin sekolah yang sangat kaku atau sangat longgar di lingkungan sekolah akan sangat membingungkan siswa yang masih membutuhkan panduan untuk berperilaku. Lingkungan sekolah dianggap oleh siswa sebagai lingkungan yang memperhatikan dirinya. Bentuk perhatian itu dapat berupa hukuman, kritikan ataupun sanjungan.

d. Faktor Budaya

Pengaruh budaya yang negatif mempengaruhi pikiran melalui penayangan kekerasan yang ditampilkan di media, terutama televisi dan film. Menurut Bandura (dalam Masykouri, 2005: 12.10) mengungkapkan beberapa akibat penayangan kekerasan di media, sebagai berikut:

- 1) Mengajari siswa dengan tipe perilaku agresif dan ide umum bahwa segala masalah dapat diatasi dengan perilaku agresif.
- 2) Siswa yang menyaksikan bahwa kekerasan bisa mematahkan rintangan terhadap kekerasan dan perilaku agresif, sehingga perilaku agresif tampak lumrah dan bisa diterima.
- 3) Siswa menjadi tidak sensitif dan terbiasa dengan kekerasan dan penderitaan (menumpulkan empati dan kepekaan sosial).
- 4) Membentuk citra manusia tentang kenyataan dan cenderung menganggap dunia sebagai tempat yang tidak aman untuk hidup

Faktor teman sebaya juga merupakan faktor yang paling mempengaruhi siswa, karena merupakan faktor yang paling mungkin terjadi ketika perilaku agresif dilakukan secara berkelompok. Ada teman yang mempengaruhi mereka agar melakukan tindakan-tindakan agresif terhadap siswa lain. Kelompok siswa yang ada biasanya terdapat ketua kelompok yang dianggap sebagai siswa yang jagoan, sehingga perkataan dan kemauanya selalu diikuti oleh temannya yang lain. Faktor-faktor di atas sangat kompleks dan saling mempengaruhi satu sama lain.

4. Perkembangan Perilaku Agresif

Perilaku agresif sebenarnya sudah terlihat pada masa bayi. Bolman (dalam Hudaniah dan Dayaksini, 2009:213) menjelaskan bahwa: “dalam usia 0-6 bulan individu sudah memperlihatkan agresifnya meskipun belum dapat dibedakan bentuknya, perilaku mereka bertujuan mengurangi

ketegangan”. Agresif tersebut utamanya adalah dijadikan alat untuk memperoleh sesuatu.

Anak-anak usia sekolah taman kanak-kanak bertengkar dan berkelahi untuk memperebutkan sebuah mainan. Kemudian pada usia selanjutnya yakni pada usia sekolah dasar, anak lebih mengarahkan agresifnya pada orang lain yang diwujudkan dalam bentuk mengejek, mencela, menggoda dan sebagainya. Pada tahap usia remaja, bentuk agresif dibedakan menjadi beberapa tipe tertentu meskipun tidak dapat dipisahkan secara jelas dengan agresif pada anak-anak dan orang dewasa.

Perilaku agresif yang timbul pada usia 6-14 tahun adalah berupa kemarahan, kejengkelan, rasa iri, tamak, cemburu, dan suka mengkritik”. Hal tersebut mereka arahkan kepada teman sebaya, saudara sekandung, juga pada dirinya sendiri. Perilaku ini dilatarbelakangi adanya keinginan untuk menang, bersaing, meyakinkan diri, menuntut keadilan, dan memuaskan perasaan. Selain itu, mereka juga senang berkelahi secara fisik untuk anak laki-laki dan berperang mulut untuk anak perempuan. Perilaku agresif siswa juga muncul disebabkan frustrasi terhadap kondisi keluarga yang tidak menyenangkan. Siswa tidak mendapatkan kasih sayang dalam keluarga, tidak adanya model berperilaku yang tepat untuk dijadikan contoh dalam keluarga, sehingga membuat siswa melampiaskan rasa kekecewaannya dengan berperilaku agresif.

5. Perilaku Agresif Siswa dari Keluarga Broken Home

Sadock (dalam Anantasari, 2006) bahaya atau pencederaan yang diakibatkan oleh perilaku agresif bisa berupa bahaya atau pencederaan fisik, namun pula bisa berupa bahaya atau pencederaan nonfisik, semisal yang terjadi sebagai akibat agresif verbal (agresif lewat kata-kata tajam menyakitkan). Contoh lain dari agresif yang tidak secara langsung menimbulkan bahaya atau pencederaan fisik adalah pemaksaan, intimidasi (penekanan), dan pengucilan atau pengasingan sosial. Berdasarkan pendapat Sadock dapat dipahami bahwa perilaku agresif merupakan perilaku yang menlukai baik secara fisik maupun non fisik.

Matinka (2011:6) memaparkan bahwa *broken home* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan suasana keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalannya kondisi keluarga yang rukun dan sejahtera yang menyebabkan terjadinya konflik dan perpecahan dalam keluarga. Kondisi keluarga yang berantakan atau broken home mencerminkan adanya ketidakharmonisan antar individu (suami istri atau orang tua-anak) dalam keluarga. Hubungan yang tidak sejalan yakni ditandai dengan adanya pertengkaran, percecokan maupun konflik yang terus menerus, sehingga menyebabkan ketidak bahagiaan dalam keluarga.

Broken home menggambarkan keluarga yang berantakan akibat orang tua tidak peduli dengan situasi dan keadaan di rumah. Keluarga *broken home* bukan hanya keluarga dengan kasus perceraian. Keluarga broken home secara keseluruhan berarti keluarga dimana fungsi ayah dan

ibu sebagai orang tua tidak berjalan baik secara fungsional. Fungsi orang tua pada dasarnya adalah sebagai agen sosialisasi nilai-nilai baik-buruk, sebagai motivator primer bagi anak, tempat anak untuk mendapatkan kasih sayang, dan sebagainya. Apabila fungsi orang tua terhambat, maka aspek-aspek khusus dalam keluarga tidak mungkin terjadi.

