

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN
MENGUNAKAN PENDEKATAN BEHAVIORISTIK UNTUK
MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA SMKBM
TAMAN SISWA MEDAN TAHUN AJARAN
2025/2026**

SKRIPSI

*Diajukan guna Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Mencapai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Program Studi Bimbingan dan Konseling*

Oleh :

ECA MULYANI
NPM. 2202080080



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2026**



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Sabtu, Tanggal 18 April 2026, pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:


Nama Mahasiswa : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).


Ditetapkan : (A) Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

PANITIA PELAKSANA

Ketua



Dra. Hj. Samsurnita, M.Pd.

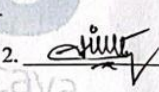
Sekretaris

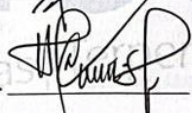

Dr. Hj. Dewi Kesuma Nst, SS, M.Hum.

ANGGOTA PENGUJI:

1. M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.
2. Dclianti, S.Ag., S.Pd., M.Ag.
3. Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.

1. 

2. 

3. 



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTAR
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
J. Kapten Muchtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Prilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026

Sudah layak disidangkan.

Medan, April 2026

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd.,Kons

Diketahui Oleh:

Dekan

Dra. Hj. Syamsuurnita, M.Pd

Ketua Program Studi

M Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Unggul | Cerdas | Terpercaya

UMSU

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Prilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Prilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026" Adalah bersifat asli (Original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bagaimana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini mmaka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Uniiiversitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesunggu-sungguhnya dan dengan yang sebenarbenarnya.

Medan, April 2026

Hormat Saya

Yang membuat pernyataan,



METERAI TEMPEL
1E871ANX37246663

Eca Mulyani



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nama Mahasiswa : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Tahun Ajaran 2025/2026

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
24 Feb 2026	Bimbingan Kisi - Kisi Instrumen penelitian		
26 Feb 2026	Perbaikan teknik analisis data penelitian		
11- maret 2026	menyusun dan melaporkan hasil penelitian pada tahap awal		
16 maret 2026	melakukan revisi terhadap tabel observasi yg digunakan dalam penelitian.		
30 maret 2026	memperbaiki penulisan sesuai kaidah / aturan penulisan ilmiah.		
31 maret 2026	melengkapi dan memperbaiki lampiran untuk pendukung penelitian.		
13- april 2026	Disetujui untuk sidang skripsi.		

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

M.Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd

Medan, April 2026
Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd.,Kons

ABSTRAK

Eca Mulyani. NPM. 2202080080. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026. Skripsi, Medan: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Perilaku agresif merupakan salah satu permasalahan perilaku yang sering ditemukan di lingkungan sekolah dan dapat menghambat perkembangan sosial serta akademik siswa. Perilaku agresif dapat dipahami sebagai tindakan yang dilakukan secara sengaja untuk menyakiti, merugikan, atau mengancam orang lain, baik secara fisik maupun verbal, sehingga menciptakan suasana yang tidak kondusif di lingkungan sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026 melalui penerapan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan subjek penelitian sebanyak 3 orang siswa. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah pedoman observasi dan wawancara yang disesuaikan dengan pelaksanaan layanan konseling individual pendekatan behavioristik. Adapun teknik analisis data yang digunakan meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik efektif dalam mengurangi perilaku agresif siswa SMKBM Taman Siswa Medan, yang sebelumnya cenderung menunjukkan tindakan agresif baik secara verbal maupun fisik di lingkungan sekolah, kini menjadi lebih mampu mengendalikan diri dan berperilaku adaptif dalam interaksi sosialnya

Kata Kunci: Layanan Konseling Individual, Pendekatan Behavioristik, Perilaku Agresif

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji beserta syukur alhamdulillah penulis sampaikan kepada Allah SWT yang mana Allah telah memberikan nikmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini dalam bentuk yang sederhana dengan judul **“Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026”**

Skripsi ini di susun guna melengkapi tugas-tugas dalam memenuhi salah satu syarat kelulusan pada program Strata-1 di Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas keguruan dan Ilmu pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Peneliti menyadari pada penyusunan skripsi ini tentunya tidak luput dari berbagai kekurangan dan kesulitan, terutama kurangnya pengetahuan peneliti, serta buku literatur yang mendukung skripsi ini. Tetapi, berkat bantuan orang tua, keluarga, teman-teman, serta dosen sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terimakasih banyak yang tidak dapat di lukiskan oleh kata-kata kepada kedua orang tua peneliti yaitu Ayahanda dan Ibunda saya tercinta terima kasih atas rasa cinta dan kasih sayangnya yang tidak pernah ada habisnya untuk doa yang tiada hentinya serta memberikan dukungan sepenuhnya atas semua pilihan yang peneliti ambil baik itu dukungan secara moral ataupun materil.

Selanjutnya penulis ucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak **Prof. Dr. Agusani, M.AP** selaku rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Ibu **Dra. Syamsuryurnita, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang senantiasa memberi motivasi dan semangat kepada penulis.
3. Ibu **Dr. Dewi Kusuma Nasution, S.S., M.Hum** selaku Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak **M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd**, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara sekaligus menjadi dosen penguji yang senantiasa memberi motivasi dan semangat kepada penulis.
5. Ibu **Dr. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi** selaku Sekretaris Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang senantiasa memberi motivasi dan semangat kepada penulis.
6. Bapak **Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons** selaku dosen pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu, tenaga dan pemikirannya untuk membimbing dan mengarahkan peneliti sehingga bisa sampai pada tahap ini.

7. Bapak dan Ibu **Dosen** serta **Staff** Program Studi Bimbingan dan Konseling, terimakasih untuk ilmu yang telah diberikan mulai dari semester pertama hingga akhir.
8. Kepada cinta pertamaku, Ayahanda **Misratno** terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, untuk cinta yang tulus, untuk setiap doa yang menguatkan, dan untuk kehadiran yang selalu menjadi rumah bagi penulis. Beliau memang tidak merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan. Namun beliau berhasil mendidik, memotivasi, memberikan dukungan kepada penulis hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
9. Dan Kepada Surgaku, Ibunda **Maisyarah** dengan penuh rasa hormat dan kasi sayang, penulis mengucapkan terimakasih banyak yang sebesar-besarnya karna senantiasa mendoakan, memberikan dukungan moral maupun materi, serta menjadi sumber kekuatan bagi penulis dalam setiap proses penyusunan skripsi ini, sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
10. Kepada abang dan kakak iparku, yaitu **Muhammad Eko Siswanto** dan **Diana Nasution, S.Pd.,Gr** terimakasih atas dukungan dan arahan serta motivasi yang diberikan kepada penulis hingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada abang keduaku tersayang, Yaitu **Muhammad Bambang Kurniawan** penulis mengucapkan terimakasih banyak yang sebesar-besarnya karna senantiasa menjadi rumah dan tempat bersandar,

memberikan semangat, dukungan yang tiada hentinya, serta tidak pernah lelah berkorban demi adiknya. Terimakasih sudah berusaha memberikan segalanya dan selalu mewujudkan keinginan penulis. Semoga rezekimu terus mengalir dan sehat selalu. *I love u more*

12. Kepada keponakanku tersayang, **Nadwa Alya** dan **Muhammad Alvin Febriano** terimakasih sudah selalu menghibur penulis dengan tingkah lucu dan selalu menggemaskan bagi penulis.

13. Kepada teman -teman keluarga besar **BK B Sore (2022)** yang sudah menjadi teman semasa perkuliahan. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan banya terimakasih kepada semua pihak yang membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini semoga kebaikan kalian diberkahi oleh Allah SWT. Amiin.

14. Kepada **Ika Novita Wahyu Siahaan** dan **Ghaitsa Zahira Sofa** terimakasih sudah selalu meluangkan waktu untuk penulis dan serta tidak pernah capek untuk selalu mendengarkan curhatan penulis dan tangisan penulis.

15. Kepada sahabatku tersayang, **Mutiara Afdila** dan **Yulida Salwa** Dengan penuh rasa haru, penulis mengucapkan terima kasih kepada sahabat-sahabat tercinta yang tidak pernah lelah memberikan dukungan, semangat, dan doa. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi suka dan duka, serta selalu ada di saat penulis merasa lelah dan hampir menyerah dalam menyelesaikan skripsi ini.

16. Kepada sahabat sekaligus saudara bagi penulis, **Inur Wilda Sari Siregar** yang kerap dipanggil **Bou** oleh penulis, terimakasih banyak yang sebesar-

besarnya atas dukungan, motivasi, arahan serta doa - doa yang selalu diberikan kepada penulis. Terimakasih karna tidak meninggalkan dan selalu kebersamai penulis dalam keadaan apapun, meluangkan waktu hanya mendengar curhatan – curhatan penulis di waktu subuh serta uluran tangan hangat yang selalu beliau berikan kepada penulis sampai saat ini.

17. Kepada sahabat kecil, **Bintang Lerefina Sihole** terimakasih sudah setia mendukung dan selalu memberikan semangat kepada penulis disaat penulis sedang terpuruk dan sedih. Sehingga penulis sampai ditahap skripsi ini.

18. Kepada **Amelia Putri**, terimakasih atas sepasang telinga yang selalu siap mendengarkan keluh kesah yang penulis alami, waktu yang selalu diluangkan, tenaga yang selalu diberikan kepada penulis, terimakasih banya sudah menghibur dan ikut turut menyembuhkan luka dan trauma yang penulis alami selama proses skripsi ini berlangsung.

19. Terakhir yaitu penulis sendiri, **Eca Mulyani** perempuan manis yang selalu memeluk luka nya sendiri, yang mentalnya dihancurkan berkali – kali oleh orang lain, yang selalu sabar dan selalu tersenyum manis walaupun hatinya sedang dikecewakan. Terimakasih karna tetap hidup dan bertahan sejauh ini, melewati berbagai proses yang tidak selalu mudah, bahkan sering kali terasa berat. Terimakasih karna tetap berusaha kuat ditengah rasa lelah, ragu dan tekanan yang datang siling berganti. Tidak jarang penulis merasa ingin menyerah, kehilangan semangat, dan merasa tidak mampu, namun pada akhirnya diri ini tetap melanjutkan perjuangannya. Semoga segala usaha dan

pengorbanan yang telah dilakukan dapat menjadi sesuatu yang bermakna dan membawa kebaikan dimasa yang akan datang.

Akhir kata dari penulis yaitu kritik dan saran bagi pembaca untuk membangun dan mengembangkan penelitian ini agar bermanfaat bagi kita semua. Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan, Kenikmatan dan RahmatNya kepada kita semua. Aamiin.

Medan, 01 Maret 2026

Eca Mulyani

NPM. 2202080080

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Kerangka Teori.....	10
1. Perilaku Agresif.....	10
1.1 Pengertian Perilaku Agresif.....	10
1.2 Jenis-Jenis Perilaku Agresif.....	12
1.3 Aspek-Aspek Perilaku Agresif.....	14
1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif.....	16
1.5 Dampak Perilaku Agresif.....	19
2. Layanan Konseling Individual.....	20
2.1 Pengertian Layanan Konseling Individual.....	20

2.2 Tujuan Layanan Konseling Individual	23
2.3 Fungsi Layanan Konseling Individual	24
2.4 Tahap-Tahap Layanan Konseling Individual	26
3. Pendekatan Behavioristik	33
3.1 Pengertian Pendekatan Behavioristik	33
3.2 Asumsi Pendekatan Behavioristik	35
3.3. Tujuan Konseling dengan Pendekatan Behavioristik	38
B. Penelitian Yang Relevan	39
C. Kerangka Konseptual	43
BAB III. METODE PENELITIAN	45
A. Alokasi dan Waktu Penelitian	45
1. Lokasi Penelitian	45
2. Waktu Penelitian	45
B. Subjek dan Objek Penelitian	46
1. Subjek Penelitian	46
2. Objek Penelitian	47
C. Defenisi Operasional Penelitian	48
D. Desain Penelitian	49
E. Instrumen Penelitian	53
F. Teknik Analisis Data	58
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
4.1. Teman Penelitian	61
4.2. Pembahasan Penelitian	83

BAB V. PENUTUP	86
5.1. Kesimpulan	86
5.2. Saran	87
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN	93

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rencana Waktu Pelaksanaan Penelitian.....	45
Tabel 3.2 Jumlah Keseluruhan Siswa SMKBM Taman Siswa.....	47
Tabel 3.3 Jumlah Objek Siswa Kelas X IPS 2.....	48
Tabel 3.4 Pedoman Observasi Perilaku Agresif.....	54
Tabel 3.5 Wawancara untuk Guru Bimbingan dan Konseling.....	57
Tabel 3.6 Wawancara untuk Wali Kelas.....	58
Tabel 3.7 Wawancara untuk Siswa.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	43
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 01. Daftar Riwayat Hidup.....	94
LAMPIRAN 02. Dokumentasi Penelitian.....	95
LAMPIRAN 03. Hasil Wawancara Guru BK.....	98
LAMPIRAN 04. Hasil Wawancara Wali Kelas.....	100
LAMPIRAN 05. Hasil Wawancara Siswa AR.....	102
LAMPIRAN 06. Hasil Wawancara Sisw DL.....	105
LAMPIRAN 07. Hasil Wawancara Sisw FN.....	106
LAMPIRAN 08. RPL Layanan Konseling Individual 1.....	108
LAMPIRAN 09. RPL Layanan Konseling Individual 2.....	110
LAMPIRAN 10. RPL Layanan Konseling Individual 3.....	112
LAMPIRAN 11 Laporan Layanan Konseling Individual 1.....	114
LAMPIRAN 12 Laporan Layanan Konseling Individual 1.....	117
LAMPIRAN 13 Laporan Layanan Konseling Individual 1.....	120
LAMPIRAN 14. Surat Balasan Riset.....	123
LAMPIRAN 15 Kisi-Kisi Pedoman Wawancara Guru BK.....	124
LAMPIRAN 16 Kisi-Kisi Pedoman Wawancara Wali Kelas.....	125
LAMPIRAN 17 LAMPIRAN 15 Kisi-Kisi Pedoman Wawancara Siswa.....	126

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu pilar utama dalam pembangunan karakter bangsa. Melalui pendidikan, generasi muda diharapkan dapat mengembangkan potensi diri secara optimal, baik secara intelektual, emosional, maupun sosial. Namun demikian, dalam realitas kehidupan sekolah, tidak jarang dijumpai berbagai permasalahan perilaku yang dapat mengganggu proses pembelajaran dan perkembangan siswa, salah satunya adalah perilaku agresif. Perilaku agresif pada remaja khususnya di lingkungan sekolah menjadi persoalan yang semakin kompleks dan memerlukan penanganan yang serius dari berbagai pihak, termasuk guru bimbingan dan konseling.

Perilaku agresif merupakan tindakan yang dimaksudkan untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis. Menurut Berkowitz (dalam Priyatno & Sutoyo, 2022), perilaku agresif adalah segala bentuk perilaku yang bertujuan untuk menyakiti atau melukai individu lain yang tidak menginginkan datangnya perlakuan tersebut. Perilaku ini dapat berupa agresi fisik seperti memukul, menendang, dan berkelahi, maupun agresi verbal seperti memaki, mengejek, dan mengancam. Selain itu, terdapat pula agresi relasional yang mencakup perilaku memboikot, menyebarkan gossip, dan mengucilkan teman sebaya. Fenomena perilaku agresif di kalangan remaja sekolah menengah kejuruan

(SMK) semakin mengkhawatirkan karena dapat menimbulkan dampak negatif yang serius bagi korban maupun pelaku itu sendiri.

Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tahun 2023 menunjukkan bahwa kasus kekerasan dan perilaku agresif di lingkungan sekolah masih terus meningkat. Tercatat sebanyak 2.355 kasus pelanggaran hak anak terkait pendidikan, di mana salah satu faktor terbesar adalah perilaku agresif antarsiswa yang berujung pada perundungan (bullying). Fenomena ini tidak hanya terjadi di kota-kota besar, tetapi juga merambah ke sekolah-sekolah di daerah, termasuk sekolah-sekolah yang berada di bawah naungan yayasan pendidikan swasta seperti Taman Siswa. Situasi ini menunjukkan betapa mendesaknya kebutuhan akan intervensi yang efektif dan terstruktur dalam menangani perilaku agresif siswa (Rahmawati & Kurniawan, 2023).

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Taman Siswa sebagai salah satu institusi pendidikan yang memiliki komitmen terhadap pengembangan karakter siswa, tidak luput dari permasalahan perilaku agresif. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara yang dilakukan peneliti dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMK Taman Siswa, diperoleh informasi bahwa selama tahun ajaran 2024/2025, terdapat sejumlah siswa yang sering menunjukkan perilaku agresif baik di dalam maupun di luar kelas. Bentuk perilaku agresif yang paling sering dijumpai antara lain: berkelahi dengan teman, mengejek dan menghina sesama siswa, mengancam teman yang lemah, serta merusak fasilitas sekolah.

Kondisi ini tentunya sangat menghambat proses pembelajaran yang kondusif dan berpotensi mengganggu perkembangan psikologis siswa secara keseluruhan.

Perilaku agresif pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi regulasi emosi yang buruk, rendahnya kemampuan kontrol diri, serta kurangnya kecakapan sosial dalam menyelesaikan konflik secara konstruktif. Adapun faktor eksternal mencakup pengaruh lingkungan keluarga yang kurang kondusif, paparan media dengan konten kekerasan, pengaruh kelompok teman sebaya (*peer group*), serta kurangnya pengawasan dari pihak sekolah. Sudiana dan Yulianti (2022) menegaskan bahwa remaja yang tinggal dalam lingkungan keluarga dengan pola asuh yang otoriter atau permisif cenderung lebih rentan menunjukkan perilaku agresif karena mereka tidak mendapatkan model perilaku yang tepat dalam mengelola emosi dan konflik interpersonal.