Penyebab utama terjadinya *broken home* adalah (a) perceraian, terjadi akibat disorientasi antara suami dan istri dalam membangun rumah tangga, (b) kebudayaan tidak adanya komunikasi dan dialog antar anggota keluarga, (c) sikap orang tua yang tidak dewasa, (d) kondisi ekonomi keluarga yang kurang tercukupi, (e) kurangnya rasa tanggungjawab orang tua dengan alasan sibuk bekerja dan mementingkan materi dibandingkan melaksanakan tanggung jawab dalam keluarga.

Berdasarkan pendapat Mantika di atas, dapat dipahami bahwa *broken home* merupakan kondisi keluarga yang tidak harmonis, tidak adanya kerukunan, tidak adanya peran orang tua sesuai dengan fungsinya sehingga terjadi konflik dan perpecahan keluarga.

Perilaku agresif siswa dari keluarga *broken home* adalah perilaku yang muncul akibat dari kondisi keluarga yang tidak harmonis sehingga menyebabkan anak frustrasi. Siswa berperilaku agresif disebabkan pula oleh siswa yang tidak mendapatkan kasih sayang selayaknya keluarga yang harmonis dari kedua orang tua dan sekaligus tidak adanya sosok yang dapat dijadikan panutan dalam berperilaku.

B. *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*

1. Pengertian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)

a. Konsep Dasar

Willis (2009: 110-111) menjelaskan konsep dasar *REBT* yang dikembangkan Albert Ellis adalah bahwa pemikiran manusia adalah penyebab dasar dari gangguan emosional. Reaksi emosional yang sehat maupun yang tidak bersumber dari pemikiran itu sehingga pemikiran dan emosi tidak dapat dipisahkan. Manusia mempunyai potensi pemikiran rasional dan irrasional dimana pemikiran rasional dan intelegnya manusia dapat terbebas dari gangguan emosional. Pemikiran irrasional dapat dipengaruhi oleh pengalaman masa kecil dan pengaruh budaya, namun pemikiran irrasional dapat dikembalikan kepada pemikiran rasional dengan reorganisasi persepsi. Pemikiran irrasional atau tidak logis tersebut merusak dan merendahkan diri melalui emosionalnya dan juga ide-ide irrasional bahkan dapat menimbulkan neurosis dan psikosis.

Berdasarkan konsep dasar Ellis di atas, dapat dipahami bahwa pemikiran manusia adalah penyebab utama dari gangguan emosional yang terjadi, sehingga dalam pelaksanaan layanan konseling menggunakan *REBT* hal pertama yang harus diperbaiki adalah pemikiran seseorang tersebut dari irrasional menjadi rasional. Orang yang dapat berpikir rasional, dapat mengelola

emosi dengan baik menjadikan perilaku yang dimunculkan merupakan perilaku positif.

b. Pandangan Tentang Manusia

Latipun (2011:75) menjelaskan bahwa Ellis memandang manusia itu bersifat rasional dan irrasional. Perilaku yang salah adalah perilaku yang didasarkan pada cara berfikir yang irrasional. Indikator-indikator orang yang berkeyakinan irrasional tersebut sebagai berikut :

- 1) Bahwa suatu keharusan bagi orang dewasa untuk dicintai oleh orang lain dari segala sesuatu yang dikerjakan. Seharusnya mereka menghargai diri sendiri (*self respect*) dan memenangkan tujuan-tujuan praktis, dan mencintai daripada menjadi objek yang dicintai.
- 2) Pandangan bahwa tindakan tertentu adalah mengerikan dan jahat, dan orang yang melakukan tindakan demikian sangat terkutuk. Seharusnya berpandangan bahwa tindakan tertentu adalah kegagalan diri atau antisocial, dan orang yang melakukan tindakan demikian adalah melakukan kebodohan, ketidaktahuan, dan akan lebih baik jika ditolong untuk berubah. Orang yang berperilaku malang tidak membuat mereka menjadi individu yang buruk.
- 3) Pandangan bahwa hal yang mengerikan jika terjadi sesuatu yang tidak diinginkan pada diri kita. Seharusnya berpandangan

bahwa kita menjadi lebih baik untuk mengubah atau mengendalikan kondisi yang buruk, juga bahwa mereka menjadi lebih memuaskan, dan jika hal itu tidak mungkin, untuk sementara menerima dan secara baik-baik mengubah keberadaannya.

- 4) Pandangan bahwa kesengsaraan (segala masalah) manusia selalu disebabkan oleh faktor eksternal dan kesengsaraan itu menimpa kita melalui orang lain atau peristiwa. Seharusnya berpandangan bahwa neurosis itu sebagian besar disebabkan oleh pandangan bahwa kita mendapatkan kondisi yang sial.
- 5) Pandangan bahwa jika sesuatu itu (dapat) berbahaya atau menakutkan, kita terganggu dan tidak akan berakhir dalam memikirkannya. Seharusnya berpandangan bahwa seseorang akan lebih baik menghadapinya secara langsung dan mengubahnya tidak berbahaya dan, jika tidak memungkinkan, diterima sebagai hal yang tidak dapat dihindari.
- 6) Pandangan bahwa kita lebih mudah menghindari berbagai kesulitan hidup dan tanggung jawab daripada berusaha untuk menghadapinya. Seharusnya berpandangan bahwa kemudahan itu biasanya banyak kesulitan di kemudian hari.
- 7) Pandangan bahwa kita secara *absolute* membutuhkan sesuatu dari orang lain atau orang asing atau yang lebih besar dari pada diri sendiri sebagai sandaran. Seharusnya pandangan itu adalah

bahwa lebih baik untuk menerima risiko berpikir dan bertindak kurang bergantung.