Dalam konteks pendidikan, guru Bimbingan dan Konseling (BK) memegang peranan yang sangat strategis dalam membantu siswa mengatasi berbagai permasalahan, termasuk perilaku agresif. Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah layanan konseling individual. Konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli secara *face to face* (Prayitno & Amti, 2021). Melalui konseling individual, guru BK dapat membantu siswa untuk

mengidentifikasi akar permasalahan perilaku agresif mereka, mengembangkan kesadaran diri, dan melatih keterampilan baru yang lebih adaptif dalam menghadapi situasi yang memancing reaksi agresif.

Salah satu pendekatan yang dianggap efektif dalam menangani perilaku agresif adalah pendekatan behavioristik. Pendekatan behavioristik atau terapi perilaku (behavior therapy) didasarkan pada asumsi bahwa semua perilaku, baik yang adaptif maupun yang maladaptif, dipelajari melalui proses belajar dan dapat diubah melalui prinsip-prinsip belajar yang sama. Corey (2021) menjelaskan bahwa terapi perilaku berfokus pada pengidentifikasian masalah yang spesifik dan terukur, kemudian menerapkan teknik-teknik yang telah teruji secara empiris untuk mengubah perilaku tersebut. Dalam konteks perilaku agresif siswa, pendekatan behavioristik menawarkan berbagai teknik intervensi yang terstruktur dan berorientasi pada perubahan perilaku yang konkret dan terukur.

Terdapat beberapa teknik dalam pendekatan behavioristik yang relevan untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Pertama, teknik penguatan positif (positive reinforcement) yaitu memberikan hadiah atau penguatan setiap kali siswa menunjukkan perilaku yang tidak agresif. Kedua, teknik pemodelan (modeling) yaitu memberikan contoh perilaku yang tidak agresif sehingga siswa dapat menirunya. Ketiga, teknik token economy yang memberikan poin atau token ketika siswa berhasil mengendalikan perilaku agresifnya. Keempat, teknik relaksasi yang

membantu siswa untuk mengelola ketegangan emosional yang menjadi pemicu perilaku agresif. Kelima, teknik kontrak perilaku (behavioral contract) yang melibatkan kesepakatan tertulis antara siswa dan konselor mengenai target perilaku yang ingin dicapai (Latipun, 2022). Kombinasi teknik-teknik tersebut diharapkan dapat memberikan dampak yang signifikan dalam mengurangi perilaku agresif siswa.

Berbagai penelitian terdahulu telah membuktikan efektivitas pendekatan behavioristik dalam mengurangi perilaku agresif siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Setiawati (2022) pada siswa SMA di Surabaya menunjukkan bahwa konseling individual dengan teknik self-management berbasis behavioristik berhasil mengurangi frekuensi perilaku agresif siswa sebesar 68% setelah enam sesi konseling. Selanjutnya, penelitian Hidayat (2023) di Jakarta menemukan bahwa penerapan teknik token economy dalam setting konseling kelompok terbukti efektif menurunkan perilaku agresif verbal siswa SMK. Sementara itu, Fitriani dan Wahyuni (2024) melalui penelitiannya di Medan melaporkan bahwa kombinasi teknik relaksasi dan kontrak perilaku dalam konseling individual mampu menurunkan tingkat agresi siswa secara signifikan, dengan effect size yang tergolong besar ($d = 0.87$). Temuan-temuan penelitian tersebut menjadi landasan empiris yang kuat untuk menerapkan pendekatan serupa di SMK Taman Siswa.

SMK Taman Siswa sebagai lembaga pendidikan yang berlandaskan pada filosofi Ki Hajar Dewantara menjunjung tinggi nilai-nilai

kemanusiaan dan keadaban. Prinsip "Ing Ngarso Sung Tulodo, Ing Madyo Mangun Karso, Tut Wuri Handayani" menjadi pedoman dalam seluruh kegiatan pendidikan, termasuk dalam layanan bimbingan dan konseling. Namun, tantangan dalam menangani perilaku agresif siswa memerlukan pendekatan yang lebih sistematis dan terukur. Guru BK di SMK Taman Siswa saat ini telah memberikan layanan konseling kepada siswa yang bermasalah, namun belum secara konsisten menggunakan pendekatan tertentu yang terbukti efektif secara ilmiah. Hal ini mendorong peneliti untuk mengkaji secara lebih mendalam mengenai efektivitas penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik dalam mengurangi perilaku agresif siswa di sekolah tersebut (Suwardi & Hartono, 2023).

Meskipun penelitian mengenai konseling individual dengan pendekatan behavioristik sudah cukup banyak dilakukan, namun penelitian yang secara spesifik mengkaji penerapannya di lingkungan SMK dengan karakteristik siswa yang memiliki latar belakang vokasional masih relatif terbatas. Siswa SMK memiliki karakteristik yang berbeda dengan siswa SMA pada umumnya, di mana mereka lebih banyak terlibat dalam kegiatan praktek dan berinteraksi dalam kelompok-kelompok kecil yang rawan terjadinya konflik. Menurut Santrock (dalam Mulyadi, 2022), masa remaja merupakan periode yang penuh gejolak emosional dan kognitif, sehingga intervensi yang tepat sasaran dan kontekstual sangat diperlukan. Penelitian ini diharapkan dapat mengisi celah (gap) dalam literatur ilmiah

sekaligus memberikan kontribusi praktis bagi penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling di SMK.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif siswa merupakan permasalahan yang kompleks dan memerlukan penanganan yang komprehensif dan berbasis bukti. Layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik menawarkan kerangka kerja yang terstruktur, sistematis, dan terbukti efektif dalam mengubah perilaku bermasalah menjadi perilaku yang lebih adaptif. Oleh karena itu, peneliti merasa terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMK Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026." Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis dalam upaya pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang berkualitas di SMK Taman Siswa khususnya, dan di dunia pendidikan pada umumnya.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut.

1. Adanya siswa yang suka berkata-kata kasar dengan teman bahkan denganguru di sekolah.
2. Adanyan siswa yang suka melakukan kekerasan fisik dengan teman.
3. Adanya siswa yang tidak mampu mengendalikan diri dalam berperilaku.

4. Layanan konseling individual terkait perilaku agresif ini jarang dilakukan.

1.3 Fokus Peneliiian

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah pada penelitian ini difokuskan pada “Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk engurangi Perilaku Agresif siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut. “Bagaimana Penerapan Layanan Konseling Individual dengan menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Bagaimana Penerapan Layanan Konseling Individual dengan menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif siswa di SMK Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

1.6 Manfaat Penelitian

Terdapat dua manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini. Manfaatnya terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis, yaitu sebagai berikut.

1. Manfaat Teoretis

Sumbangan pemikiran ilmiah bagi pengembangan kemajuan dan khasanah ilmu pengetahuan serta teknologi terkhusus dalam bidang bimbingan dan konseling serta ilmu pada umumnya, yang memiliki kaitan dengan perilaku agresif siswa.

2. Manfaat praktis

a. Konselor atau Guru BK

Penelitian ini dapat mengetahui analisis permasalahan siswa tentang perilaku agresif siswa yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan program bimbingan dan konseling, serta upaya pengentasan masalah perilaku agresif siswa.

b. Orangtua

Penelitian ini berguna untuk dapat memberikan pemahaman kepada orangtua agar dapat membimbing, mengarahkan, dan membentuk perilaku anak agar tidak memiliki perilaku agresif.

c. Peneliti Selanjutnya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi kepada peneliti yang akan meneliti variabel yang sama dan memberikan kelanjutan seperti tindakan yang akan dilakukan dalam mengurangi perilaku agresif siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kerangka Teoretis

1. Perilaku Agresif

1.1 Pengertian Perilaku Agresif

Perilaku agresif merupakan salah satu fenomena psikologis yang telah lama menjadi perhatian para ahli di bidang psikologi, sosiologi, dan ilmu perilaku. Secara etimologis, kata agresi berasal dari bahasa Latin “aggređi” yang berarti menyerang atau mendekati dengan niat menyerang. Dalam perkembangan ilmu pengetahuan, pengertian perilaku agresif terus mengalami perluasan dan penyempurnaan mengikuti perkembangan penelitian empiris.

Anderson dan Bushman (2021) mendefinisikan perilaku agresif sebagai segala bentuk perilaku yang secara sengaja ditujukan untuk menyebabkan kerugian pada individu lain yang tidak menginginkan perlakuan tersebut. Definisi ini menekankan tiga komponen utama, yaitu: adanya niat yang disengaja untuk menyakiti, adanya target berupa individu lain, dan ketidakinginan korban terhadap perlakuan yang diterima.

Krahe (2020) mengartikan perilaku agresif sebagai tindakan yang secara sengaja dilakukan dengan tujuan menyebabkan kerugian atau kerusakan pada orang lain, baik dalam bentuk fisik, verbal, maupun relasional. Krahe menekankan bahwa agresi bukan sekadar perasaan atau

pikiran negatif, melainkan manifestasi perilaku nyata yang dapat diamati dan diukur secara empiris.

Wilkowski dan Robinson (2022) mendefinisikan agresi dalam kerangka cognitive-neoassociation model sebagai perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau merugikan orang lain dan dilatarbelakangi oleh afek negatif serta skema kognitif yang membentuk pola interpretasi permusuhan. Unsur niat (intention) dalam definisi ini menjadi komponen krusial yang membedakan perilaku agresif dari perilaku yang secara kebetulan menyebabkan kerugian.

Bushman (2022) dalam tinjauan komprehensifnya mendefinisikan agresi sebagai perilaku yang diarahkan terhadap individu lain dengan niat langsung menyebabkan kerugian, dan individu tersebut termotivasi untuk menghindari perlakuan tersebut. Bushman membedakan agresi dari kekerasan (violence) yang hanya merujuk pada bentuk agresi fisik ekstrem yang berpotensi menimbulkan cedera serius.

Huesmann, Dubow, dan Boxer (2022) menekankan bahwa perilaku agresif merupakan konstruk multidimensi yang mencakup komponen kognitif, afektif, dan motorik. Menurut mereka, pemahaman yang komprehensif tentang agresi harus mempertimbangkan ketiga komponen ini secara terintegrasi dalam konteks perkembangan individu sejak masa kanak-kanak hingga dewasa.

Dari berbagai definisi yang dikemukakan para ahli di atas, dapat dipahami bahwa perilaku agresif adalah segala bentuk tindakan yang

disengaja, baik secara fisik, verbal, maupun relasional, yang ditujukan untuk menyakiti, merugikan, atau membahayakan individu lain yang tidak menghendaki perlakuan tersebut. Unsur-unsur utama yang membentuk perilaku agresif meliputi: (a) adanya niat yang disengaja, (b) adanya target yang jelas berupa individu lain, (c) kemungkinan terjadinya kerugian atau bahaya, dan (d) ketidakinginan korban terhadap perlakuan tersebut.

1.2 Jenis-Jenis Perilaku Agresif

Para ahli mengklasifikasikan perilaku agresif ke dalam berbagai kategori berdasarkan karakteristik dan manifestasinya. Dalam tinjauan psikometrik terkini, Fossati et al. (2021) mengkonfirmasi bahwa klasifikasi multidimensional agresi memberikan pemahaman yang lebih komprehensif dan akurat dibandingkan konseptualisasi unidimensional.

a. Berdasarkan Modalitas

Berdasarkan modalitasnya, perilaku agresif dibedakan menjadi: (1) Agresi fisik, yaitu tindakan agresif yang melibatkan kontak fisik langsung seperti memukul, menendang, mendorong, melukai, atau membunuh; (2) Agresi verbal, yaitu tindakan agresif yang diwujudkan melalui kata-kata seperti mengancam, menghina, mencaci maki, memaki, dan menyumpahi; (3) Agresi relasional/sosial, yaitu tindakan yang ditujukan untuk merusak hubungan atau status sosial seseorang melalui penyebaran gosip, pengucilan, atau manipulasi hubungan pertemanan (Vaillancourt & Farrell, 2021).

b. Berdasarkan Tujuan (Fungsi)

Krahe (2020) membedakan antara: (1) Agresi reaktif (reactive aggression), yaitu agresi yang didorong oleh emosi negatif (kemarahan, kebencian) dengan tujuan utama menyakiti target. Agresi jenis ini biasanya merupakan respons terhadap provokasi nyata maupun yang dipersepsikan; dan (2) Agresi proaktif (proactive aggression), yaitu agresi yang digunakan sebagai instrumen untuk mencapai tujuan tertentu selain menyakiti korban, seperti mendapatkan uang, status, atau kekuasaan. Agresi proaktif lebih terencana dan tidak selalu didahului oleh emosi negatif yang intens. Perbedaan antara kedua jenis agresi ini memiliki implikasi penting bagi strategi intervensi dan penanganan.

c. Berdasarkan Bentuk Penyerangan

Berdasarkan arah penyerangannya, agresi dibedakan menjadi: (1) Agresi langsung (direct aggression), yaitu agresi yang secara terbuka dan langsung ditujukan kepada target, baik fisik maupun verbal; dan (2) Agresi tidak langsung (indirect aggression), yaitu agresi yang diekspresikan secara tertutup atau melalui perantara, seperti fitnah, sabotase diam-diam, atau merusak properti seseorang. Archer (2021) menemukan bahwa terdapat perbedaan pola dalam penggunaan agresi langsung dan tidak langsung yang berkaitan dengan karakteristik kepribadian dan konteks sosial individu.

d. Agresi Siber (Cyber Aggression)

Perkembangan teknologi digital melahirkan bentuk baru agresi yang dikenal sebagai cyber aggression atau cyberbullying. Kowalski et al. (2023) mendefinisikan agresi siber sebagai perilaku agresif yang dilakukan melalui media elektronik dan internet, seperti pengiriman pesan mengancam, penyebaran konten memalukan, atau pelecehan online. Agresi siber memiliki karakteristik unik yaitu anonimitas pelaku, jangkauan yang luas, persistensi konten, dan aksesibilitas yang tanpa batas waktu. Dampak psikologis agresi siber terbukti tidak kalah serius, bahkan dalam beberapa aspek lebih parah, dibandingkan agresi konvensional karena korban tidak dapat melarikan diri dari paparan tersebut.

1.3 Aspek-Aspek Perilaku Agresif

Buss dan Perry (dalam Fossati et al., 2021) merupakan tokoh yang paling berpengaruh dalam mengoperasionalkan aspek-aspek perilaku agresif melalui Aggression Questionnaire (AQ). Mereka mengidentifikasi empat aspek utama yang secara konsisten digunakan dalam berbagai penelitian hingga saat ini dan telah divalidasi di berbagai budaya dan kelompok usia. Keempat aspek tersebut adalah sebagai berikut.

a. Agresi Fisik (Physical Aggression)

Agresi fisik merupakan aspek motorik dari agresi yang melibatkan tindakan menyakiti atau mencederai orang lain secara fisik. Indikatornya meliputi: memukul, menendang, mendorong, mencakar, menggigit, atau menggunakan senjata untuk menyerang orang lain. Denson et al. (2020)

menjelaskan bahwa agresi fisik berkaitan erat dengan disfungsi sistem regulasi emosi pada level neurobiologis, khususnya interaksi antara amygdala dan prefrontal cortex.

b. Agresi Verbal (Verbal Aggression)

Agresi verbal merupakan aspek ekspresif dari agresi yang diwujudkan melalui kata-kata. Indikatornya meliputi: mengancam, memaki, menghina, berargumentasi dengan keras, meneriaki, atau menyebarkan hal-hal negatif tentang orang lain. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa agresi verbal memiliki dampak psikologis yang tidak kalah serius dibandingkan agresi fisik, bahkan pada beberapa kasus menimbulkan trauma yang lebih mendalam (Turner et al., 2022).

c. Kemarahan (Anger)

Kemarahan merupakan komponen afektif atau emosional dari agresi. Kemarahan mencakup gejala emosi yang ditandai dengan peningkatan arousal fisiologis dan perasaan tidak menyenangkan yang kuat. Indikatornya meliputi: merasa mudah tersulut emosi, sulit mengendalikan amarah, merasa kesal berkepanjangan, dan mengalami ketegangan internal yang kuat ketika berhadapan dengan situasi yang tidak menyenangkan. Wilkowski dan Robinson (2022) menekankan bahwa kemarahan berfungsi sebagai jembatan afektif antara provokasi dan perilaku agresif.

d. Permusuhan (Hostility)

Permusuhan merupakan komponen kognitif dari agresi yang melibatkan penilaian dan atribusi negatif terhadap orang lain. Indikatornya meliputi: kecurigaan berlebihan terhadap niat orang lain (hostile attribution bias), rasa dendam yang berkepanjangan, sikap iri dan dengki, serta kecenderungan untuk menafsirkan tindakan orang lain secara negatif. Huesmann et al. (2022) menjelaskan bahwa hostile attribution bias yang terbentuk sejak dini melalui pengalaman viktimisasi merupakan salah satu mekanisme kognitif yang paling kuat dalam memprediksi agresi jangka panjang.

1. 4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif

Munculnya perilaku agresif dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi secara kompleks. Anderson dan Bushman (2021) dalam General Aggression Model membedakan faktor-faktor tersebut ke dalam faktor internal (personal) dan faktor eksternal (situasional).

a. Faktor Internal

Pertama, faktor biologis dan neurobiologis. Penelitian terbaru di bidang neurobiologi menunjukkan bahwa agresi berkaitan erat dengan aktivitas beberapa struktur otak, terutama amygdala (pemrosesan emosi) dan prefrontal cortex (regulasi impuls). Denson et al. (2020) menemukan bahwa individu dengan aktivitas amygdala yang tinggi dan fungsi prefrontal cortex yang rendah cenderung lebih agresif dan mengalami kesulitan dalam mengendalikan impuls agresif. Selain itu, neurotransmitter

seperti serotonin dan sistem dopaminergik terbukti memiliki peran krusial dalam modulasi perilaku agresif.