- 8) Pandangan bahwa kita seharusnya kompeten, inteligen, dan mencapai dalam semua kemungkinan yang menjadi perhatian kita. Seharusnya pandangan itu adalah kita bekerja lebih baik daripada selalu membutuhkan untuk bekerja secara baik-baik dan menerima diri sendiri sebagai makhluk yang tidak benar-benar sempurna, yang memiliki keterbatasan umumnya dan kesalahan.
- 9) Pandangan bahwa karena segala sesuatu kejadian sangat kuat pengaruhnya terhadap kehidupan kita, hal itu akan mempengaruhi dalam jangka waktu yang tidak terbatas. Seharusnya pandangan itu adalah kita dapat belajar dari pengalaman masa lalu kita tetapi tidak terlalu mengikuti atau berprasangka terhadap pengalaman-pengalaman masa lalu itu.
- 10) Pandangan bahwa kita harus memiliki kepastian dan pengendalian yang sempurna atas sesuatu hal. Seharusnya pandangan itu adalah bahwa dunia ini penuh dengan probabilitas (serba mungkin) dan berubah dan bahwa kita dapat hidup nikmat sekalipun demikian keadannya.
- 11) Pandangan bahwa kebahagiaan manusia dapat dicapai dengan santai dan tanpa berbuat. Seharusnya berpandangan bahwa kita dapat menuju kebahagiaan jika kita benar-benar melakukan

kreativitas, atau jika kita mencurahkan perhatian diri kita pada orang lain atau melakukan sesuatu di luar diri kita sendiri.

- 12) Pandangan bahwa kita sebenarnya tidak mengendalikan emosi kita dan bahwa kita tidak dapat membantu perasaan yang mengganggu pikiran. Seharusnya pandangan itu adalah bahwa kita harus mengendalikan secara nyata atas perasaan yang merusak kita jika kita memilih untuk bekerja untuk mengubah anggapan-anggapan yang fantastis (yang sering kita gunakan dalam menciptakan perasaan yang merusak itu).

Berdasarkan penjelasan Ellis mengenai pandangan tentang manusia dapat diketahui bahwa sebenarnya pandangan manusia tentang diri sendiri, suatu kondisi maupun kejadian menjadikan seseorang menjadi berfikir irrasional dan pikiran irrasional tersebut sangat mempengaruhi perilaku yang dimunculkan.

c. Struktur Kepribadian

Pandangan pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis. Menurut Ellis (2002: 9) ada tiga pilar yang membangun tingkah laku individu, yaitu *Antecedent event* atau *Adversities* (A), *Belief* (B), dan *Emotional consequence* (C). Kerangka pilar ini yang kemudian dikenal dengan konsep atau teori ABC. Menurut Dryden & Branch (2008: 4) *antecedent event* (A) biasanya aspek situasi individu yang berpotensi mampu memicu

keyakinannya (B). *Antecedent event* (A) yaitu segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu sebagai peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku, atau sikap orang lain. Perceraian suatu keluarga, kelulusan bagi siswa, dan seleksi masuk kerja bagi calon karyawan merupakan antecedent event bagi seseorang.

Belief (B) adalah keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa baik k keyakinan yang rasional (*rational belief*) dan keyakinan yang tidak rasional (*irrational belief*). Keyakinan yang rasional memiliki karakteristik fleksibel atau non-ekstrim, konsisten dengan kenyataan, logis, sebagian besar fungsional dalam emosional, konsekuensi perilaku dan kognitif, dan Sebagian besar membantu individu dalam mengejar tujuan dasar dan tujuan. Keyakinan yang tidak rasional memiliki karakteristik kaku atau ekstrim, tidak konsisten dengan kenyataan, tidak masuk akal, sebagian besar disfungsional dalam emosional, konsekuensi perilaku dan kognitif, dan sebagian besar merugikan individu dalam mengejar tujuan dasar.

Menurut Dryden & Branch (2008: 20) *emotional and behavioral consequence* (C) merupakan konsekuensi dari akibat *antecedent event* (A). Konsekuensi ini bisa berupa emosi, perilaku dan pemikiran. Konsekuensi ini bukan akibat langsung dari A

tetapi disebabkan oleh beberapa variabel seperti misalnya dalam bentuk keyakinan (B) baik keyakinan rasional maupun irrasional.

Berdasarkan pendapat Dyrden dan Branch di atas, dapat dipahami bahwa yang membangun tingkah laku individu dan menjadikannya kepribadian adalah peristiwa yang dialami (A), keyakinan (B) baik keyakinan rasional maupun irrasional, sehingga memunculkan emosi atau perilaku (C).

2. Pengertian Konseling *REBT*

Konseling merupakan bentuk bantuan secara langsung antara dua orang atau lebih dalam mengentaskan permasalahan yang dihadapi konseli, sehingga tidak menghalangi konseli dalam meraih kebahagiaan dalam hidupnya. *REBT* merupakan terapi yang dikembangkan oleh Albert Ellis sebagai salah satu bentuk perubahan dari pendekatan-pendekatan yang sudah ada pada saat itu. *REBT* merupakan terapi yang berbeda, dimana terapi ini menekankan kepada faktor kognisi, perasaan dan perbuatan. *REBT* berusaha memahami manusia sebagaimana adanya yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek-objek yang dihadapinya. Manusia adalah makhluk berbuat dan berkembang dan merupakan individu dalam satu kesatuan yang berarti manusia bebas, berpikir, bernafas, dan berkehendak. (Willis, 2009 : 75)

Menurut Ellis (dalam Latipun, 2011 : 92) berpandangan bahwa *REBT* merupakan terapi yang sangat komprehensif, yang menangani

masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi, dan perilaku. Konseling *REBT* menekankan kebersamaan antara berpikir dengan akal sehat (rational thinking), berperasaan (emoting), dan berperilaku (acting), serta sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

Berdasarkan pendapat Willis dan Ellis di atas dapat dipahami bahwa konseling *REBT* merupakan proses pemberian bantuan untuk mengentaskan masalah konseli dengan menekankan pada kognisi, perasaan dan perbuatan sehingga perubahan kognisi yang dapat berpikir secara sehat akan sangat mempengaruhi perasaan dan perilaku menjadi lebih baik.