Kedua, faktor kepribadian. Berbagai trait kepribadian telah dikaitkan dengan kecenderungan agresi. Menurut Denson et al. (2020), trait hostility, narcissism, dark triad (narcissism, Machiavellianism, psychopathy), rendahnya trait agreeableness, dan tingginya trait neuroticism secara konsisten berhubungan positif dengan perilaku agresif. Selain itu, rendahnya kapasitas regulasi emosi dan rendahnya empati juga terbukti meningkatkan risiko perilaku agresif. Temuan ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan program intervensi berbasis kepribadian.

Ketiga, faktor kognitif. Huesmann et al. (2022) menjelaskan bahwa skema kognitif agresif atau hostile attribution bias, yaitu kecenderungan untuk menginterpretasikan tindakan ambigu orang lain sebagai niat permusuhan, merupakan prediktor penting perilaku agresif yang terbentuk sejak masa kanak-kanak. Selain itu, normative beliefs yang mendukung agresi sebagai cara yang sah untuk menyelesaikan konflik, serta rendahnya moral reasoning, juga berperan dalam memfasilitasi perilaku agresif.

b. Faktor Eksternal

Pertama, pengaruh keluarga. Pola asuh orang tua merupakan salah satu faktor eksternal paling determinan dalam pembentukan perilaku agresif. Farrell et al. (2022) menunjukkan bahwa pola asuh yang keras,

ketidakkonsistenan disiplin, dan paparan terhadap kekerasan domestik berkorelasi positif dengan perkembangan perilaku agresif pada anak dan remaja. Penelitian longitudinal mereka juga mengonfirmasi bahwa pengaruh pola asuh orang tua terhadap agresi anak berlangsung secara bertahap dan kumulatif dari waktu ke waktu.

Kedua, pengaruh teman sebaya dan kelompok. Mekanisme konformitas sosial dan tekanan kelompok dapat memperkuat atau menghambat perilaku agresif. Prinstein dan Giletta (2020) menemukan bahwa afiliasi dengan teman sebaya yang agresif, norma kelompok yang mendukung agresi, dan proses deindividuasi dalam kelompok secara signifikan meningkatkan kecenderungan agresi individu. Proses seleksi (memilih teman yang agresif) dan sosialisasi (dipengaruhi teman yang agresif) keduanya berperan dalam dinamika ini.

Ketiga, paparan media dan teknologi. Penelitian meta-analitik Anderson et al. (2020) terhadap ratusan studi menemukan hubungan yang konsisten antara paparan terhadap konten kekerasan di media (televisi, video game, film, media sosial) dengan peningkatan perilaku agresif. Paparan konten kekerasan terbukti meningkatkan pikiran agresif, perasaan agresif, dan menurunkan empati serta inhibisi terhadap perilaku agresif melalui proses desensitisasi bertahap.

Keempat, faktor lingkungan fisik dan sosial-ekonomi. Kondisi lingkungan fisik seperti kebisingan, suhu tinggi, kepadatan penduduk, serta kondisi ekonomi yang buruk juga berpengaruh pada munculnya

perilaku agresif. Anderson et al. (2020) dalam berbagai studi menjelaskan bahwa suhu udara yang tinggi secara signifikan meningkatkan arousal fisiologis dan mengurangi toleransi terhadap provokasi. Selain itu, tekanan ekonomi dan ketidaksetaraan sosial juga merupakan faktor risiko struktural yang penting.

1.5 Dampak Perilaku Agresif

Perilaku agresif menimbulkan dampak negatif yang serius bagi berbagai pihak. Dampak tersebut dapat dikelompokkan berdasarkan siapa yang terkena dampaknya secara langsung maupun tidak langsung.

a. Dampak bagi Korban

Korban perilaku agresif dapat mengalami dampak fisik berupa cedera, dan dampak psikologis yang jauh lebih luas dan bertahan lama. Turner et al. (2022) menemukan bahwa individu yang menjadi korban agresi, khususnya pada usia perkembangan, berisiko tinggi mengalami gangguan kecemasan, depresi, post-traumatic stress disorder (PTSD), rendahnya harga diri, dan gangguan hubungan interpersonal jangka panjang. Mereka juga menemukan bahwa semakin banyak jenis viktimisasi yang dialami (poly-victimization), semakin parah dampak psikologisnya.

b. Dampak bagi Pelaku

Pelaku agresi juga tidak terlepas dari berbagai konsekuensi negatif. Prinstein dan Giletta (2020) mencatat bahwa pelaku agresi cenderung

mengalami penolakan sosial, gangguan hubungan pertemanan, masalah akademis, keterlibatan dalam perilaku kenakalan yang lebih serius, dan risiko perkembangan kepribadian antisosial. Pada jangka panjang, pola agresif yang tidak tertangani dapat berujung pada keterlibatan dalam tindak kriminal dan gangguan fungsi sosial yang signifikan.

c. Dampak bagi Lingkungan Sosial

Pada tingkat lingkungan sosial, perilaku agresif merusak iklim sosial, menurunkan rasa aman komunitas, dan menghambat fungsi normal institusi pendidikan maupun kerja. Vaillancourt et al. (2021) menunjukkan bahwa sekolah dengan tingkat agresi tinggi cenderung memiliki iklim sekolah yang negatif, keterlibatan siswa yang rendah, hasil belajar yang lebih buruk, dan tingkat absensi yang lebih tinggi. Dampak ini menciptakan siklus negatif yang memperparah masalah agresi di lingkungan tersebut.

2. Layanan Konseling Individual

2.1 Pengertian Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual merupakan salah satu layanan inti dalam bimbingan dan konseling yang memiliki kedudukan paling strategis di antara berbagai jenis layanan yang ada. Konseling individual memberikan ruang yang bersifat pribadi, rahasia, dan terstruktur bagi konseli untuk mengeksplorasi permasalahan yang dihadapi, memahami diri sendiri secara

lebih mendalam, serta menemukan solusi yang konstruktif dengan bantuan seorang konselor yang terlatih secara profesional.

Corey (2021) mendefinisikan konseling individual sebagai suatu proses relasional yang bersifat interpersonal antara konselor dan konseli dalam setting pertemuan tatap muka yang bertujuan membantu konseli mengalami perubahan yang bermakna dalam kehidupannya. Konseling individual menurut Corey bukan sekadar pemberian nasihat atau informasi, melainkan suatu perjalanan eksploratif yang mendalam tentang pikiran, perasaan, dan perilaku konseli dalam konteks kehidupannya secara utuh.

Gladding (2022) mendefinisikan konseling individual sebagai suatu proses yang melibatkan hubungan profesional antara konselor yang terlatih dan konseli, yang bertujuan untuk membantu konseli memahami dan mengklarifikasi pandangan terhadap ruang kehidupan yang dijalani, serta belajar mencapai tujuan-tujuan yang ditetapkan sendiri melalui pilihan-pilihan yang bermakna dan penyelesaian masalah yang bersifat emosional atau interpersonal. Gladding menekankan bahwa konseling individual selalu bersifat personal, volunter, dan menghormati otonomi konseli.

Menurut Erford (2022), konseling individual adalah proses yang sangat personal dan bersifat dua arah antara konselor dan seorang konseli yang membahas masalah atau isu yang bersifat pribadi. Dalam proses tersebut, konselor menggunakan keterampilan komunikasi terapeutik, pengetahuan tentang perilaku manusia, dan berbagai teknik konseling untuk membantu

konseli mengembangkan wawasan, mempelajari keterampilan baru, dan membuat keputusan yang lebih adaptif.

Dalam konteks bimbingan dan konseling di sekolah, Prayitno (2020) mendefinisikan layanan konseling individual sebagai layanan yang memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang diderita konseli. Prayitno menegaskan bahwa layanan konseling individual merupakan “jantungnya” layanan bimbingan dan konseling karena di sinilah inti dari proses pertolongan profesional berlangsung secara langsung dan personal.

Sutoyo (2022) mengemukakan bahwa konseling individual adalah layanan profesional yang diberikan oleh konselor kepada konseli secara perorangan dan bersifat rahasia, dengan tujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami konseli melalui pengembangan pemahaman diri, penguatan kapasitas adaptif, dan perubahan perilaku yang dikehendaki konseli itu sendiri. Sutoyo menekankan aspek kerahasiaan dan voluntarisme sebagai prasyarat keberhasilan konseling individual.

Berdasarkan berbagai definisi yang telah dikemukakan oleh para ahli di atas, dapat disintesis bahwa layanan konseling individual adalah suatu proses interaksi profesional yang bersifat pribadi, rahasia, dan terstruktur antara konselor yang terlatih dengan seorang konseli, yang berlangsung dalam setting tatap muka, dengan tujuan untuk membantu konseli memahami dirinya secara lebih mendalam, mengeksplorasi dan mengentaskan permasalahan

yang dihadapi, serta mengembangkan kapasitas adaptif untuk mengambil keputusan dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna dan fungsional.

2.2 Tujuan Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual memiliki tujuan yang bersifat multi-dimensi, mencakup aspek kognitif, afektif, dan behavioral. Corey (2021) menjelaskan bahwa tujuan konseling individual secara umum adalah membantu konseli mencapai perubahan yang bermakna dalam cara berpikir, merasakan, dan berperilaku sehingga mereka dapat menjalani kehidupan yang lebih memuaskan dan fungsional.

Menurut Gladding (2022), tujuan layanan konseling individual dapat dikelompokkan menjadi tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum konseling individual meliputi: (a) memfasilitasi perubahan perilaku konseli ke arah yang lebih adaptif; (b) meningkatkan keterampilan coping konseli dalam menghadapi masalah dan tantangan kehidupan; (c) membantu konseli membuat keputusan yang efektif dan bertanggung jawab; serta (d) meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis konseli secara keseluruhan. Sedangkan tujuan khusus konseling individual bervariasi tergantung pada permasalahan spesifik yang dibawa konseli dan pendekatan konseling yang digunakan.

Prayitno (2020) dalam konteks bimbingan dan konseling di Indonesia merumuskan tujuan layanan konseling individual sebagai berikut: (a) tujuan umum, yaitu pengentasan masalah konseli (problem solving); dan (b) tujuan khusus, yang meliputi pemahaman diri yang lebih akurat, penerimaan diri

yang tulus, pengarahannya yang positif, perwujudannya yang optimal, pemeliharaan kondisi kejiwaan yang positif, serta kemampuan untuk berkomunikasi dan bersosialisasi secara efektif. Prayitno menegaskan bahwa tujuan-tujuan ini saling terkait dan bermuara pada fungsi layanan, yaitu fungsi pemahaman, fungsi pengentasan, fungsi pencegahan, dan fungsi pengembangan.

Erford (2022) menyebutkan bahwa tujuan konseling individual dalam setting sekolah berfokus pada tiga domain utama: (a) domain akademik, yaitu membantu siswa mengatasi hambatan belajar dan meningkatkan performa akademis; (b) domain karier, yaitu membantu siswa mengeksplorasi potensi dan merencanakan masa depan karier; dan (c) domain sosial-emosional, yaitu membantu siswa mengembangkan keterampilan interpersonal, regulasi emosi, dan kesehatan mental yang positif.

2.3 Fungsi Layanan Konseling Individual

Prayitno (2012:45) menjelaskan asas-asas yang ada dalam layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut.

Layanan konseling individual mengemban berbagai fungsi penting dalam rangka mendukung perkembangan dan kesejahteraan konseli. Prayitno (2020) mengelaborasi fungsi-fungsi layanan konseling individual sebagai berikut

a. Fungsi Pemahaman (Understanding)

Fungsi pemahaman berkaitan dengan upaya konselor untuk membantu konseli memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif

tentang diri sendiri, meliputi kekuatan dan keterbatasan diri, sumber-sumber masalah yang dihadapi, dan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangannya. Melalui fungsi ini, konseli dibantu untuk mengembangkan self-awareness yang lebih akurat sebagai fondasi untuk perubahan konstruktif (Corey, 2021).

b. Fungsi Pengentasan (Curative)

Fungsi pengentasan merupakan fungsi sentral konseling individual, yaitu membantu konseli untuk mengentaskan, memecahkan, atau mengatasi masalah yang sedang dihadapi. Pengentasan masalah dilakukan bukan dengan cara konselor yang menyelesaikan masalah konseli, melainkan dengan membantu konseli mengembangkan kemampuan dan kepercayaan dirinya untuk mengatasi masalah tersebut secara mandiri (Sutoyo, 2022)

c. Fungsi Pencegahan (Preventive)

Fungsi pencegahan bermakna bahwa konseling individual tidak hanya berurusan dengan masalah yang sudah ada, tetapi juga berperan dalam mencegah timbulnya masalah-masalah baru di kemudian hari. Dengan meningkatkan kapasitas adaptif, keterampilan coping, dan pemahaman diri konseli, konseling individual secara tidak langsung membantu konseli menghindari potensi permasalahan yang mungkin muncul (Erford, 2022).

d. Fungsi Pengembangan (Developmental)

Fungsi pengembangan menekankan bahwa konseling individual tidak bersifat “problem-centered” semata, melainkan juga “growth-

centered”. Konseling individual berupaya mengoptimalkan potensi-potensi positif konseli, mengembangkan keterampilan-keterampilan baru yang diperlukan untuk menghadapi tantangan kehidupan, dan mendukung konseli untuk tumbuh menjadi individu yang lebih matang dan berfungsi penuh (Gladding, 2022).

e. Fungsi Advokasi (Advocacy)

Dalam perspektif konseling kontemporer, Ratts et al. (2020) menambahkan fungsi advokasi sebagai dimensi penting konseling individual. Fungsi advokasi berarti konselor tidak hanya berfokus pada perubahan internal konseli, tetapi juga berperan dalam mengidentifikasi dan mengatasi hambatan-hambatan sistemik, sosial, atau lingkungan yang menjadi sumber masalah konseli. Konselor sebagai advokat berperan untuk memperjuangkan kondisi-kondisi yang lebih kondusif bagi perkembangan konseli.

2.4 Tahap-Tahap Layanan Konseling Individual

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut brammer (dalam Willis, 2017:50) proses konseling adalah peristiwa yang telah berlangsung dan memberi makna bagi peserta koseling tersebut (konselor dan klien).

Setiap tahapan proses konseling individu membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling individu tidak mencapai rapport. Dengan demikian proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh peserta konseling

(konselor klien) sebagai hal yang menjemukan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna. Secara umum proses konseling individu dibagi atas tiga tahapan :

1) Tahap awal konseling. Tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, atau masalah klien. Adapun proses konseling tahap awal sebagai berikut :

a. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien.

Hubungan konseling bermakna ialah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor. Hubungan tersebut dinamakan *a working realitionship*, yakni hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan proses konseling individu amat ditentukan oleh keberhasilan pada tahap awal ini. Kunci keberhasilan terletak pada : (pertama) keterbukaan konselor. (kedua) keterbukaan klien, artinya dia dengan jujur mengungkapkan isi hati, perasaan, harapan, dan sebagainya. Namun, keterbukaan ditentukan oleh faktor konselor yakni dapat dipercayai klien karena dia tidak berpura-pura, akan tetapi jujur, asli, mengerti, dan menghargai. (ketiga) konselor mampu melibatkan klien terus menerus dalam proses konseling. Karena dengan demikian, maka proses konseling individu akan lancar dan segera dapat mencapai tujuan konseling individu.

b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dimana klien telah melibatkan diri, berarti kerjasama antara konselor dengan klien akan dapat mengangkat isu, kepedulian, atau masalah yang ada pada klien. Sering klien tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin dia hanya mengetahui gejala-gejala yang dialaminya. Karena itu amatlah penting peran konselor untuk membantu memperjelas masalah klien. Demikian pula klien tidak memahami potensi apa yang dimilikinya, maka tugas konselor lah untuk membantu mengembangkan potensi, memperjelas masalah, dan membantu mendefinisikan masalahnya bersama-sama.

c. Membuat penafsiran dan penjajakan

Konselor berusaha menjajaki atau menaksir kemungkinan mengembangkan isu atau masalah, dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan diaprosemenentukan berbagai alternatif yang sesuai bagiantisipasi masalah.

d. Menegosiasikan kontrak

Kontrak artinya perjanjian antara konselor dengan klien. Hal itu berisi: (1) kontrak waktu, artinya berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan. (2) Kontrak tugas, artinya konselor apa tugasnya, dan klien apa pula. (3) kontrak kerjasama dalam proses konseling. Kontrak menggariskan

kegiatan konseling, termasuk kegiatan klien dan konselor. Artinya mengandung makna bahwa konseling adalah urusan yang saling ditunjuk, dan bukan pekerjaan konselor sebagai ahli. Disamping itu juga mengandung makna tanggung jawab klien, dan ajakan untuk kerja sama dalam proses konseling.

2) Tahap Pertengahan (Tahap Kerja).

Berangkat dari definisi masalah klien yang disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada : (1) penjelajahan masalah klien; (2) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien. Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh perspektif baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dari sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Dengan adanya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri klien menuju perubahan. Tanpa perspektif maka klien sulit untuk berubah. Adapun tujuan-tujuan dari tahap pertengahan ini yaitu :

- a) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian klien lebih jauh. Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar kliennya mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan *reassessment* (penilaian kembali) dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama. Jika klien bersemangat, berarti dia sudah begitu terlibat dan terbuka. Dia akan

melihat masalahnya dari perspektif atau pandangan yang lain yang lebih objektif dan mungkin pula berbagai alternatif.

- b) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara. Hal ini bisa terjadi jika : pertama, klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalahnya. Kedua, konselor berupaya kreatif dengan keterampilan yang bervariasi, serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberi bantuan. Kreativitas konselor dituntut pula untuk membantu klien menemukan berbagai alternatif sebagai upaya untuk menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri.
- c) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Karena itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat dalam pikirannya. Pada tahap pertengahan konseling ada lagi beberapa strategi yang perlu digunakan konselor yaitu: pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti, yakni agar klien selalu jujur dan terbuka, dan menggali lebih dalam masalahnya. Karena kondisi sudah amat kondusif, maka klien sudah merasa aman, dekat, terundang dan tertantang untuk memecahkan masalahnya. Kedua, menantang klien sehingga dia mempunyai strategi baru dan rencana

baru, melalui pilihan dari beberapa alternatif, untuk meningkatkan dirinya.

3) Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan). Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu:

- a) Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b) Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.
- c) Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- d) Terjadinya perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berfikir realistik dan percaya diri.

Tujuan-tujuan tahap akhir adalah sebagai berikut :

- a. Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadahi. Klien dapat melakukan keputusan tersebut karena dia sejak awal sudah menciptakan berbagai alternatif dan mendiskusikanya dengan konselor, lalu dia putuskan alternatif mana yang terbaik. Pertimbangan keputusan itu tentunya berdasarkan kondisi objektif yang ada pada diri dan di luar diri. Saat ini dia sudah berpikir realistik dan dia tahu keputusan yang mungkin dapat dilaksanakan

sesuai tujuan utama yang ia inginkan.

- b. Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien. Klien belajar dari proses konseling mengenai perilakunya dan hal-hal yang membuatnya terbuka untuk mengubah perilakunya diluar proses konseling. Artinya, klien mengambil makna dari hubungan konseling untuk kebutuhan akan suatu perubahan.
- c. Melaksanakan perubahan perilaku .Pada akhir konseling klien sadar akan perubahan sikap dan perilakunya. Sebab ia datang minta bantuan adalah atas kesadaran akan perlunya perubahan pada dirinya.
- d. Mengakhiri hubungan konseling. Mengakhiri konseling harus atas persetujuan klien. Sebelum ditutup ada beberapa tugas klien yaitu : pertama, membuat kesimpulan-kesimpulan mengenai hasil proses konseling; kedua, mengevaluasi jalanya proses konseling; ketiga, membuatperjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Beberapa indikator keberhasilan konseling adalah:

1. Menurunnya kecemasan klien.
2. Mempunyai rencana hidup yang praktis,pragmatis, dan berguna.
3. Harus ada perjanjian kapan rencananya akan dilaksanakan sehingga pada pertemuan berikutnya konselor sudah berhasil mengecek hasil rencananya.
4. Mengenai evaluasi, terdiri dari beberapa hal yaitu :
 - a) Klien menilai rencana perilaku yang akan dibuatnya.
 - b) Klien menilai perubahan perilaku yang telah terjadi

3. Pendekatan Behavioristik

3.1 Pengertian Pendekatan Behavioristik

Pendekatan behavioristik dalam konseling dan psikoterapi merupakan orientasi teoritis dan praktis yang berlandaskan pada prinsip-prinsip ilmu perilaku yang diperoleh melalui penelitian eksperimental yang sistematis dan ketat. Pemahaman yang komprehensif tentang pendekatan ini memerlukan tinjauan dari berbagai sudut pandang para ahli terkemuka.

Spiegler (2022) mendefinisikan pendekatan behavioristik sebagai suatu pendekatan dalam terapi dan konseling yang menerapkan prinsip-prinsip conditioning dan belajar yang telah ditetapkan secara ilmiah untuk mengubah perilaku maladaptif dan mengembangkan perilaku adaptif. Spiegler menekankan tiga karakteristik utama pendekatan ini, yaitu: orientasi ilmiah yang ketat, fokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur, serta penekanan pada situasi dan lingkungan saat ini sebagai determinan utama perilaku.

Kazdin (2021) mendefinisikan pendekatan behavioristik sebagai aplikasi sistematis dari prinsip-prinsip belajar yang diperoleh dari penelitian eksperimental untuk mengubah perilaku yang signifikan secara sosial. Kazdin menekankan aspek “signifikan secara sosial” yang bermakna bahwa perubahan perilaku yang dicapai harus benar-benar bermakna bagi kehidupan nyata konseli dan lingkungannya, bukan sekadar perubahan statistik yang trivial.

Corey (2021) mendefinisikan konseling behavioristik sebagai suatu pendekatan yang berfokus pada kondisi-kondisi yang dipelajari yang menyebabkan gangguan psikologis dan pada penggunaan teknik-teknik belajar untuk mengubah pola pikir, perasaan, dan perilaku yang bermasalah. Corey menegaskan bahwa pendekatan behavioristik kontemporer tidak hanya berkaitan dengan perilaku yang tampak saja, tetapi juga dengan proses-proses internal seperti pikiran, keyakinan, dan emosi yang dapat dioperasionalisasikan dan diukur.

Miltenberger (2022) memberikan definisi yang lebih teknis dengan menjelaskan behavior modification sebagai penerapan prinsip-prinsip dan teknik-teknik dari analisis perilaku eksperimental untuk memahami dan mengubah perilaku manusia. Miltenberger menekankan bahwa modifikasi perilaku selalu berbasis data empiris, menggunakan desain penelitian yang ketat untuk mengevaluasi efektivitas intervensi, dan memprioritaskan pengukuran perilaku yang objektif dan reliabel.

Dobson dan Dobson (2022) dalam konteks Cognitive Behavioral Therapy mendefinisikan pendekatan behavioral sebagai landasan epistemologis yang menekankan bahwa masalah psikologis merupakan hasil dari proses pembelajaran yang keliru (*faulty learning*) dan dapat diatasi melalui penerapan prinsip-prinsip belajar yang baru dan lebih adaptif. Pandangan ini memposisikan gangguan psikologis bukan sebagai penyakit atau psikopatologi yang berakar pada konflik bawah sadar, melainkan sebagai

pola perilaku maladaptif yang dapat diubah melalui intervensi berbasis belajar.

Berdasarkan berbagai definisi yang telah dikemukakan para ahli di atas, dapat disintesis bahwa pendekatan behavioristik adalah suatu orientasi teoritis dan praktis dalam konseling dan psikoterapi yang berlandaskan pada prinsip-prinsip ilmiah tentang belajar dan modifikasi perilaku, yang bertujuan untuk mengubah pola-pola perilaku, kognitif, dan emosional yang maladaptif menjadi lebih adaptif melalui penerapan teknik-teknik yang telah terbukti secara empiris, dengan fokus pada kondisi-kondisi lingkungan dan situasional yang memengaruhi perilaku serta dapat diamati dan diukur secara objektif.

3.2 Asumsi Dasar Pendekatan Behavioristik

Pendekatan behavioristik berdiri di atas serangkaian asumsi filosofis dan epistemologis yang membedakannya dari pendekatan-pendekatan lain dalam konseling dan psikoterapi. Corey (2021) mengidentifikasi beberapa asumsi dasar yang menjadi fondasi pendekatan ini

a. Perilaku Adalah Hasil dari Proses Belajar

Asumsi fundamental pertama adalah bahwa hampir semua perilaku manusia, baik yang adaptif maupun yang maladaptif, merupakan hasil dari proses belajar. Kazdin (2021) menjelaskan bahwa asumsi ini memiliki implikasi yang sangat penting: jika perilaku bermasalah dipelajari, maka perilaku tersebut dapat dihapus atau dimodifikasi melalui proses belajar baru yang lebih adaptif. Asumsi ini memberikan landasan optimistik bagi

konseling behavioral, karena memposisikan perubahan perilaku sebagai sesuatu yang mungkin dicapai melalui intervensi yang tepat.

b. Lingkungan sebagai Determinan Utama Perilaku

Behaviorisme klasik menekankan bahwa perilaku sebagian besar ditentukan oleh faktor-faktor lingkungan, bukan oleh faktor-faktor internal yang bersifat mentalistik. Miltenberger (2022) menjelaskan bahwa prinsip ini direfleksikan dalam analisis fungsional (functional analysis), yaitu prosedur untuk mengidentifikasi hubungan antara perilaku dan konteks lingkungannya (antecedents dan consequences). Meskipun pendekatan behavioral kontemporer telah mengakui peran variabel internal seperti kognisi dan emosi, namun konteks lingkungan tetap mendapatkan perhatian utama.

c. Berorientasi pada Masa Kini

Berbeda dengan pendekatan psikodinamis yang sangat menekankan masa lalu, pendekatan behavioristik lebih berfokus pada faktor-faktor yang mempertahankan masalah perilaku saat ini. Spiegler (2022) menjelaskan bahwa meskipun riwayat perkembangan konseli dapat memberikan informasi yang berguna untuk memahami bagaimana masalah berkembang, namun yang paling relevan bagi intervensi adalah kondisi-kondisi lingkungan dan pola-pola kognitif yang saat ini mempertahankan perilaku bermasalah tersebut.

d. Penekanan pada Pengukuran dan Objektivitas

Salah satu ciri paling khas pendekatan behavioristik adalah komitmennya yang kuat terhadap pengukuran yang objektif dan dapat diverifikasi. Kazdin (2021) menegaskan bahwa setiap aspek dari proses konseling behavioral, mulai dari identifikasi target perilaku, perencanaan intervensi, hingga evaluasi hasil, harus dilakukan secara sistematis dan berbasis data yang terukur. Penekanan pada objektivitas ini membedakan pendekatan behavioral dari pendekatan-pendekatan yang lebih fenomenologis dan interpretif.

e. Orientasi Ilmiah dan Empiris

Pendekatan behavioristik memiliki komitmen yang kuat terhadap ilmu pengetahuan empiris sebagai basis validasi teknik-teknik intervensi. Dobson dan Dobson (2022) menekankan bahwa hanya teknik-teknik yang telah mendapatkan dukungan empiris yang memadai dari penelitian yang ketat yang layak diterapkan dalam praktik konseling behavioral. Orientasi ini menjadi landasan bagi gerakan evidence-based practice dalam konseling dan psikoterapi yang semakin dominan dalam dekade terakhir.

f. Keunikan Individual

Meskipun prinsip-prinsip belajar yang mendasari pendekatan behavioral bersifat universal, namun riwayat belajar setiap individu adalah unik. Corey (2021) menjelaskan bahwa asumsi ini direfleksikan dalam pendekatan behavioral yang sangat individualized: konselor tidak

menerapkan resep standar yang sama untuk semua konseli, melainkan melakukan asesmen yang menyeluruh dan merancang intervensi yang disesuaikan dengan profil unik setiap konseli, termasuk riwayat belajar, pola reinforcement yang spesifik, dan konteks kehidupannya.

3.3 Tujuan Konseling dengan Pendekatan Behavioristik

Tujuan konseling dengan pendekatan behavioristik bersifat konkret, terukur, dan berfokus pada perubahan perilaku yang dapat diamati. Corey (2021) menjelaskan bahwa penetapan tujuan dalam konseling behavioral merupakan proses kolaboratif antara konselor dan konseli yang menghasilkan target-target perilaku spesifik yang menjadi arah dari seluruh proses intervensi.

Kazdin (2021) merumuskan tujuan umum konseling behavioral sebagai berikut: (a) mengidentifikasi dan memodifikasi perilaku-perilaku spesifik yang bermasalah atau maladaptif; (b) mengembangkan keterampilan-keterampilan perilaku baru yang diperlukan konseli untuk berfungsi lebih efektif; (c) meningkatkan fungsi adaptif konseli dalam berbagai domain kehidupan, termasuk relasi sosial, akademis/pekerjaan, dan kesehatan; serta (d) membantu konseli mengembangkan keterampilan self-management agar dapat secara mandiri mengelola perilaku mereka sendiri di masa depan.

Spiegler (2022) menegaskan bahwa tujuan-tujuan dalam konseling behavioral harus dirumuskan secara SMART (Specific, Measurable,

Achievable, Relevant, Time-bound) agar dapat menjadi panduan yang operasional bagi seluruh proses konseling. Tujuan yang dirumuskan secara SMART juga memudahkan evaluasi kemajuan konseling secara objektif dan berkelanjutan.

Dalam konteks konseling sekolah, Erford (2022) menekankan bahwa tujuan konseling behavioral sering kali berfokus pada: (a) peningkatan perilaku prososial dan pengurangan perilaku disruptif; (b) pengembangan keterampilan akademis dan kebiasaan belajar yang adaptif; (c) peningkatan keterampilan sosial dan kemampuan resolusi konflik; serta (d) pengelolaan kecemasan dan tekanan akademis melalui teknik-teknik relaksasi dan coping yang terstruktur.

B. Penelitian yang Relevan

Beberapa Penelitian yang Relevan yang terkait dengan penelitian ini adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Yusuf, Amin, dan Natsir (2022) bertujuan untuk menguji efektivitas layanan konseling behavioral dengan teknik self-management dalam meningkatkan kedisiplinan dan mengurangi perilaku agresif peserta didik. Penelitian ini dilaksanakan di salah satu SMA Negeri di Makassar dengan melibatkan 48 siswa kelas XI yang teridentifikasi memiliki tingkat perilaku agresif yang tinggi berdasarkan hasil asesmen awal menggunakan skala perilaku agresif adaptasi dari Buss dan Perry.

Persamaan penelitian Yusuf et al. (2022) dengan penelitian yang dilakukan terletak pada: (1) penggunaan layanan konseling individual dengan

pendekatan behavioristik sebagai bentuk intervensi utama; (2) variabel terikat yang sama yaitu perilaku agresif siswa; (3) instrumen pengukuran perilaku agresif yang mengacu pada dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Buss dan Perry; serta (4) konteks penelitian yang sama yaitu setting pendidikan menengah. Adapun perbedaannya terletak pada: (1) lokasi penelitian, di mana Yusuf et al. melaksanakan penelitiannya di SMA Negeri di Makassar sedangkan penelitian yang dilakukan berlokasi di SMK Taman Siswa Medan; teknik behavioral yang menjadi fokus utama.

2. Penelitian oleh Sari dan Karyanti (2021) merupakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang dilaksanakan di salah satu SMK Negeri di Palangkaraya. Penelitian ini secara khusus meneliti efektivitas layanan konseling individual dengan pendekatan behavioral, berfokus pada teknik assertiveness training, untuk mengurangi perilaku agresif dan meningkatkan keterampilan sosial siswa SMK. Pemilihan teknik assertiveness training dilatarbelakangi oleh asumsi bahwa perilaku agresif pada siswa seringkali merupakan manifestasi dari ketidakmampuan mengekspresikan kebutuhan dan perasaan secara asertif. ersamaan penelitian Sari dan Karyanti (2021) dengan penelitian yang dilakukan mencakup: (1) jenis sekolah yang diteliti yaitu sama-sama Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), sehingga karakteristik subjek penelitian memiliki kesamaan yang lebih tinggi; (2) penggunaan layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik sebagai intervensi utama; (3) variabel terikat yang sama yaitu perilaku agresif siswa;

serta (4) konteks sekolah menengah kejuruan yang memiliki dinamika dan tantangan perilaku yang khas.

Perbedaan antara penelitian Sari dan Karyanti (2021) dengan penelitian yang dilakukan meliputi: (1) metode penelitian, di mana penelitian Sari dan Karyanti menggunakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan desain pre-eksperimental dengan One Group Pre-test Post-test Design; (2) teknik utama yang digunakan, di mana penelitian Sari dan Karyanti secara spesifik berfokus pada assertiveness training sedangkan penelitian ini mengaplikasikan pendekatan behavioristik secara lebih menyeluruh; (3) lokasi penelitian yaitu Palangkaraya versus Medan; serta (4) jumlah subjek penelitian yang berbeda. Kesamaan penelitian Sari dan Karyanti (2021) dengan penelitian yang dilakukan mencakup: (1) jenis sekolah yang diteliti yaitu sama-sama Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), sehingga karakteristik subjek penelitian memiliki kesamaan yang lebih tinggi; (2) penggunaan layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik sebagai intervensi utama; (3) variabel terikat yang sama yaitu perilaku agresif siswa; serta (4) konteks sekolah menengah kejuruan yang memiliki dinamika dan tantangan perilaku yang khas. Perbedaan antara penelitian Sari dan Karyanti (2021) dengan penelitian yang dilakukan meliputi: (1) metode penelitian, di mana penelitian Sari dan Karyanti menggunakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan desain pre-eksperimental dengan One Group Pre-test Post-test

Design; (2) teknik utama yang digunakan, di mana penelitian Sari dan Karyanti secara spesifik berfokus pada assertiveness training sedangkan penelitian ini mengaplikasikan pendekatan behavioristik secara lebih menyeluruh; (3) lokasi penelitian yaitu Palangkaraya versus Medan; serta (4) jumlah subjek penelitian yang berbeda.

3. Penelitian oleh Nasution, Siregar, dan Lubis (2023) memiliki relevansi yang sangat tinggi dengan penelitian yang dilakukan karena memiliki kesamaan dalam tiga aspek sekaligus: jenis layanan (konseling individual), pendekatan konseling (kognitif-behavioral yang merupakan bagian dari keluarga pendekatan behavioristik), variabel terikat (perilaku agresif), jenis sekolah (SMK), dan lokasi penelitian (Kota Medan). Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan konseling individual dengan pendekatan kognitif-behavioral dalam mereduksi perilaku agresif siswa SMK di Kota Medan.

Persamaan antara penelitian Nasution et al. (2023) dengan penelitian yang dilakukan sangat substansial, meliputi: (1) jenis layanan yang digunakan yaitu layanan konseling individual; (2) pendekatan konseling yang digunakan yaitu pendekatan behavioristik (Nasution et al. menggunakan kognitif-behavioral yang merupakan generasi kedua dari pendekatan behavioristik); (3) variabel terikat yang identik yaitu perilaku agresif siswa; (4) jenis sekolah yaitu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK); (5) lokasi penelitian yang sama yaitu Kota Medan; serta (6) desain penelitian yang serupa yaitu One Group Pre-test Post-test Design.