3. Tujuan Konseling *REBT*

Tujuan utama *REBT* berfokus pada membantu orang untuk menyadari bahwa mereka dapat hidup lebih rasional dan produktif. *REBT* membantu klien agar berhenti membuat tuntutan dan merasa kesal melalui “kekacauan”. Konseli dalam *REBT* dapat mengekspresikan beberapa perasaan negatif, tetapi tujuan utamanya adalah membantu konseli agar tidak memberikan tanggapan emosional melebihi yang selayaknya terhadap suatu peristiwa,

Mappiare (2010: 157) menjelaskan bahwa tujuan konseling terutama untuk menghilangkan kecemasan, ketakutan, kekhawatiran,

ketidakyakinan diri, dan semacamnya, dan mencapai perilaku rasional, kebahagiaan, dan aktualisasi diri.

Sayekti (1993: 14) menjelaskan *REBT* yang dicetuskan Ellis memiliki tujuan sebagai berikut:

- a. *Self interest*: menciptakan kesehatan mental termasuk keseimbangan emosional pada seseorang terletak pada diri sendiri, bukan dari orang lain, sehingga konseling berfokus pada kesadaran diri sendiri.
- b. *Self direction*: individu yang memiliki kesehatan mental yang baik akan selalu bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Tujuan konseling harus mendorong individu untuk mengarahkan dirinya sendiri, individu harus menghadapi kenyataan-kenyataan hidupnya dengan bertanggung jawab sendiri bukan tergantung atau selalu minta bantuan orang lain.
- c. *Tolerance*: konseling disini adalah untuk mendorong dan membangkitkan toleransi individu terhadap orang lain meskipun ia bersalah.
- d. *Acceptance of Uncertainty*: memberikan pemahaman yang rasional kepada individu untuk menghadapi kenyataan hidup secara logis dan tidak emosional.
- e. *Flexibel*: mendorong individu agar luwes dalam bertindak secara intelektual, terbuka terhadap suatu masalah sehingga dipeoleh cara-

cara pemecahannya yang dapat mendatangkan kepuasan kepada diri sendiri.

- f. *Commitment*: membangkitkan sikap objektivitas dan komitmen individu untuk menjaga keseimbangan diri dengan lingkungannya.
- g. *Scientific Thinking*: berpikir rasional dan objektif adalah tujuan dari konseling rasional emotif. Berpikir rasional bukan hanya terhadap orang lain tetapi juga terhadap diri sendiri.
- h. *Risk Taking*: mendorong dan membangkitkan sikap keberanian dalam diri individu untuk mengubah nasibnya melalui kehidupan nyata, meskipun belum tentu berhasil. Keberanian ini sangat penting dalam menanamkan kepercayaan diri pada individu untuk menghadapi masa depan kehidupannya.
- i. *Self acceptance*: penerimaan terhadap diri sendiri, terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri dengan rasa gembira.

Tujuan *REBT* yang dicetuskan Ellis dapat disimpulkan bahwa *REBT* membantu seseorang dalam mengubah pemikiran irrasional menjadi rasional dan menjadikan seseorang tersebut menerima diri dengan seluruh kekurangan kelebihanannya, percaya diri menghadapi masa depannya.

4. Teknik konseling *REBT*

Pelaksanaan konseling *REBT* menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, afektif, dan behavioral yang disesuaikan dengan

kondisi individu (Surya, 2003:20). Berikut di bawah ini beberapa teknik konseling dalam *REBT*:

a. Teknik-teknik kognitif sebagai berikut:

- 1) *Home work assignments* (pemberian tugas rumah): teknik ini bekerja dengan cara konseli diberi tugas-tugas rumah untuk melatih, mebiasakan diri serta menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola perilaku yang diharapkan. Dengan tugas rumah yang diberikan, konseli diharapkan dapat mengurangi atau menghilangkan perasaan-perasaan irasional dan ilogis. Selanjutnya *home work assignments* yang diberikan konselor dilaporkan oleh konseli dalam suatu pertemuan tatap muka dengan konselor di kantor, di sekolah atau di tempat lain.
- 2) Teknik *Assertive* : teknik ini digunakan untuk melatih keberanian konseli dalam mengekspresikan perilaku-perilaku tertentu yang diharapkan melalui; *role playing* atau bermain peran, *rehearseal* atau latihan, dan *social modeling* atau meniru model-model sosial. Maksud utama teknik asertif ini adalah mendorong kemampuan konseli mengekspresikan seluruh hal yang berhubungan dengan emosinya, membangkitkan kemampuan konseli dalam mengungkapkan hak asasinya sendiri, mendorong percaya diri, meningkatkan kemampuan untuk memilih perilaku-perilaku asertif yang cocok untuk dirinya sendiri.

Teknik–teknik kognitif dalam *REBT* yang dikemukakan Surya dapat disimpulkan bahwa teknik yang dilakukan adalah dengan melatih membiasakan berpikir rasional dan melatih keberanian mengekspresikan perilaku–perilaku yang diharapkan.

b. Teknik-teknik emotif (afektif):

- 1) Teknik *assertive training*: teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong, dan membiasakan klien untuk secara terus menerus menyesuaikan dirinya dengan perilaku tertentu yang diinginkan. Latihan-latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan diri konseli.
- 2) Teknik *sosiodrama*: digunakan untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan negatif) melalui suatu suasana yang didramatisasikan sedemikian rupa sehingga konseli dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan ataupun melalui gerakan - gerakan yang dramatis.
- 3) Teknik *self modeling* atau diri sendiri sebagai model: yakni teknik yang digunakan untuk meminta konseli agar ”berjanji” atau mengadakan “komitmen” dengan konselor untuk menghilangkan perasaan atau perilaku tertentu. Teknik *self modeling* dilakukan dengan cara konseli diminta untuk tetap setia pada janjinya dan secara terus menerus menghindarkan dirinya dari perilaku negatif.