Perbedaan antara penelitian Nasution et al. (2023) dengan penelitian yang dilakukan terletak pada: (1) tahun penelitian, di mana penelitian Nasution et

al. dilaksanakan pada tahun 2023 sedangkan penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2025/2026; (2) sekolah yang menjadi lokasi penelitian secara spesifik, yaitu penelitian Nasution et al. tidak secara eksplisit mengidentifikasi SMK tertentu sedangkan penelitian ini secara spesifik dilaksanakan di SMK Taman Siswa Medan; (3) penekanan pendekatan, di mana penelitian Nasution et al. lebih menekankan komponen kognitif dari CBT sedangkan penelitian yang dilakukan mengaplikasikan pendekatan behavioristik secara lebih komprehensif yang juga mencakup teknik-teknik behavioral klasik; serta (4) jumlah subjek yang berbeda.

C. Kerangka Konseptual

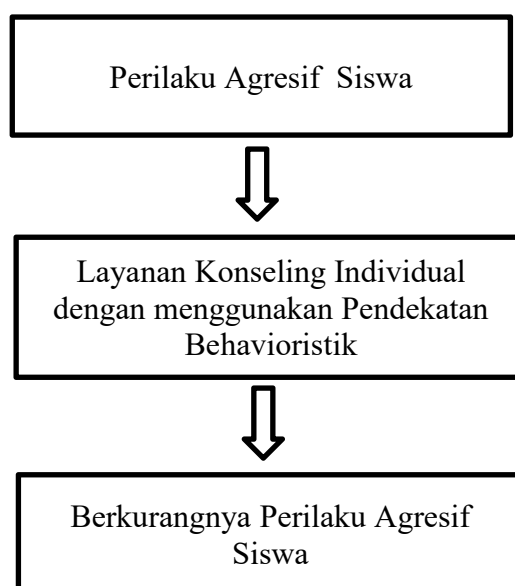
Penelitian ini akan menerapkan Layanan Konseling Individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik untuk mengurangi perilaku agresif Siswa di SMK Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026. Konseling individual yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang diderita konseli.

Pendekatan behavioristik dalam konseling dan psikoterapi merupakan orientasi teoritis dan praktis yang berlandaskan pada prinsip-prinsip ilmu perilaku yang diperoleh melalui penelitian eksperimental yang sistematis dan ketat. Pemahaman yang komprehensif tentang pendekatan ini memerlukan tinjauan dari berbagai sudut pandang para ahli terkemuka. Spiegler (2022) mendefinisikan pendekatan behavioristik sebagai suatu pendekatan dalam terapi dan konseling yang menerapkan prinsip-prinsip conditioning dan belajar

yang telah ditetapkan secara ilmiah untuk mengubah perilaku maladaptif dan mengembangkan perilaku adaptif. Spiegler menekankan tiga karakteristik utama pendekatan ini, yaitu: orientasi ilmiah yang ketat, fokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur, serta penekanan pada situasi dan lingkungan saat ini sebagai determinan utama perilaku.

Perilaku agresif merupakan salah satu fenomena psikologis yang telah lama menjadi perhatian para ahli di bidang psikologi, sosiologi, dan ilmu perilaku. Secara etimologis, kata agresi berasal dari bahasa Latin “aggredi” yang berarti menyerang atau mendekati dengan niat menyerang. Dalam perkembangan ilmu pengetahuan, pengertian perilaku agresif terus mengalami perluasan dan penyempurnaan mengikuti perkembangan penelitian empiris.

Untuk memperjelas kerangka konseptual yang akan dilakukan peneliti, maka dapat dilihat pada bagan di bawah ini :



Gambar 2.1. Kerangka Konseptual

BAB III

METODE PENELITIAN

1.1 Lokasi dan Waktu penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di sekolah SMKBM Taman Siswa Medan yang berlokasi di Jl. JL. Sabbaruddin No. 08 Medan, Sei Rengas Permata, Kec. Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara.

2. Waktu Penelitian

Kegiatan ini akan dilaksanakan pada tahun ajaran 2025/2026 yang tepatnya dimulai dari bulan September 2025 sampai bulan April 2026. Untuk lebih jelasnya, rencana waktu penelitian ini dapat di lihat pada tabel 3.1 berikut:

Tabel 3.1

Waktu Pelaksanaan Penelitian

Jenis kegiatan	Bulan/Tahun 2025/2026							
	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr
Pengajuan Judul	■							
Persetujuan Judul	■							
Penulisan Proposal		■						
Bimbingan Proposal			■					
Seminar Proposal			■					
Pelaksanaan Penelitian				■	■			
Bimbingan Skripsi						■	■	
Siding Meja Hijau								■

A. Subjek dan Objek

1. Subjek

Sugiyono (2021:25) menyatakan bahwa subjek penelitian adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMKBM Taman Siswa Medan. *Accessible populations* meliputi seluruh siswa kelas X.

Pertimbangan penetapan *accessible populations* menggunakan teknik *purposive sampling* dengan alasan bahwa siswa kelas X merupakan masa transisi dari jenjang SMP menuju SMK, di mana mereka sedang berada pada fase penyesuaian diri secara sosial, emosional, dan perilaku. Pada fase ini, siswa cenderung masih memiliki kematangan emosional yang belum stabil sehingga rentan menunjukkan perilaku agresif di lingkungan sekolah. Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock (2020) yang menyatakan bahwa periode remaja merupakan periode perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang ditandai oleh perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional.

Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri yang bekerja sama dengan Guru Bimbingan dan Konseling, Guru Bidang Studi, Wali Kelas, serta seluruh siswa kelas X SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026 sebagaimana terlihat pada Tabel 3.2 di bawah ini.

Tabel 3.2**Jumlah Keseluruhan Siswa Kelas X AK1 SMKBM Taman Siswa Medan**

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	X TKJ 1	21
2	X TKJ 2	18
3	X AK 1	10
4	X AK 2	15
Jumlah		64

2. Objek

Sugiyono (2021) menjelaskan bahwa objek penelitian merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh subjek penelitian. Senada dengan hal tersebut, Edwin (2018) mengemukakan bahwa objek penelitian adalah bagian dari keseluruhan data dan karakteristik yang terdapat pada subjek yang diteliti. Lebih lanjut, Arikunto (2010) menegaskan bahwa penentuan objek penelitian harus dilakukan secara cermat dan tepat, sehingga objek yang dipilih benar-benar mampu merepresentasikan serta menggambarkan kondisi subjek penelitian secara nyata dan akurat.

Berdasarkan hal tersebut, objek dalam penelitian kualitatif ini adalah siswa kelas X SMKBM Taman Siswa Medan yang teridentifikasi memiliki kecenderungan berperilaku agresif. Penetapan objek penelitian dilakukan berdasarkan rekomendasi Guru Bimbingan dan Konseling serta Wali Kelas, dengan jumlah sebanyak 3 orang siswa kelas X Tahun Ajaran 2025/2026, sebagaimana terlihat pada Tabel 3.3 di bawah ini.

Tabel 3.3
Jumlah Objek Siswa Kelas X-IPS SMKBM Taman Siswa Medan

No	Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Objek
1	X-AK1	10	3
Jumlah		10	3

B. Definisi Operasional

Untuk mencegah terjadinya penafsiran yang berbeda-beda, serta untuk menciptakan kesamaan pengertian variabel-variabel maka penulis perlu merumuskan definisi operasional.

1. Perilaku Agresif

Perilaku agresif adalah segala bentuk tindakan yang disengaja, baik secara fisik, verbal, maupun relasional, yang ditujukan untuk menyakiti, merugikan, atau membahayakan individu lain yang tidak menghendaki perlakuan tersebut. Unsur-unsur utama yang membentuk perilaku agresif meliputi: (a) adanya niat yang disengaja, (b) adanya target yang jelas berupa individu lain, (c) kemungkinan terjadinya kerugian atau bahaya, dan (d) ketidakinginan korban terhadap perlakuan tersebut

2. Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual adalah suatu proses interaksi profesional yang bersifat pribadi, rahasia, dan terstruktur antara konselor yang terlatih dengan seorang konseli, yang berlangsung dalam setting tatap muka, dengan tujuan untuk membantu konseli memahami dirinya secara lebih

mendalam, mengeksplorasi dan mengentaskan permasalahan yang dihadapi, serta mengembangkan kapasitas adaptif untuk mengambil keputusan dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna dan fungsional.

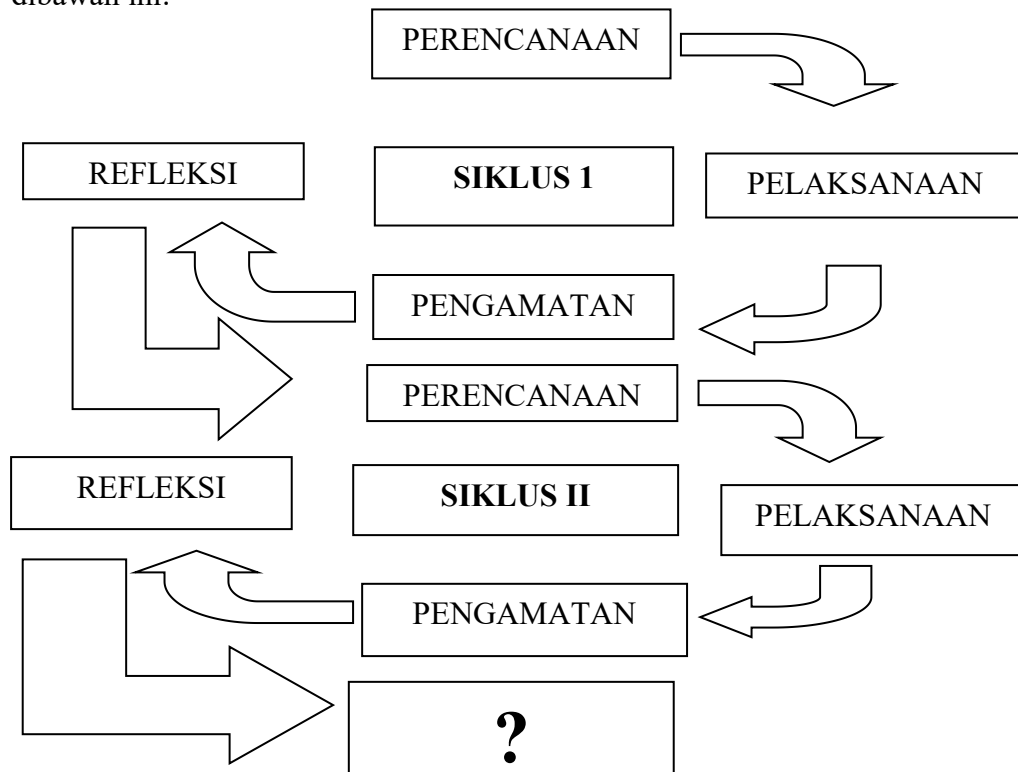
3. Pendekatan Behavioristik

Pendekatan behavioristik sebagai suatu pendekatan dalam terapi dan konseling yang menerapkan prinsip-prinsip conditioning dan belajar yang telah ditetapkan secara ilmiah untuk mengubah perilaku maladaptif dan mengembangkan perilaku adaptif. Spiegler menekankan tiga karakteristik utama pendekatan ini, yaitu: orientasi ilmiah yang ketat, fokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur, serta penekanan pada situasi dan lingkungan saat ini sebagai determinan utama perilaku.

C. Desain Penelitian

Desain penelitian yang dilakukan adalah desain yang digambarkan oleh Iskandar (2022) mengemukakan bahwa ada empat tahapan yang dilalui dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, (4) refleksi.”

Adapun model untuk masing-masing tahap adalah seperti pada gambar 3.1 dibawah ini:



Gambar 3.1 Siklus PTK

Sesuai dengan prosedur penelitian ini, yakni penelitian tindakan bimbingan konseling, maka pada penelitian ini memiliki beberapa tahap penelitian berupa siklus. Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari dua siklus. Dalam setiap siklus, ada dua kali pertemuan layanan konseling individual dengan menggunakan te, sehingga dalam dua siklus ada empat kali pertemuan. Adapun tahapannya adalah sebagai berikut:

1. Siklus I

a) Perencanaan

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah menyiapkan seluruh perangkat yang diperlukan untuk penelitian, perangkat tersebut adalah:

- Menyiapkan RPL dalam 2 kali pertemuan;
- Menyediakan format penilaian RPL;
- Menyediakan format penilaian proses konseling baik penilaian Laiseg, Lajjapen, Lajjapan, dan format penerapam layanan konseling individual;
- Menyediakan alat perekam suara;
- Menyiapkan jadwal dan tempat layanan Konseling Individual

b) Tindakan

Penerapan Layanan Konseling Individual dengan menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026 Kegiatan ini direncanakan 2 kali pertemuan, pertemuan 1 dilaksanakan sesuai RPL.

c) Observasi

Pada tahap ini dilaksanakan kegiatan observasi terhadap proses konseling dengan menganalisis RPL. Jika hasilnya baik berarti tindakan pada siklus 1 sudah dinyatakan baik. Kemudian analisis dilakukan pada penurunan stress akademik siswa berdasarkan verbatim dan dialog konseling. kemudian menganalisis perkembangan dari perilaku agresif siswa tersebut.

d) Refleksi

Setelah melakukan observasi dilanjutkan kegiatan refleksi terhadap proses layanan konseling individual dan hasil yang di dapatkan. Jika hasilnya belum mencapai target yang telah ditetapkan, kegiatan dilanjutkan pada siklus 2, tetapi jika sudah mencapai target kegiatan hanya sampai pada siklus 1.

2. Siklus II

a) Perencanaan

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah menyiapkan seluruh perangkat yang diperlukan untuk penelitian pada siklus 2, perangkat tersebut adalah:

- Menyiapkan RPL dalam 2 kali pertemuan;
- Menyediakan format penilaian RPL;
- Menyediakan format penilaian proses konseling baik penilaian Laiseg, Lajapan, Lajapan, dan format penerapan aktivitas layanan konseling individual;
- Menyediakan alat perekam suara;
- Menyiapkan jadwal dan tempat layanan konseling individual.

b) Tindakan

Melaksanakan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik. Kegiatan ini direncanakan 2 kali pertemuan, pertemuan 1 dilaksanakan sesuai RPL.

c) Observasi

Pada tahap ini dilaksanakan kegiatan observasi terhadap proses layanan konseling individual dengan menganalisis RPL. Kemudian analisis dilakukan pada penurunan prokrastinasi akademik siswa berdasarkan verbatim dan dialog konseling. kemudian menganalisis perkembangan dari perilaku agresif siswa.

d) Refleksi

Setelah melakukan observasi dilanjutkan kegiatan refleksi terhadap proses konseling dan hasil yang di dapatkan. Jika hasilnya belum mencapai target yang

telah ditetapkan, kegiatan dilanjutkan pada pertemuan berikutnya, tetapi jika sudah mencapai target kegiatan hanya sampai pada siklus 2.

e) Evaluasi

Keberhasilan penelitian ini akan di evaluasi melalui hasil analisis terhadap data yang didapatkan dari penelitian.

D. Instrumen Penelitian

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah observasi dan wawancara.

1. Observasi

Observasi adalah pengamatan terhadap suatu objek yang diteliti baik secara langsung maupun tidak langsung dengan melibatkan semua indera (penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa). Untuk memperoleh data yang harus dikumpulkan dalam penelitian. Pencacatan hasil dapat dilakukan dengan bantuan alat rekam elektronik. Agustino (2025) menjelaskan bahwa pengamatan atau observasi diartikan sebagai *watching the behaviorial of people incertain situations to obtain information aout the phenomenon of interes*". Pada pengertian ini dapat di artikan sebagai, kegiatan observasi digunakan hanya untuk mengamati pola perilaku manusia pada situasi tertentu untuk mendapatkan informasi tentang fenomena yang menarik.

Selanjutnya observasi ini akan dilaksanakan mulai dari sesi sebelum penerapan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik sampai sesudah penerapan layanan konseling individual tersebut.

Adapun yang menjadi pedoman observasi bagi peneliti yaitu seperti yang terlihat pada tabel 3.4 dibawah ini:

Tabel 3.4
Pedoman Perilaku Agresif Siswa

No.	Sub Variabel	Indikator	Hasil
1	Agresi Fisik	Memukul teman sekelas ketika merasa tidak senang	
		Menendang atau mendorong teman tanpa alasan yang jelas	
		Melempar benda kepada teman saat marah	
		Mencubit atau mencakar teman ketika terjadi perselisihan	
		Terlibat perkelahian fisik dengan teman di lingkungan sekolah	
2	Agresi Verbal	Mengucapkan kata-kata kasar atau makian kepada teman	
		Berteriak atau membentak teman maupun guru	
		Mengejek dan menghina penampilan atau kemampuan teman	
		Mengancam teman secara lisan agar menuruti kemauannya	
		Menyebarkan fitnah atau rumor negatif tentang teman	
3	Agresi	Mengucilkan atau mendiamkan teman	

No.	Sub Variabel	Indikator	Hasil
	Relasional	<p>dari kelompok pergaulan</p> <p>Menghasut teman lain agar tidak berteman dengan seseorang</p> <p>Mempermalukan teman di depan orang banyak secara sengaja</p> <p>Memanipulasi hubungan pertemanan untuk menyakiti orang lain</p> <p>Menyebarkan rahasia teman untuk merusak hubungan sosialnya</p>	
4	Agresi terhadap Properti	<p>Merusak atau menghancurkan barang milik teman dengan sengaja</p> <p>Mengambil atau menyembunyikan barang milik orang lain tanpa izin</p> <p>Mencoret-coret buku atau perlengkapan belajar milik teman</p> <p>Merusak fasilitas atau sarana sekolah saat merasa frustrasi</p> <p>Merobek atau menghancurkan tugas/pekerjaan milik teman</p>	
5	Agresi yang Dipicu Emosi	<p>Mudah tersulut emosi dan kehilangan kendali diri di kelas</p> <p>Bereaksi berlebihan terhadap kritik atau teguran dari guru</p> <p>Marah dan membalas dendam ketika</p>	

No.	Sub Variabel	Indikator	Hasil
		merasa diperlakukan tidak adil	
		Sulit mengendalikan amarah sehingga menyakiti orang di sekitarnya	
		Melampiaskan emosi negatif kepada teman yang tidak bersalah	
6	Perilaku Intimidasi dan Perundungan	Menakut-nakuti atau mengintimidasi teman yang lebih lemah	
		Memeras teman untuk mendapatkan uang atau barang	
		Melakukan perundungan (bullying) secara berulang terhadap teman tertentu	
		Menggunakan media sosial untuk melecehkan atau mengancam teman	
		Memaksa teman melakukan sesuatu yang tidak diinginkannya	

2. Wawancara

Menurut Arikunto (2017) mengemukakan bahwa wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interview*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara (*interviewer*). Wawancara digunakan untuk menilai keadaan seseorang, misalnya untuk mencari data tentang variabel latar belakang murid, orang tua, pendidikan, sikap terhadap sesuatu. Sejalan dengan itu,

Arikunto (2017) menjelaskan bahwa wawancara dapat dibedakan menjadi dua yaitu wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur.

Dalam penelitian ini wawancara yang dipilih adalah wawancara terstruktur (*guided interview*). Dengan menggunakan keterangan pada hasil dari wawancara responden. Metode ini digunakan untuk menggali informasi secara lisan layanan informasi untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Yang menjadi objek dalam wawancara yang dilakukan peneliti adalah guru bimbingan konseling, wali kelas dan siswa. Hal ini dilaksanakan agar data yang diperoleh peneliti agar lebih akurat.

Adapun daftar pertanyaan wawancara yang akan di berikan pada guru bimbingan dan konseling adalah seperti yang terlihat pada tabel 3.5 berikut:

Tabel 3.5
Wawancara Untuk Guru Bimbingan dan Konseling

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Layanan Bimbingan dan konseling apa saja yang pernah bapak diberikan kepada siswa?	
2	Apakah bapak pernah melaksanakan layanan konseling individual kepada siswa?	
3	Masalah terbesar seperti apa yang sering terjadi di SMKBM Taman Siswa ini pak?	
4	Hambatan apa yang bapak alami ketika menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada siswa?	
5	Upaya apa yang bapak lakukan untuk mengatasi permasalahan perilaku agresif siswa?	

Sedangkan daftar pertanyaan wawancara yang akan di berikan pada guru wali kelas adalah seperti yang terlihat pada tabel 3.6 berikut:

Tabel 3.6
Tabel Wawancara Untuk Wali Kelas

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apa saja permasalahan yang ibu temui dikelas ini?	
2	Adakah siswa dikelas ini yang memiliki permasalahan perilaku agresif?	
3	Bagaimanakan cara ibu mengatasi permasalahan tersebut?	
4	Apakah ibu pernah melakukan koordinasi mengenai permasalahan di kelas ini dengan guru bimbingan konseling?	
5	Apakah ibu mengetahui bagaimana cara guru bimbingan konseling memberikan layanan kepada siswa?	

Sementara itu daftar pertanyaan wawancara yang akan di berikan pada siswa adalah seperti yang terlihat pada tabel 3.7 berikut:

Tabel 3.7
Wawancara Untuk Siswa

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apakah yang kamu ketahui mengenai bimbingan konseling?	
2	Tahukah kamu yang dimaksud prokrastinasi akademik itu seperti apa?	
3	Bagaimana cara kamu untuk terhindar dari perilaku agresif?	
4	Bagaimana cara kamu menyikapi kelemahan kamu dalam perilaku agresif?	
5	Bagaimana cara kamu memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang kamu inginkan?	

6	Bagaimana cara kamu bersikap dan bertindak dengan lingkungan sekitar agar tetap berperilaku positif?	
---	--	--

E. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian kualitatif, analisis data yang telah ditemui sejak pertama penelitian datang ke lokasi penelitian, yang dilaksanakan secara intensif sejak awal pengumpulan data lapangan sampai akhir data terkumpul semua. Analisis data juga merupakan proses mengatur urusan data, mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan kesimpulan. Jadi analisis berdasarkan pada data yang telah diperoleh dari penelitian yang sifatnya terbuka.

Sejalan dengan itu, Erwin (2018) menjelaskan bahwa analisis data yang dilakukan dalam penelitian kualitatif adalah Upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensistesisikan, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan di pelajari dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.

Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif kualitatif, yaitu menjelaskan perkembangan berdasarkan hasil pengamatan konseli melalui pernyataan-pernyataan yang diungkapkan oleh konseli selama proses konseling berlangsung hingga tahap akhir (data verbatim).

Kualitatif yang terkumpul sangat banyak dan dapat terdiri dari jenis data, baik berupa catatan lapangan dan komentar penelitian. Oleh karena itu, diperlukan

adanya pekerjaan analisis data yang meliputi pekerjaan, mengatur, pengelompokan, pemberian kode dan mengkategorikannya.

Berdasarkan uraian diatas maka prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Memilih data (reduksi data). Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya serta membuang yang tidak perlu.
2. Mendeskripsikan data hasil temuan (memaparkan data). Data yang disajikan dapat berupa uraian singkat, bagan, hubungan antar kategor, *flow chart* dan sejenisnya. Adapun dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk tesk deskriptif atau naratif yang berisikan data-data terkait masalah penelitian untuk selanjutnya dianalisis demi kepentingan pengambilan keputusan.
3. Menarik kesimpulan hasil deskripsi. Dari kesimpulan kegiatan analisis data kualitatif terletak pada pelukisan atau penuturan tentang apa yang dihasilkan, dapat dimengerti berkenaan dengan suatu masalah yang diteliti. Dari sinilah lahir kesimpulan atau permasalahan yang bobotnya tergolong komprehensif dan mendalam.

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

4.1 Temuan Penelitian

Penelitian yang dilakukan di SMKBM Taman Siswa Medan berjudul "Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026". Deskripsi mengenai hasil penelitian didasarkan pada jawaban terhadap pertanyaan penelitian melalui wawancara kepada sumber data dan pengamatan secara langsung di lapangan (observasi). Fokus penelitian meliputi: (1) Layanan Konseling Individual, (2) Pendekatan Behavioristik, dan (3) Perilaku Agresif Siswa.

Subjek dalam penelitian ini adalah 3 siswa dari kelas X AK1 SMKBM Taman Siswa Medan. Fokus penelitian adalah Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

Tahapan yang peneliti lakukan meliputi observasi, wawancara, dan pelaksanaan konseling menggunakan pendekatan behavioristik sebanyak 2 siklus dengan masing-masing siklus terdiri dari 2 kali pertemuan. Dalam proses tersebut, peneliti menjelaskan konsep dasar perilaku agresif siswa dan berbagai faktor yang mempengaruhi mengapa siswa cenderung menampilkan perilaku agresif baik secara fisik maupun verbal di lingkungan sekolah.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang telah dilaksanakan, peneliti memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa kepala sekolah memberikan

dukungan penuh terhadap setiap kegiatan Bimbingan dan Konseling yang dilaksanakan oleh guru BK kepada siswa di SMKBM Taman Siswa Medan.

1. Deskripsi Perilaku Agresif Siswa di Sekolah

Perilaku agresif merupakan tindakan yang bertujuan untuk menyakiti, merugikan, atau mencelakakan orang lain baik secara fisik maupun verbal. Perilaku agresif pada siswa dapat muncul dalam berbagai bentuk seperti memukul, mendorong, mengancam, mengejek, membentak, atau merusak barang milik orang lain. Kondisi ini dapat mengganggu proses pembelajaran dan menciptakan iklim sekolah yang tidak kondusif bagi semua warga sekolah.

Menurut Ibu Rahmi Syahputri, S.Pd selaku Guru BK kelas X AK1 pada hari Rabu, tanggal 20 Agustus 2025 pukul 09.00 s/d selesai "Berkaitan dengan masalah perilaku agresif siswa, di kelas ini terdapat beberapa siswa yang memiliki kecenderungan berperilaku agresif. Hal ini tampak dari kegiatan pembelajaran sehari-hari. Perilaku agresif yang jelas terlihat berdasarkan pengamatan kami adalah siswa sering terlibat perkelahian dengan teman sekelasnya, menggunakan kata-kata kasar dan tidak sopan kepada teman maupun guru, merusak fasilitas kelas ketika emosi tidak terkendali, serta mudah tersulut amarah oleh hal-hal yang sepele. Masalah ini sebenarnya sudah muncul sejak mereka di kelas X semester awal, namun mereka enggan membicarakan hal ini secara terbuka karena menganggap bahwa perilaku tersebut merupakan hal yang normal di kalangan remaja."

Berdasarkan keterangan dari guru wali kelas tersebut, peneliti dapat memahami bahwa siswa kelas X AK1 terdapat 3 orang siswa yang memiliki masalah perilaku agresif, hal ini terlihat dari aktivitas pembelajaran mereka di kelas maupun di lingkungan sekolah secara keseluruhan.

2. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

Ada banyak cara yang dapat dilakukan oleh Guru BK untuk mengatasi permasalahan, salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu dengan menggunakan

pendekatan dalam konseling. Salah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik asertif (BKp). Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok orang melalui dinamika kelompok dan membahas berbagai hal yang berguna bagi perkembangan dirinya serta pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Perilaku agresif adalah respons atau tindakan yang dimaksudkan untuk menyakiti atau merugikan orang lain dan ditandai dengan tindakan menyerang, baik secara fisik seperti memukul, menendang, mendorong, maupun secara verbal seperti mengancam, menghina, dan berkata kasar. Perilaku agresif mencakup tindakan menyerang, sikap bermusuhan terhadap lingkungan, dan dampak negatif yang dialami oleh korban maupun pelaku perilaku agresif tersebut.

Menurut Bapak Dedi Firmansyah, S.Pd selaku wali kelas X AK1 pada hari Senin, tanggal 1 September 2025 pukul 10.30 s/d selesai "Untuk permasalahan di kelas ini ada beberapa siswa yang cenderung menunjukkan perilaku agresif. Perilaku agresif yang paling jelas terlihat dari cara mereka berinteraksi dengan sesama teman maupun dengan guru. Siswa yang memiliki perilaku agresif menunjukkan kebiasaan memulai perkelahian fisik tanpa alasan yang jelas, sering mengucapkan kata-kata kotor dan kasar kepada teman bahkan kepada guru, sering melakukan bullying terhadap siswa yang lebih lemah, mengganggu dan memprovokatif teman saat pembelajaran berlangsung, mudah meluapkan kemarahan secara berlebihan, serta tidak memiliki empati terhadap perasaan orang lain di sekitarnya."

Berdasarkan keterangan dari guru wali kelas tersebut, peneliti dapat memahami bahwa siswa kelas X AK1 terdapat 3 orang siswa yang memiliki kecenderungan berperilaku agresif, hal ini terlihat dari aktivitas keseharian mereka dan khususnya dalam berinteraksi dengan teman sebaya maupun guru di sekolah

3. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026..

(PERTEMUAN 1)

Terdapat berbagai cara yang dapat dilakukan oleh Guru BK untuk membantu siswa mengatasi perilaku agresif, salah satunya dengan memanfaatkan berbagai jenis layanan dalam bimbingan dan konseling. Salah satu layanan yang efektif digunakan adalah layanan konseling individual.

Konseling individual merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memberikan kesempatan kepada peserta didik atau konseli untuk mendapatkan layanan secara langsung tatap muka (perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka membahas dan mengatasi masalah pribadi yang dialami konseli. Terdapat 10 jenis layanan dalam bimbingan dan konseling untuk menangani permasalahan siswa. Namun, dalam penelitian ini fokus pada layanan konseling individual karena melalui layanan ini siswa dapat mengungkapkan permasalahan yang dialami dan akan diselesaikan secara pribadi dan rahasia sehingga siswa dapat lebih mudah mengidentifikasi dan mengatasi permasalahan yang dihadapi.

Dalam pelaksanaan konseling individual untuk membantu siswa mengatasi perilaku agresif, terdapat berbagai pendekatan konseling yang dapat digunakan, salah satunya adalah pendekatan behavioristik. Pendekatan behavioristik merupakan pendekatan yang memandang perilaku sebagai sesuatu yang dipelajari dan oleh karenanya dapat diubah melalui proses belajar. Pendekatan ini berfokus pada modifikasi perilaku yang tampak dan dapat diukur, dengan menggunakan berbagai teknik seperti modelling, reinforcement, systematic desensitization, dan behavioral rehearsal.

Pendekatan behavioristik mencakup beberapa strategi seperti positive reinforcement (penguatan positif), extinction (penghapusan perilaku), token economy, dan kontrak perilaku. Melalui pendekatan ini, siswa diharapkan dapat mengembangkan kemampuan untuk mengendalikan emosi dengan lebih baik, mempelajari pola respons yang adaptif dalam menghadapi situasi konflik, dan secara bertahap mengurangi perilaku agresif yang merugikan.

Berikut Penerapan Layanan Konseling Individual untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan Ibu Rahmi Syahputri, S.Pd pada hari Senin tanggal 1 September 2025 pukul 08.30 s/d selesai selaku guru bimbingan dan konseling di SMKBM Taman Siswa Medan. Beliau mengatakan bahwa "Melaksanakan layanan konseling individual sudah pernah dilakukan, biasanya saya memberikan arahan dan motivasi kepada mereka agar dapat memperbaiki perilaku dan berubah menjadi lebih mampu mengendalikan emosi serta berinteraksi dengan baik dengan teman-teman dan guru."

Dari hasil wawancara peneliti dengan guru BK SMKBM Taman Siswa Medan, dapat dipahami bahwa di sekolah tersebut konseling individual sudah dilaksanakan namun belum menggunakan pendekatan khusus secara sistematis, masih sebatas pemberian motivasi dan nasihat umum kepada siswa.

Dari hasil wawancara yang dilaksanakan peneliti dengan guru BK dan wali kelas, diketahui bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki kecenderungan berperilaku agresif. Guru bimbingan dan konseling dan wali

kelas memberikan daftar nama siswa yang cenderung berperilaku agresif tersebut kepada peneliti untuk selanjutnya diberikan layanan konseling individual. Adapun nama siswa tersebut yaitu: AR, DL, dan FN.

Adapun gambaran tahapan pemberian layanan konseling individual dideskripsikan sebagai berikut:

1. Tahap Awal

Pada tahap awal, peneliti selaku konselor dalam proses konseling ini melakukan pendekatan kepada konseli yaitu membangun hubungan konseling dengan melibatkan konseli yang bermasalah. Konselor berkenalan dengan konseli satu per satu namun dengan waktu yang berbeda. Sebab layanan konseling ini dilakukan di waktu yang berbeda untuk setiap konselinya. Kemudian, pada tahapan ini, konselor memperjelas dan mendefinisikan masalah yang sebenarnya terjadi. Dari hasil konseling, siswa pertama yang berinisial AR seorang siswa kelas X AK1 memaparkan bahwa permasalahan yang dialaminya adalah masalah perilaku agresif.

Sampel A

Identifikasi : Peneliti mengungkapkan bahwa AR memiliki kecenderungan berperilaku agresif di sekolah, hal ini dapat diamati dari AR yang sering terlibat perkelahian dengan teman, menggunakan kata-kata kasar dan tidak sopan, serta mudah meluapkan amarah secara berlebihan sehingga mengganggu ketenangan kelas.

Masalah/Keluhan : Perilaku agresif fisik dan verbal.

Latar Belakang Kehidupan Sampel

- Latar Belakang Keluarga: AR merupakan anak pertama dari 3 bersaudara. Orang tua bekerja di luar kota dan jarang berada di rumah sehingga AR kurang mendapatkan pengawasan dan bimbingan dari orang tua. AR tinggal bersama neneknya. Kurangnya perhatian dan kontrol dari orang tua menyebabkan AR tumbuh dengan sedikit pemahaman tentang batas-batas perilaku yang dapat diterima secara sosial.
- Latar Belakang Pendidikan: AR pernah bersekolah di SMP Negeri dan SMKBM Taman Siswa Medan, sekarang duduk di kelas X AK1
- Kehidupan Emosi: AR merupakan anak yang mudah frustrasi, impulsif, memiliki kontrol emosi yang rendah, dan cenderung bereaksi berlebihan terhadap situasi yang dianggap mengancam atau merendahkan harga dirinya.
- Kehidupan Sosial/Pertemanan: AR termasuk siswa yang memiliki kelompok pertemanan tertentu namun hubungan dengan teman lain cenderung renggang karena perilaku agresifnya. AR sering menjadi sosok yang ditakuti namun tidak disenangi oleh sebagian besar teman sekelasnya.

Prognosis

Setelah mengetahui faktor-faktor penyebab AR menunjukkan perilaku agresif, kemudian menetapkan alternatif bantuan yang akan diberikan. Adapun pendekatan yang digunakan adalah pendekatan behavioristik yang terdiri dari teknik modelling, reinforcement positif, dan behavioral rehearsal. Teknik modelling akan membantu AR untuk mempelajari pola perilaku yang lebih adaptif dengan mengamati model yang menunjukkan cara merespons

situasi konflik secara konstruktif. Teknik reinforcement positif akan membantu AR untuk mempertahankan dan meningkatkan perilaku-perilaku positif yang sudah ditampilkan. Sedangkan teknik behavioral rehearsal akan memberikan kesempatan bagi AR untuk berlatih menampilkan respons yang tepat dalam menghadapi berbagai situasi yang sebelumnya memicu perilaku agresif. Melalui teknik ini diharapkan AR dapat mengembangkan kesadaran terhadap perilaku agresifnya, mampu mengendalikan emosi dengan lebih baik, dan secara bertahap mengganti perilaku agresif dengan perilaku yang lebih adaptif dan dapat diterima secara sosial.