- 4) Teknik imitasi: teknik yang digunakan dimana klien diminta untuk menirukan secara terus-menerus meniru suatu model perilaku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan perilakunya sendiri yang negatif.

Teknik emotif dalam *REBT* dilakukan dengan cara melatih membiasakan perilaku-perilaku yang diinginkan, mengekspresikan perasaan negatif yang menekan, berkomitmen untuk menghilangkan perasaan atau perilaku tertentu yang dapat didukung dengan menirukan model perilaku yang diinginkan.

c. Teknik-teknik behavioristik:

- 1) Teknik *reinforcement*: teknik yang digunakan untuk mendorong konseli ke arah perilaku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) ataupun hukuman (*punishment*).
- 2) Teknik *social modeling*: teknik yang digunakan untuk membentuk perilaku - perilaku baru pada konseli. Teknik ini dilakukan agar konseli dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara mengimitasi, mengobservasi dan menyesuaikan dirinya dengan social model yang dibuat itu. Bentuk *social modeling* antara lain *live models* (model perilaku dalam kehidupan nyata), *filmed models* (model perilaku yang difilmkan), *audio tape recorder models* (model perilaku yang diperoleh dengan melihat dan mendengarkan).

Teknik behavioristik dalam *REBT* adalah mendorong perilaku rasional konseli dengan jalan memberikan pujian atau hukuman, dan adanya model perilaku untuk konseli dalam pembentukan perilaku baru yang merupakan perilaku positif yang diharapkan konseli.

5. Proses konseling *REBT*

Proses konseling *REBT* yang dilakukan untuk mengentaskan permasalahan konseli adalah dengan menunjukkan pada konseli bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya, menunjukkan bagaimana konseli mengembangkan nilai-nilai sikapnya yang menunjukkan secara kognitif bahwa konseli telah memasukkan banyak keharusan. Sebaiknya dan semestinya konseli harus belajar memisahkan keyakinan-keyakinannya yang rasional dan keyakinan irrasional, agar konseli mencapai kesadaran.

Proses yang selanjutnya adalah membawa konseli ke dalam tahapan kesadaran dengan menunjukan bahwa konseli sekarang mempertahankan gangguan-gangguan emosionalnya untuk tetap aktif dengan terus menerus berfikir secara tidak logis. Konselor kemudian berusaha mendorong agar konseli memperbaiki pikiran-pikirannya dan meninggalkan gagasan-gagasan irasionalnya, sehingga konseli dapat berubah dari selalu berfikir yang tidak masuk akal menjadi yang masuk akal. Perubahan keyakinan konseli yang irrasional menjadi rasional lebih lanjut dilakukan dengan menantang atau memberikan tugas

rumah untuk konseli agar dapat mengembangkan filosofis kehidupannya yang rasional, dan menolak kehidupan yang irrasional. Konseli harus dapat mencoba menolak pikiran-pikiran yang irrasional untuk masuk dalam dirinya dan harus konsisten dengan perubahannya.

C. Penerapan *REBT* untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa dari Keluarga *Broken Home*

Perilaku agresif yang merupakan perilaku negatif dan cenderung menyerang orang lain baik secara verbal maupun non verbal yang dapat membahayakan orang lain. Menurut Atkinson (dalam Putri, 2005: 19) agresif adalah perilaku yang secara sengaja bermaksud melukai orang lain (secara fisik atau verbal) atau menghancurkan harta benda. Individu yang memiliki agresivitas tinggi dapat menyebabkan orang lain merasa tidak nyaman dan tidak ingin berdekatan dan kondisi tersebut menyebabkan orang yang berperilaku agresif terhambat dalam menjalankan kehidupannya sebagai makhluk sosial.

Perilaku agresif dapat dilakukan oleh anak, remaja, dan orang yang berstatus siswa SMP. Siswa SMP berperilaku agresif dapat disebabkan oleh berbagai sebab dan muncul dalam berbagai setting seperti di dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat. Siswa dengan latar belakang keluarga *broken home* mempunyai kemungkinan lebih besar untuk berperilaku agresif. Keluarga *broken home* merupakan keluarga yang di dalamnya tidak ada keharmonisan, kasih sayang sehingga membuat anak lebih mudah untuk terjerumus pada hal-hal yang negatif termasuk

memiliki perilaku agresif yang tinggi yang akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya, kepribadian, kehidupan sosial, dan juga prestasinya.

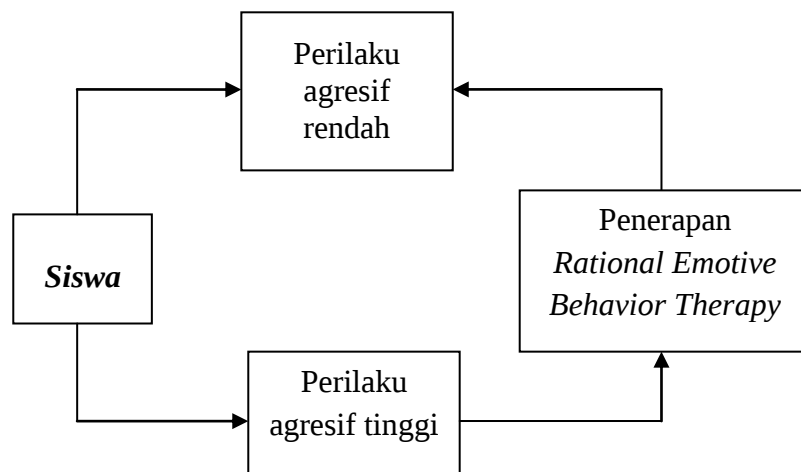
Siswa dengan perilaku agresif tinggi, diberikan bantuan layanan konseling dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* yang merupakan pendekatan yang memberikan pemahaman kepada siswa sehingga siswa menyadari bahwa perilaku agresif yang dimiliki merugikan diri sendiri dan orang lain. Kemudian siswa tersebut dibantu untuk mulai berpikir secara rasional, mengenai perilaku positif yang harus dimiliki dan memulai melatih menyesuaikan diri dengan perilaku yang diinginkan. Pertemuan selanjutnya siswa semakin didorong untuk berkomitmen, konsisten dengan pembentukan perilaku tertentu yang diinginkan didukung dengan pemberian hadiah ataupun hukuman. Konseling yang dilakukan dengan menggunakan *REBT* dalam mengurangi perilaku agresif membantu siswa berlatih secara konsisten untuk dapat mengendalikan perilaku agresifnya sehingga perilaku agresif pada siswa berkurang dan siswa berperilaku adaptif.

D. Kerangka berpikir

Siswa SMP N 13 Magelang terdapat siswa yang memiliki perilaku agresif tinggi namun ada juga yang berperilaku agresif yang rendah. Siswa yang memiliki agresivitas tinggi dapat mengalami permasalahan dalam kaitannya dengan kemampuan bersosialisasi dan dapat mempengaruhi proses belajarnya di sekolah. Siswa-siswa tersebut memerlukan bantuan

yang tepat agar perilaku agresifnya menurun dan tidak mengalami permasalahan dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam mengontrol emosinya. Untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa tersebut maka diberi intervensi melalui konseling individu *REBT*.

Melalui penerapan pendekatan ini, siswa dibantu untuk mampu menyadari bahwa siswa mempunyai perilaku agresif yang dapat merugikan diri sendiri dan juga orang lain. Selanjutnya, siswa dibantu menyadari pikiran irasional menjadi berpikir logis atau rasional, kemudian dapat mengelola emosinya dengan baik, dan mempunyai perilaku yang positif. Siswa yang berkomitmen ingin berubah tentunya akan terus berlatih untuk mengelola emosi sekaligus mengontrol perilaku agresifnya sehingga siswa yang mempunyai perilaku agresif tinggi menjadi berkurang seperti pada gambar berikut :



Gambar 1
Kerangka Berpikir

E. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah penerapan konseling individu dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat menjadikan perilaku agresif yang tinggi menjadi berkurang.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian memiliki peran penting dalam suatu penelitian. Keberhasilan dan kualitas suatu penelitian ditentukan oleh metode penelitian yang digunakan oleh peneliti. Hal yang dibahas dalam penelitian ini meliputi identifikasi variabel, definisi operasional variabel, subjek dan desain penelitian serta metode pengumpulan dan teknik analisis data

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel bebas, penelitian ini adalah *Rational Emotive Behavior Therapy*.
2. Variabel terikat, penelitian ini adalah perilaku agresif.

B. Definisi Operasional Variabel

1. Perilaku agresif adalah perilaku menyerang atau melukai orang lain baik secara fisik seperti memukul, menendang, mencubit, maupun secara mental seperti memaki, menggunakan kata kasar, dan menghina.
2. *REBT* adalah layanan yang bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah cara berpikir yang irrasional menjadi rasional, namun tidak hanya cara berpikir yang diubah tetapi jugamengetahui mengelola emosi, dan perilaku, karena dari cara berpikir yang rasional, kemudian kemampuan mengelola emosi yang baik dapat mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 13 Magelang yaitu sejumlah 218 siswa.

2. Sampel

Sampel yang ada dalam penelitian ini adalah siswa anggota populasi yang memiliki perilaku agresif yang tinggi. Sampel yang diberikan oleh guru BK SMP N 13 Magelang adalah sebanyak 5 orang.

1. Sampling

Penentuan sampel penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan.

D. Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan akan menggunakan desain penelitian dengan *pre-experimental designs*. Bentuk *pre-experimental designs* yang digunakan yaitu *one group pretest-posttest design*. Metode *one group pretest-posttest design* adalah satu kelompok tes diberikan satu perlakuan yang sama sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu. Dalam rancangan ini, subyek dikenakan 2 kali pengukuran. Pengukuran yang pertama dilakukan untuk mengukur perilaku agresif yang tinggi sebelum subjek penelitian diberikan konseling dengan teknik *pretest* dan pengukuran yang kedua untuk mengukur hasil dari konseling tentang

perilaku agresif yang tinggi sesudah diberikan kegiatan konseling dengan teknik *posttest*.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian merupakan salah satu langkah penting, karena keberhasilan penelitian salah satunya tergantung dari kualitas data. Kualitas data ditentukan dari kualitas instrumen dan pelaksanaan pengumpulan data. Instrumen yang berkualitas tergantung dari proses penyusunan alat dimana instrumen angket dimulai dari menentukan kisi – kisi, butir – butir item, dan kemudian dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya.