Tindak Lanjut

Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, agar diperoleh hasil yang optimal maka dilakukan tindakan bekerjasama dengan masing-masing individu yang terkait:

1. AR Selanjutnya subjek kasus akan terus berupaya menerapkan teknik-teknik dari pendekatan behavioristik yang telah dipelajari, berlatih mengendalikan emosi, dan konsisten menampilkan perilaku yang lebih positif dalam berinteraksi dengan teman maupun guru.
2. Wali kelas Wali kelas diharapkan memonitor perkembangan serta perubahan perilaku subjek kasus yang diharapkan, khususnya dalam hal pengendalian emosi dan interaksi sosial yang positif.
3. Guru pembimbing Menitipkan sampel A kepada guru pembimbing untuk terus mengamati dan mendampingi perkembangan dalam mengurangi perilaku agresif yang dialaminya.

Sampel B

Identifikasi : Peneliti mengungkapkan bahwa DL memiliki perilaku agresif karena ia merasa bahwa cara satu-satunya untuk mendapatkan pengakuan dari teman-teman adalah melalui kekuatan fisik. DL juga cenderung bereaksi dengan kekerasan ketika merasa tidak dihormati atau diperlakukan tidak adil oleh orang lain.

Masalah/Keluhan : Perilaku agresif fisik dan relasional.

Latar Belakang Kehidupan Sampel

- Latar Belakang Keluarga: Diperoleh keterangan bahwa DL berasal dari keluarga yang sering terjadi konflik. DL sering menyaksikan pertengkaran antara orang tuanya di rumah, termasuk kekerasan fisik. Kondisi ini menyebabkan DL menginternalisasi kekerasan sebagai cara yang wajar untuk menyelesaikan masalah. Ayahnya bekerja sebagai buruh harian dan ibunya sebagai pedagang pasar.
- Latar Belakang Pendidikan: DL pernah bersekolah di SMP Swasta dan SMKBM Taman Siswa Medan, sekarang duduk di kelas X AK1
- Kehidupan Emosi: DL adalah anak yang sensitif terhadap perlakuan yang dianggap merendahkan, mudah tersinggung, cepat marah, dan memiliki harga diri yang rentan sehingga DL sering bereaksi berlebihan terhadap situasi yang dianggap sebagai ancaman.
- Kehidupan Sosial/Pertemanan: DL memiliki kelompok pertemanan yang cenderung mendukung perilaku agresifnya. DL dikenal sebagai pemimpin

dalam kelompok tersebut dan kerap menggunakan kekerasan atau ancaman untuk mempertahankan statusnya.

Prognosis

Setelah mengetahui faktor-faktor penyebab DL menunjukkan perilaku agresif, kemudian menetapkan alternatif bantuan yang akan diberikan. Adapun pendekatan yang digunakan adalah pendekatan behavioristik yang mencakup teknik modelling, extinction, dan kontrak perilaku. Melalui teknik modelling, DL akan mempelajari cara-cara alternatif yang konstruktif dalam menghadapi konflik. Teknik extinction akan membantu mengurangi perilaku agresif dengan menghentikan reinforcement yang selama ini mempertahankan perilaku tersebut. Sedangkan kontrak perilaku akan memberikan struktur yang jelas tentang perilaku yang diharapkan dan konsekuensi yang akan diterima. Teknik ini diharapkan dapat membantu DL mengembangkan pemahaman bahwa kekuatan sejati bukan diukur dari kemampuan menyakiti orang lain, dan secara bertahap mengganti pola perilaku agresif dengan perilaku yang lebih asertif dan konstruktif.

Tindak Lanjut

Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, agar diperoleh hasil yang optimal maka dilakukan tindakan bekerjasama dengan masing-masing individu yang terkait:

1. DL Selanjutnya subjek kasus diharapkan dapat konsisten menerapkan teknik-teknik behavioristik dan terus mengembangkan kemampuan pengendalian diri.

2. Wali kelas Wali kelas agar memonitor perkembangan serta perubahan perilaku subjek kasus yang diharapkan.
3. Guru pembimbing Menitipkan sampel B kepada guru pembimbing untuk dapat memantau perkembangan perilakunya di sekolah.

Sampel C

Identifikasi : Peneliti mengungkapkan bahwa FN memiliki perilaku agresif yang ditunjukkan terutama dalam bentuk verbal dan relasional. FN sering mengejek, menghina, dan merendahkan teman-temannya, serta gemar menyebarkan rumor atau cerita negatif tentang orang lain untuk merusak hubungan pertemanan.

Masalah/Keluhan : Perilaku agresif verbal dan relasional.

Latar Belakang Kehidupan Sampel

- Latar Belakang Keluarga: FN merupakan anak kedua dari 3 bersaudara. Orang tua FN cenderung otoriter dan sering menggunakan hukuman verbal yang keras dalam mendidik anak-anaknya. Kondisi pola asuh yang keras ini menyebabkan FN menginternalisasi pola komunikasi yang agresif secara verbal sebagai cara berinteraksi yang normal.
- Latar Belakang Pendidikan: FN pernah bersekolah di SMP Negeri dan SMKBM Taman Siswa Medan, sekarang duduk di kelas X AK1.
- Kehidupan Emosi: FN seorang anak yang memiliki harga diri yang rapuh, mudah merasa terancam, cenderung memiliki persepsi negatif terhadap orang lain, dan menggunakan agresi verbal sebagai mekanisme pertahanan diri.

- Kehidupan Sosial/Pertemanan: FN memiliki hubungan pertemanan yang tidak sehat, ditandai dengan dominasi dan manipulasi. FN sering menggunakan ancaman sosial untuk mempertahankan kekuasaannya dalam kelompok teman sebaya. Banyak siswa lain yang menghindari FN karena perilaku agresif verbalnya.

Prognosis

Setelah mengetahui faktor-faktor penyebab FN menunjukkan perilaku agresif, kemudian menetapkan alternatif bantuan yang akan diberikan. Adapun pendekatan yang digunakan adalah pendekatan behavioristik yang meliputi teknik modelling, positive reinforcement, dan social skills training. Teknik modelling akan membantu FN untuk mempelajari pola komunikasi yang asertif dan tidak agresif. Teknik positive reinforcement akan memperkuat setiap perilaku komunikasi positif yang ditampilkan FN. Sementara social skills training akan melatih FN untuk mengembangkan keterampilan sosial yang lebih adaptif, termasuk cara menyelesaikan konflik tanpa agresi verbal, cara mengungkapkan ketidaksenangan secara tepat, dan cara membangun hubungan interpersonal yang sehat. Teknik ini dimaksudkan untuk membantu FN mengembangkan pemahaman bahwa agresi verbal tidak akan membawa keuntungan jangka panjang, dan secara bertahap mengubah pola komunikasi agresif menjadi komunikasi yang lebih asertif dan konstruktif.

Tindak Lanjut

Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, agar diperoleh hasil yang optimal maka dilakukan tindakan bekerjasama dengan masing-masing individu yang terkait:

1. FN Selanjutnya subjek kasus diharapkan dapat terus menerapkan teknik-teknik dari pendekatan behavioristik dan mengembangkan pola komunikasi serta interaksi sosial yang lebih positif.
2. Wali kelas Wali kelas agar memonitor perkembangan serta perubahan perilaku subjek kasus yang diharapkan.
3. Guru pembimbing Menitipkan sampel C kepada guru pembimbing untuk dapat memantau perkembangan perilakunya di sekolah.

Setelah siswa menceritakan permasalahan yang mereka alami satu per satu, maka yang konselor lakukan selanjutnya adalah membuat peninjauan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah. Untuk siswa yang mengalami permasalahan terkait perilaku agresif, dapat diberikan solusi alternatif berupa penerapan pendekatan behavioristik yang meliputi teknik modelling, reinforcement positif, extinction, behavioral rehearsal, dan kontrak perilaku. Selain itu siswa diberikan pemahaman tentang dampak negatif perilaku agresif terhadap hubungan sosial, prestasi akademik, dan masa depan mereka.

2. Tahap Pertengahan

Tahap kedua dalam proses konseling individual ini adalah melakukan penjelajahan dan mengeksplorasi masalah serta dukungan dari konseli dan lingkungannya dalam mengatasi permasalahan yang dialami. Konselor mencoba melihat bagaimana respons setiap siswa ketika konselor memberikan solusi alternatif atas permasalahan yang mereka alami. Respons setiap siswa berbeda-beda, ada yang langsung antusias mencoba menerapkan teknik-teknik behavioristik, ada juga siswa yang masih ragu dan membutuhkan pendampingan

lebih intensif. Meski demikian konselor akan tetap memberikan dukungan dan bimbingan terbaik untuk para konseli.

Selanjutnya untuk menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara, maka konselor dan konseli saling bertukar kontak WhatsApp agar proses pendampingan dapat terus berjalan. Konselor juga membuat jadwal pemantauan berkala untuk mengetahui perkembangan penerapan teknik behavioristik dalam kehidupan sehari-hari siswa di sekolah.

3. Tahap Akhir Konseling

Tahap akhir dalam proses konseling individual adalah adanya perubahan sikap dan perilaku konseli. Proses ini akan ditindaklanjuti dalam waktu 2 minggu ke depan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui adanya perubahan perilaku siswa dalam mengendalikan emosi, berinteraksi secara positif dengan lingkungan, dan mengurangi perilaku agresif. Setelah semua permasalahan dipaparkan dan solusi/alternatif diberikan barulah konselor mengakhiri sesi konseling pertama.

Konselor kembali mengingatkan poin-poin penting yang harus konseli lakukan dalam menerapkan teknik-teknik dari pendekatan behavioristik untuk mengatasi perilaku agresif. Setelah itu konseli dan konselor bersalaman dan konseli dipersilahkan meninggalkan ruangan.

4. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa

(PERTEMUAN II)

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan melakukan pemberian layanan konseling Individual sebagai upaya memberikan tindakan pelayanan pengembangan bagi permasalahan perilaku agresif siswa dengan cara mengungkapnya melalui proses wawancara dan observasi sebelum pemberian layanan maupun sesudah proses pelayanan. Data ini akan dianalisis dan hasil penelitian diuraikan secara deskriptif.

Proses penelitian dilakukan secara langsung dengan melakukan kegiatan pengumpulan data melalui observasi langsung ke lapangan dan didukung proses wawancara kepada guru BK yang memiliki fokus pada perilaku agresif siswa. Pelaksanaan layanan konseling individual pertemuan kedua ini dilakukan pada hari Sseni, 02 Februari 2026. Layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik dilaksanakan di ruang BK SMKBM Taman Siswa Medan. Adapun gambaran tahapan pemberian layanan konseling individual dideskripsikan sebagai berikut:

1. Tahap Awal

Siswa yang sebelumnya sering menampilkan perilaku agresif kini sudah dapat mengendalikan emosi dengan lebih baik dan sudah lebih bertanggung jawab terhadap diri sendiri serta interaksi sosialnya. Pada tahap awal pertemuan kedua ini siswa dan konselor sudah saling mengenal sehingga pada tahap ini hanya dilakukan sapaan hangat dan konselor menanyakan kabar serta perkembangan yang telah dicapai. Setelah itu langsung membahas perkembangan terkait perilaku agresif siswa, apakah mereka sudah mampu menerapkan teknik-teknik behavioristik yang telah diajarkan dan bagaimana hasilnya dalam berinteraksi sehari-hari dengan teman dan guru.

Dari hasil pemaparan yang mereka berikan, setiap siswa menunjukkan perkembangan positif. Mereka sudah mulai mampu mengendalikan dorongan agresif, menerapkan teknik-teknik yang telah dipelajari dalam sesi konseling sebelumnya, dan mulai menunjukkan pola interaksi sosial yang lebih konstruktif. Siswa sudah lebih mampu menyelesaikan konflik tanpa kekerasan fisik maupun

verbal, datang ke sekolah dengan sikap yang lebih positif, dan lebih mampu bekerja sama dalam kegiatan kelompok.

Siswa yang sebelumnya kesulitan mengendalikan emosi sekarang sudah mulai menerapkan teknik relaksasi dan self-control yang telah dipelajari. Mereka juga sudah mulai melakukan evaluasi terhadap dampak perilaku agresif dan mengidentifikasi cara-cara alternatif yang lebih konstruktif. Perilaku agresif mulai berkurang secara signifikan.

2. Tahap Pertengahan

Pada tahap pertengahan ini, konselor memberikan apresiasi terhadap usaha dan kemajuan yang telah dicapai siswa. Konselor menjelaskan bahwa perubahan perilaku memang membutuhkan waktu dan konsistensi. Agar kebiasaan baik yang sudah terbentuk dapat terus dipertahankan, konselor menyarankan agar mereka terus konsisten menerapkan teknik-teknik dari pendekatan behavioristik, tidak mudah terprovokasi oleh situasi yang sebelumnya memicu perilaku agresif, dan terus memperkuat perilaku positif yang sudah terbentuk.

Konselor juga mendorong siswa untuk terus mengembangkan kemampuan komunikasi asertif, menyelesaikan konflik melalui dialog dan negosiasi, serta meminta bantuan guru atau konselor jika menghadapi situasi yang sulit dikendalikan.

3. Tahap Akhir Konseling

Setelah perilaku agresif siswa menurun secara signifikan, maka proses konseling pun berakhir. Diharapkan setiap siswa mampu terus mengembangkan dan

mempertahankan perilaku positif yang telah terbentuk. Kemudian konselor dan konseli bersalaman dan konseli dipersilahkan meninggalkan ruangan konseling.

5. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

Adapun hasil wawancara peneliti dengan siswa yang dilakukan setelah diterapkan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik untuk mengurangi perilaku agresif siswa pada hari Kamis tanggal 18 September 2025 pukul 10.00 s/d selesai, sebagai pemberian nilai segera (LAISEG) adalah sebagai berikut:

AR menyatakan bahwa perilaku agresif adalah "kebiasaan melampiaskan emosi dengan cara memukul atau berteriak kepada orang lain yang membuat hubungan dengan teman menjadi rusak" dan cara AR untuk mengurangi perilaku agresif adalah dengan cara "menarik napas dalam-dalam ketika merasa marah, menghitung sampai sepuluh sebelum bereaksi, dan mencoba berbicara baik-baik untuk menyelesaikan masalah" cara AR menerapkan teknik modelling adalah dengan cara "mencontoh cara teman yang lebih dewasa dalam menghadapi masalah tanpa kekerasan" cara AR melakukan pengendalian diri adalah dengan cara "mengingatnkan diri sendiri bahwa perilaku agresif hanya akan membawa masalah yang lebih besar bagi diri sendiri" cara AR menerapkan reinforcement positif adalah dengan cara "memberi penghargaan kepada diri sendiri setiap berhasil melewati situasi yang provokatif tanpa bereaksi agresif."

FN menyatakan bahwa perilaku agresif adalah "kebiasaan mengejek dan merendahkan orang lain yang membuat saya dijauhi dan tidak disukai teman" dan

cara FN untuk mengurangi perilaku agresif verbal adalah dengan cara "berpikir terlebih dahulu sebelum berbicara, mempertimbangkan perasaan orang lain, dan mencoba menyampaikan pendapat dengan cara yang lebih santun" cara FN menerapkan teknik social skills training adalah dengan cara "berlatih mengucapkan kalimat-kalimat positif dan menghindari kata-kata yang menyakiti orang lain" cara FN melakukan evaluasi diri adalah dengan cara "merefleksikan di akhir hari apakah saya sudah berkomunikasi dengan baik dan apa yang perlu diperbaiki" cara FN menerapkan penguatan positif adalah dengan cara "memberi apresiasi kepada diri sendiri setiap kali berhasil menyelesaikan konflik dengan cara yang baik."

Adapun gambaran perkembangan siswa dalam mengatasi perilaku agresif berdasarkan hasil pelaksanaan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik yang dipaparkan dalam tabel 4.6. di bawah ini.

Tabel 4.6.
Perkembangan Siswa dalam Mengurangi Perilaku Agresif.

No	Sebelum Perlakuan	Pertemuan I	Pertemuan II
	Aspek Perilaku Agresif Fisik		
1	Siswa yang memiliki perilaku agresif fisik ditandai dengan: sering memukul, mendorong, atau menyerang teman secara fisik; terlibat perkelahian di lingkungan sekolah; merusak fasilitas sekolah saat emosi tidak terkendali; dan mengancam teman dengan	Pada layanan pertama siswa mulai memahami dampak negatif perilaku agresif fisik terhadap diri sendiri dan orang lain. Melalui pendekatan behavioristik, siswa diberikan pemahaman tentang konsekuensi	Pada layanan kedua siswa sudah mampu mengidentifikasi situasi yang memicu perilaku agresif fisik dan mulai menerapkan teknik relaksasi serta pengendalian diri. Perilaku agresif fisik

	kekerasan fisik.	perilaku agresif dan mulai belajar mengenali pemicu (antecedent) munculnya perilaku agresif fisik.	berkurang secara signifikan, siswa lebih mampu menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif.
	Aspek Perilaku Agresif Verbal		
2	Siswa menunjukkan perilaku agresif verbal yang tinggi ditandai dengan: sering mengumpat dan berkata kasar; mengejek, menghina, atau merendahkan teman; berteriak dan membentak guru maupun teman; serta menyebarkan kata-kata bernada ancaman.	Siswa sudah mulai memahami bahwa perilaku agresif verbal merupakan perilaku yang dipelajari dan dapat diubah. Konselor menerapkan teknik modelling dan reinforcement positif untuk membentuk perilaku komunikasi yang lebih baik. Siswa mulai berlatih mengungkapkan perasaan dengan kata-kata yang tepat.	Siswa sudah mampu mengendalikan ucapan dan menghindari kata-kata kasar. Mereka dapat mengungkapkan ketidaksetujuan atau ketidaksenangan dengan cara yang lebih santun. Guru dan teman mulai melihat perubahan positif dalam pola komunikasi siswa.
	Aspek Pengendalian Emosi dan Perilaku Sosial		
3	Siswa menunjukkan kemampuan pengendalian emosi yang rendah ditandai dengan: mudah tersulut emosi oleh hal-hal kecil; tidak mampu menahan dorongan untuk bertindak agresif; sulit berempati terhadap perasaan orang lain; dan cenderung reaktif dalam situasi konflik.	Siswa sudah mulai memahami pentingnya pengendalian emosi dan hubungannya dengan perilaku agresif. Melalui teknik behavioral rehearsal, siswa berlatih merespons situasi provokatif dengan cara yang adaptif. Siswa mulai menunjukkan kesadaran akan dampak perilakunya	Siswa sudah memiliki kemampuan pengendalian emosi yang lebih baik, mampu berempati terhadap orang lain, dan menunjukkan perilaku sosial yang lebih positif. Hubungan dengan teman sebaya dan guru mengalami perbaikan yang signifikan.

		terhadap hubungan sosial.	
--	--	---------------------------	--

6. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas XI di SMKBM Taman Siswa Medan

Pelaksanaan layanan konseling individual dilakukan sebanyak dua kali pertemuan. Pertemuan pertama dilakukan pada hari Senin, 15 September 2025 dan pertemuan kedua pada hari Kamis, 18 September 2025. Permasalahan siswa diketahui melalui proses observasi dan wawancara yang dilakukan kepada wali kelas siswa. Setelah permasalahan diketahui, pemanggilan orang tua siswa pun dilakukan guna menjalin kerjasama antara guru di sekolah dan orang tua di rumah sehingga pelaksanaan layanan konseling menjadi maksimal.