1. Angket

Angket merupakan salah satu alat pengumpul data yang didalamnya terdapat pertanyaan atau pernyataan yang harus dijawab responden untuk mendapatkan informasi yang diinginkan dari responden. Penelitian ini menggunakan instrumen angket tertutup tentang perilaku agresif siswa. Angket ini menggunakan model skala Likert dengan empat pilihan jawaban yaitu jawaban sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (TS), dengan penskoran sebagai berikut :

Tabel 1
Penilaian Skor Angket Perilaku Agresif Siswa :

Jawaban	Item positif	Item negatif
SS	4	1
S	3	2

TS	2	3
STS	1	4

Angket dikembangkan dalam kisi-kisi yang memuat tentang variabel yaitu perilaku agresif, aspek, indikator, deskriptor, serta jumlah masing-masing item positif dan item negatif. Kisi-kisi angket dapat dilihat dalam tabel berikut ini :

Tabel 2
Kisi Kisi Angket Perilaku Agresif Siswa

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Deskriptor	Item	
				+	-
Perilaku Agresif Siswa	Aspek Fisik	Memukul	Memukul bagian tubuh yang berbahaya	13, 14, 21, 28	1, 2, 6, 15,
			Terlibat perkelahian	3, 4, 38, 62	10, 17, 34, 36
		Menendang	Menendang bagian tubuh	26, 45, 29,	22, 25, 54
		Mencubit	Mencubit bagian tubuh	35, 42, 20, 53	46, 52, 61, 64
	Objek	Menyerang	Menyerang binatang / benda	59, 60, 63 58,	18, 33, 51, 65,
	Verbal	Menghina	Merendahkan orang lain	8, 5, 30, 31	9, 11, 55, 57
		Mengancam	Memiliki rasa	7, 23, 27,	16, 56,

			dendam	40	50, 49
		Memaki	Menggunakan kata kasar / jorok	32, 37, 39, 44,	12, 19, 24, 48,
	Pelanggaran Hak Milik	Merampas	Mengambil secara paksa	41, 43, 69,	47, 66, 67, 68

Sebelum angket digunakan untuk *pretest* dan *posttest*, terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya dengan melaksanakan *tryout*. Pelaksanaan *tryout* angket perilaku agresif dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrumen yang digunakan. *Tryout* dilakukan pada hari Rabu, tanggal 5 Oktober 2016 pada pukul 10.15 WIB. Siswa yang hadir pada *tryout* berjumlah 34 siswa. Angket yang digunakan berisi 69 butir item pernyataan. Hasil dari *tryout* dianalisis untuk di uji validitas dan reabilitasnya, berikut penjelasan dari uji validitas dan reliabilitas :

a. Uji validitas instrumen

Analisis pada butir-butir item pernyataan menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*. Jumlah item pada angket adalah 69 item pertanyaan dengan N jumlah 34 (jumlah sampel *try out*). Kriteria item yang dinyatakan valid adalah item dengan nilai r_{hitung} lebih dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5%.

Berdasarkan hasil *tryout* angket perilaku agresif yang terdiri dari 69 item pertanyaan, diperoleh 42 item pertanyaan valid dan 27 item

pertanyaan gugur. Hasil dari uji validitas instrumen disajikan dalam tabel berikut ini :

Tabel 3
Hasil Uji Validitas Instrumen

No Item	r_{tabel}	r_{hitung}	Ket	No Item	r_{tabel}	r_{hitung}	Ket
1	0,349	0,577	Valid	22	0,349	0,445	Valid
2	0,349	0,548	Valid	23	0,349	0,462	Valid
3	0,349	0,345	Valid	24	0,349	0,553	Valid
4	0,349	0,648	Valid	25	0,349	0,578	Valid
5	0,349	0,362	Valid	26	0,349	0,547	Valid
6	0,349	0,428	Valid	27	0,349	0,763	Valid
7	0,349	0,622	Valid	28	0,349	0,581	Valid
8	0,349	0,648	Valid	29	0,349	0,604	Valid
9	0,349	0,654	Valid	30	0,349	0,701	Valid
10	0,349	0,648	Valid	31	0,349	0,433	Valid
11	0,349	0,529	Valid	32	0,349	0,531	Valid
12	0,349	0,384	Valid	33	0,349	0,542	Valid
13	0,349	0,648	Valid	34	0,349	0,386	Valid
14	0,349	0,483	Valid	35	0,349	0,704	Valid
15	0,349	0,648	Valid	36	0,349	0,564	Valid
16	0,349	0,577	Valid	37	0,349	0,682	Valid
17	0,349	0,648	Valid	38	0,349	0,606	Valid
18	0,349	0,658	Valid	39	0,349	0,563	Valid
19	0,349	0,668	Valid	40	0,349	0,767	Valid

Berdasarkan hasil *tryout* yang telah dilaksanakan dan juga berdasarkan hasil uji validitas dalam tabel di atas, dapat diperoleh daftar rincian item angket perilaku agresif yang valid yang tertera dalam tabel berikut ini :

Tabel 4
Daftar Item Angket Valid

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomer Item	Jumlah Item
Perilaku Agresif Siswa	Aspek Fisik	Memukul	Memukul bagian tubuh yang berbahaya	2, 13, 28	4
			Terlibat perkelahian	4, 17, 34, 36	4
		Menendang	Menendang bagian tubuh	25, 54, 26, 29,	4
		Mencubit	Mencubit bagian tubuh	35, 53, 46, 52, 61, 64	6
	Objek	Menyerang	Menyerang binatang atau benda	33, 51, 65,	3
	Verbal	Menghina	Merendahkan orang lain	5, 31, 9, 11, 55, 57	6
		Mengancam	Memiliki rasa dendam	7, 40, 16, 56, 50, 49	6

		Memaki	Menggunakan kata kasar / jorok	37, 12, 19, 24, 48,	5
	Pelanggaran Hak Milik	Merampas	Mengambil secara paksa	69, 47, 66, 67, 68	5

b. Uji reliabilitas instrumen

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbrach* dengan bantuan *SPSS 16.0 for windows*. Instrument penelitian ini dikatakan *reliable* apabila berdasarkan hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan N 34 siswa. Hasil perhitungan uji reliabilitas terlampir.

2. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu teknik yang digunakan peneliti untuk mendapatkan informasi dari narasumber. Wawancara ini dilakukan pada dua narasumber yaitu :

a. Guru Bimbingan dan Konseling

Wawancara yang dilakukan untuk mengetahui siswa yang memiliki perilaku agresif yang tinggi dengan didukung data yang dimiliki guru BK.

b. Wali Kelas

Wawancara dengan wali kelas bertujuan memperoleh informasi yang lebih spesifik dalam satu kelas, terutama mengenai perilaku agresif tinggi siswanya.

Wawancara yang dilakukan peneliti sesuai dengan pedoman wawancara yang telah dibuat sebelumnya, adapun pedoman wawancara sebagai berikut :

Tabel 5

Pedoman Wawancara

1. Responden :
2. Nama konseli :
3. Tempat wawancara :
4. Tanggal pelaksanaan :
5. Jenis permasalahan : perilaku agresif

Daftar pertanyaan

No.	Pertanyaan	Jawaban / hasil
1.	Menurut pengamatan Ibu selama ini, adakah diantara siswa kelas VII yang memiliki ciri-ciri perilaku agresif?	
2.	Perilaku agresif yang dimaksudkan seperti berbicara kasar, mengancam, membuat gaduh di kelas dan bahkan memukul, adakah yang demikian?	
3.	Kalau boleh tahu siapakah anak tersebut?	
4.	Seberapa sering perilaku agresif tersebut muncul?	
5.	Upaya yang pernah dilakukan untuk menangani siswa yang berperilaku agresif?	
6.	Bagaimana hubungan siswa tersebut dengan	

	teman-temannya?	
--	-----------------	--

F. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis *statistic non parametric* atau dengan menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test*. Uji ini digunakan untuk melihat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian yang relatif kecil, yaitu hanya 5 siswa. Peneliti menggunakan uji *wilcoxon* agar nantinya dapat diketahui apakah penerapan *REBT* dapat mengurangi perilaku agresif siswa yang tinggi terutama pada siswa dari keluarga *broken home*.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS versi 16.0 for windows*. Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikansi 5%. Artinya hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0,05.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Simpulan Teori

Perilaku agresif adalah perilaku seseorang yang cenderung menyerang orang lain untuk melukai baik secara fisik maupun non fisik sehingga sangat merugikan diri sendiri dan orang di sekitarnya.

REBT adalah salah satu terapi yang menekankan pada perubahan cara berpikir yang irrasional menjadi rasional, mampu mengelola emosi dan perilaku.

2. Simpulan Hasil Penelitian

Simpulan hasil penelitian adalah bahwa konseling *REBT* berpengaruh untuk mengurangi perilaku agresif siswa dari keluarga *broken home* Kelas VII SMP Negeri 13 Kota Magelang Tahun Ajaran 2016/2017.

B. Saran

1. Bagi Guru Pembimbing

Ketika mengetahui adanya siswa yang mempunyai perilaku agresif tinggi, guru pembimbing dapat menggunakan konseling individu *REBT* untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya apabila hendak melakukan penelitian mengenai penurunan perilaku agresif dengan konseling *REBT* akan lebih maksimal dibantu dengan menggunakan pendekatan *client centered*.

DAFTAR PUSTAKA

- Anantasari. 2006. *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*. Yogyakarta: Kanisius.
- Atriell. 2008. "Broken Home" *Jurnal Penelitian*. Hlm. 9.
- Azizah. 2013. "Mengurangi Perilaku Agresif Melalui Layanan Klasikal Menggunakan Teknik Sosiodrama pada Siswa Kelas V di SD Negeri Pegirikan 03 Kabupaten Tegal". *Jurnal Pendidikan*. Universitas Negeri Semarang.
- Baron, Robert A & Byrne, Donn. 2002. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga,
- Dryden, W. & Branch, R. 2008. *The Fundamentals of Rational Emotive Behaviour Therapy : A Training Handbook*. USA: John Wiley & Sons, Ltd.
- Ellis, A. 2002. *Overcoming Resistance : A Rational Emotive Behavior Therapy Integrated Approach*. New York: Springer Publishing Company, LLC.
- Hudaniah& Dayaksini,Tri. 2009. *Psikologi Sosial*. Malang: UMMPress.
- Hurlock, Elizabeth. 2009. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Krahe, Barbara. 2005. *Perilaku Agresif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Latipun. 2011. *Psikologi Konseling*. Malang: UMMPress.
- Mappiare, Andi. 2010. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Masykouri, Alzena. 2005. *Penanganan Anak Bermasalah*. Jakarta: Jurnal Penelitian Pendidikan. Hlm. 12.
- Matinka. 2011. "Pengaruh Keluarga Broken Home Terhadap Pendidikan Remaja" *Jurnal Pendidikan*.
- Surya, Mohammad. 2003. *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy
- Nisfiannor & Yulianti, Eka. 2005. *Perbandingan Perilaku Agresif Antara Remaja Yang Berasal Dari Keluarga Bercerai Dengan Keluarga Utuh Jurnal Psikologi Vol 3 No 1*. Jakarta: Universitas Tarumanagara
- Sayekti, Pujosuwarno. 1993. *Berbagai Pendekatan Konseling*. Yogyakarta: Menara Mas Offset
- Putri, Muhartini Rosa. 2005. *Pengertian Agresif*. *Jurnal Penelitian*. Hlm. 19

- Safitri, Indah. 2016. "*Keefektifan Konseling Kelompok REBT untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 27 Surakarta Tahun 2015/2016*". Skripsi (Tidak Diterbitkan). Universitas Negeri Surakarta.
- Sari, Malinda Yulia. 2013. *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa. Jurnal Penelitian Pendidikan*. Universitas Lampung.
- Sarwono, Sarlito. 2002. *Teori-Teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka
- Sharf, R. S. 2012. *Theories of Psychotherapy and Counseling: Concepts and Cases*. USA: Brooks/Cole.
- Shelley, Taylor. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Kencana.
- Syarifudin. B. 2010. *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan dengan SPSS*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media.
- Ulwan, Abdullah Nasih. 2002. *Pendidikan Anak dalam Islam*. Jakarta: Pustaka Amani.
- Willis. 2009. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, Ws. 2007. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan (Edisi Revisi)*. Jakarta: Gramedia Widiasarna Indonesia.