Awalnya orang tua menganggap perilaku agresif yang ditunjukkan anak mereka merupakan hal yang wajar dalam perkembangan remaja dan tidak perlu ditangani secara khusus. Namun setelah diberikan penjelasan tentang dampak jangka panjang dari perilaku agresif terhadap perkembangan sosial, prestasi akademik, dan masa depan anak, orang tua menjadi lebih memperhatikan dan berkomitmen untuk mendukung proses perubahan perilaku anak di rumah. Orang tua kemudian ikut membantu memantau perilaku anak dan memberikan reinforcement positif ketika anak menampilkan perilaku yang lebih adaptif.

Dengan kerjasama tersebut, pada pertemuan pertama layanan konseling individual siswa sudah menunjukkan perubahan yang cukup baik setelah proses layanan. Siswa sudah mulai memahami pentingnya menerapkan teknik-teknik behavioristik dan menunjukkan keseriusan dalam mengubah perilaku agresif

mereka. Pada pertemuan kedua, siswa sudah lebih konsisten dalam mengendalikan emosi, menerapkan teknik-teknik yang telah dipelajari, dan menunjukkan penurunan signifikan dalam perilaku agresif baik fisik maupun verbal.

Tidak hanya melakukan proses konseling, konselor juga melakukan wawancara sebagai bentuk evaluasi pelaksanaan layanan konseling individual kepada setiap siswa. Berikut ini merupakan hasil wawancara yang dilakukan kepada setiap peserta layanan konseling.

Siswa pertama dengan inisial AR mengatakan bahwa: "Saya awalnya selalu marah-marah dan sering terlibat perkelahian dengan teman. Akibatnya saya sering kena masalah dengan guru dan pihak sekolah. Tapi sekarang saya sudah belajar cara mengendalikan emosi, menarik napas panjang ketika marah, dan berbicara baik-baik untuk menyelesaikan masalah. Saya juga sudah bisa menahan diri ketika diprovokasi teman. Sekarang saya lebih banyak teman dan tidak sering berurusan dengan guru BK karena masalah perkelahian lagi."

Siswa kedua dengan inisial DL mengatakan bahwa: "Saya dulu itu sering mukul dan mengancam teman, merasa itu cara yang paling cepat untuk menyelesaikan masalah. Tapi setelah ikut konseling dan belajar tentang pendekatan behavioristik, saya jadi ngerti kalau perilaku agresif itu hanya merugikan diri sendiri. Sekarang saya sudah bisa ngontrol emosi, menyelesaikan konflik dengan dialog, dan membangun hubungan yang lebih baik dengan teman-teman. Orang tua juga jadi lebih tenang karena saya tidak sering dipanggil guru BK lagi."

Siswa ketiga dengan inisial FN mengatakan bahwa: "Saya awalnya sering mengejek dan merendahkan teman, tidak sadar kalau itu menyakiti mereka. Akibatnya banyak teman yang menjauhi saya. Tapi setelah belajar tentang cara berkomunikasi yang baik dan berlatih menghindari kata-kata yang menyakiti, saya jadi punya lebih banyak teman yang tulus. Sekarang saya lebih bisa menghargai orang lain dan menyelesaikan masalah dengan cara yang lebih dewasa."

Tidak hanya dengan siswa, peneliti juga melakukan wawancara dengan Guru BK di SMKBM Taman Siswa Medan guna melihat perkembangan yang terjadi pada siswa peserta layanan.

Guru BK mengatakan bahwa: "Sebelumnya kami dari sekolah memang sudah menyadari masalah perilaku agresif ini sebagai persoalan yang perlu mendapat perhatian serius karena dampaknya cukup signifikan terhadap iklim sekolah dan keselamatan warga sekolah. Kami sangat mengapresiasi pelaksanaan layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik ini karena terbukti efektif membantu siswa mengatasi perilaku agresif mereka. Ke depannya, kami dari pihak sekolah akan lebih aktif dalam mengidentifikasi dan membantu siswa yang menunjukkan kecenderungan perilaku agresif sejak dini".

Terkait dengan perkembangan siswa setelah mengikuti layanan, Guru BK menambahkan: "Perubahan yang terjadi pada ketiga siswa tersebut sangat nyata. Mereka yang dulunya sering terlibat perkelahian dan menggunakan kata-kata kasar, sekarang sudah jauh lebih terkendali dan mampu berinteraksi dengan sopan. Iklim kelas juga menjadi lebih kondusif karena berkurangnya insiden agresif. Ini

menunjukkan bahwa pendekatan behavioristik memang efektif membantu siswa mengubah perilaku agresif menjadi perilaku yang lebih adaptif dan diterima secara sosial".

4.2 Pembahasan Hasil Penelitian

Penerapan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan behavioristik pada siswa kelas X AK1 SMKBM Taman Siswa Medan dilaksanakan sesuai dengan prosedur pelaksanaan layanan konseling individual. Pelaksanaan layanan berjalan dengan baik dan sesuai dengan harapan peneliti. Dari hasil pelaksanaan layanan serta hasil observasi dan wawancara dapat dikatakan bahwa penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik efektif dapat mengurangi perilaku agresif yang ditampilkan oleh siswa.

Pada saat belum diterapkan layanan konseling individual, siswa menunjukkan perilaku agresif yang tinggi baik secara fisik maupun verbal. Mereka tidak mampu mengendalikan emosi dengan baik, cenderung bereaksi dengan kekerasan dalam menghadapi situasi konflik, dan sering terlibat dalam insiden agresif di lingkungan sekolah. Hal ini mengakibatkan siswa tidak dapat menjalin hubungan sosial yang sehat dengan teman sebaya dan guru, serta menciptakan lingkungan belajar yang tidak kondusif.

Namun pada pelaksanaan layanan yang pertama, siswa mulai menunjukkan perubahan positif dalam perilakunya. Siswa mulai memahami konsep perilaku agresif dan dampak negatifnya terhadap diri sendiri dan orang lain, serta mulai mempelajari dan menerapkan teknik-teknik dari pendekatan behavioristik. Mereka mulai berlatih mengendalikan dorongan agresif,

mempraktikkan pola respons yang lebih adaptif (behavioral rehearsal), dan mencoba mencontoh model perilaku yang positif (modelling). Perubahan ini terjadi karena adanya kerjasama yang baik antara guru BK, wali kelas, dan orang tua siswa dalam mendukung proses perubahan perilaku.

Pada pertemuan kedua, siswa sudah menunjukkan kemajuan yang signifikan. Mereka sudah mampu konsisten menerapkan teknik-teknik behavioristik dalam keseharian mereka. Siswa sudah lebih mampu mengendalikan emosi, menyelesaikan konflik secara konstruktif, dan membangun hubungan interpersonal yang lebih sehat. Mereka juga sudah menginternalisasi nilai-nilai perilaku positif yang diperkuat melalui teknik reinforcement positif, sehingga motivasi untuk terus berperilaku adaptif semakin meningkat.

Perubahan siswa tersebut juga diakui oleh guru BK yang terlibat dalam proses pendampingan. Beliau mengatakan bahwa: "Sebelum ditangani, masalah perilaku agresif siswa ini memang cukup mengganggu ketertiban dan keamanan di lingkungan sekolah. Namun setelah melihat hasil penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik ini, kami semakin yakin bahwa perilaku agresif dapat diubah melalui intervensi yang tepat dan sistematis. Kami sangat terbantu dengan pendekatan behavioristik ini karena memberikan teknik-teknik yang konkret dan terukur yang dapat dipelajari dan diterapkan oleh siswa secara mandiri. Ke depannya, kami akan terus memantau dan mendukung siswa agar perubahan perilaku yang sudah terbentuk dapat dipertahankan secara konsisten."

Terkait dengan dinamika sosial siswa, guru BK menambahkan: "Siswa yang memiliki perilaku agresif memang cenderung mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Ada yang hubungannya dengan teman hanya didasarkan pada rasa takut, ada yang justru terisolasi karena dijauhi oleh teman-temannya. Namun setelah mengikuti layanan ini dan perilaku agresif berkurang, kami melihat mereka sudah lebih mampu membangun hubungan pertemanan yang lebih tulus dan saling menghormati. Mereka juga sudah lebih mampu bekerja sama dalam kegiatan kelompok dan berpartisipasi positif dalam kegiatan sekolah."

Tidak hanya guru BK yang memberikan pernyataan positif, siswa yang menjadi peserta layanan konseling individual juga mengatakan hal yang serupa mengenai manfaat yang mereka rasakan. Siswa pertama dengan inisial AR mengatakan bahwa: "Dulu saya tidak bisa kontrol emosi sama sekali, gampang banget kepancing untuk berkelahi. Akibatnya saya sering dapat masalah di sekolah dan orang tua sering dipanggil. Tapi setelah belajar teknik-teknik untuk mengendalikan perilaku agresif, saya jadi bisa lebih sabar. Saya sekarang bisa menyelesaikan masalah dengan berbicara, bukan dengan berkelahian. Teman-teman dan guru juga sudah mulai melihat saya dengan cara yang berbeda, lebih positif".

Siswa kedua dengan inisial DL mengatakan bahwa: "Saya dulunya memang sering pakai kekerasan untuk menyelesaikan masalah, karena memang begitu yang saya lihat di rumah. Tapi setelah ikut konseling, saya jadi paham kalau ada cara yang lebih baik untuk menyelesaikan konflik tanpa harus

menyakiti orang lain. Sekarang saya sudah lebih mampu mengendalikan diri dan hubungan saya dengan teman-teman jadi lebih baik."

Siswa ketiga dengan inisial FN mengatakan bahwa: "Awalnya saya tidak sadar kalau kata-kata saya itu menyakiti orang lain, saya pikir itu hanya bercanda. Tapi setelah belajar tentang dampak komunikasi agresif dan berlatih cara berkomunikasi yang lebih baik, saya jadi lebih peka terhadap perasaan orang lain. Sekarang saya lebih bisa menghargai teman dan punya lebih banyak teman yang benar-benar tulus, bukan yang hanya berteman karena takut."

Berdasarkan penelitian yang dilakukan penulis dengan melakukan diskusi dengan teman sejawat dan dosen pembimbing serta dukungan dari berbagai pihak, akhirnya peneliti mendapatkan hasil bahwa data yang diperoleh sudah cukup akurat melalui proses observasi dan wawancara. Peneliti juga mendapat hasil bahwa kepala sekolah SMKBM Taman Siswa Medan memberikan dukungan penuh terhadap program bimbingan dan konseling yang telah dibuat oleh guru bimbingan dan konseling serta menyediakan fasilitas ruangan khusus bagi guru bimbingan dan konseling untuk melaksanakan tugas dan kewajibannya dalam membantu siswa mengatasi berbagai permasalahan termasuk perilaku agresif siswa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026. Maka penulis akan mengemukakan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Siswa Kelas X AK1, siklus I hanya terjadi perubahan sedikit dan masih belum terlalu baik, sehingga peneliti perlu melaksanakan siklus II untuk mengurangi perilaku agresif siswa.
2. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan siklus II terjadi perubahan yang lebih baik dalam meregulasi diri dan mengendalikan diri untuk tidak melakukan tindakan ataupun perkataan yang dapat menyakiti orang lain. Sehingga peneliti tidak perlu melakukan tindak lanjut ke siklus III.
3. Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026 sudah menunjukkan perubahan dan tidak melakukan perilaku agresif.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian maka saran yang dapat peneliti berikan yaitu:

1. Bagi kepala sekolah, diharapkan hendaknya lebih memperhatikan ruangan bimbingan dan konseling, dan mengenai kapasitas siswa dalam melakukan konseling
2. Bagi guru bimbingan dan konseling, diharapkan guru bimbingan dan konseling dapat memberikan pemahaman tentang Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKBM Taman Siswa Medan ataupun pendekatan dalam bimbingan konseling lainnya. Dan guru bimbingan konseling juga diharapkan agar dapat melaksanakan seluruh layanan bimbingan dan konseling dan teknik-teknik konseling dalam pengentasan masalah siswa agar lebih optimal dan efektif.
3. Bagi orang tua, diharapkan kepada orang tua siswa untuk lebih memperhatikan dan memberikan pengawasan kepada anak dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya. Orangtua selalu berusaha mengajak anaknya untuk mampu berinteraksi dengan lingkungannya dengan baik.
4. Bagi siswa/i, diharapkan setelah dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok untuk dapat memberikan wawasan dan informasi baru tentang pemahaman tentang dampak yang terjadi dari perilaku agresif .
5. Bagi peneliti, diharapkan untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan yang berbeda dan lebih intensif dalam melakukan

penelitian dan lebih dispesifikasikan dalam melakukan penelitian agar pembahasannya tidak terlalu lebar dan tidak tepat sasaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2021). Human aggression: A social-cognitive perspective. *Annual Review of Psychology*, 72(1), 79-108. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050654>
- Anderson, C. A., Bushman, B. J., Bartholow, B. D., Cantor, J., Christakis, D., Coyne, S. M., Donnerstein, E., Hammock, G. S., Huesmann, L. R., Hummer, T. A., Ivory, J. D., Krahe, B., Strasburger, V. C., Warburton, W., & Wilson, B. J. (2020). Screen violence and youth behavior. *Pediatrics*, 140(Suppl 2), S142–S147. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758U>
- Archer, J. (2021). The reality and evolutionary significance of human psychological sex differences. *Biological Reviews*, 96(4), 1381–1400. <https://doi.org/10.1111/brv.12705>
- Bushman, B. J. (2022). *Aggression and violence: An introduction to theory, research, and practice* (2nd ed.). Routledge.
- Caprara, G. V., Gerbino, M., & Paciello, M. (2021). Social cognitive determinants of aggression and prosocial behavior. In D. J. Barker, E. Tabery, & J. Wiley (Eds.), *Handbook of behavior genetics* (pp. 315–334). Springer Nature.
- Cima, M., Raine, A., Meesters, C., & Popma, A. (2020). Validation of the Dutch Reactive Proactive Questionnaire (RPQ): Differential correlates of reactive and proactive aggression from childhood to adulthood. *Aggressive Behavior*, 46(3), 216–225. <https://doi.org/10.1002/ab.21886>
- Corey, G. (2021). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
- Davidson, R. J., & Arnsten, A. F. T. (2021). Neurobiological substrates of human aggression: The roles of amygdala, prefrontal cortex, and serotonin. *Nature Reviews Neuroscience*, 22(5), 280–296. <https://doi.org/10.1038/s41583-021-00454-2>
- Denson, T. F., Miczek, K. A., & Hammer, R. P. (2020). A neuroscience perspective on the control of aggressive behavior. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 119, 151–170. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.09.001>
- Dobson, D., & Dobson, K. S. (2022). *Evidence-based practice of cognitive-behavioral therapy* (3rd ed.). Guilford Press.
- Erford, B. T. (2022). *Transforming the school counseling profession* (6th ed.). Pearson Education.

- Farrell, A. H., Dane, A. V., & Volk, A. A. (2022). Adolescent bullying perpetration: Parenting style, family factors, and longitudinal associations. *Aggressive Behavior*, 48(3), 285–296. <https://doi.org/10.1002/ab.22000>
- Fitriani, R., & Wahyuni, S. (2024). Efektivitas teknik relaksasi dan kontrak perilaku dalam konseling individual untuk menurunkan perilaku agresif siswa SMK. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 9(1), 45–58. <https://doi.org/10.26737/jbki.v9i1.3210>
- Fossati, A., Maffei, C., Marchetti, D., & Borroni, S. (2021). Psychometric properties and factor structure of the Aggression Questionnaire in Italian community and clinical adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 37(4), 295–306. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000623>
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (2022). Terror management theory: Evolutionary, neuroscientific, and social-psychological perspectives on mortality and meaning. *Psychological Review*, 129(4), 789–815. <https://doi.org/10.1037/rev0000343>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2021). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change* (3rd ed.). Guilford Press.
- Hidayat, M. R. (2023). Penerapan token economy dalam konseling kelompok untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa SMK di Jakarta. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 9(2), 112–124. <https://doi.org/10.24176/jkg.v9i2.8765>
- Huesmann, L. R., Dubow, E. F., & Boxer, P. (2022). The transmission of aggression across generations: Biological, contextual, and social learning processes. *Developmental Psychology*, 58(6), 1045–1060. <https://doi.org/10.1037/dev0001353>
- Kaczurkin, A. N., & Foa, E. B. (2022). Cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders: An update on the empirical evidence. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 24(1), 55–67. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2022.24.1/akaczurkin>
- Kazdin, A. E. (2021). *Behavior modification in applied settings* (8th ed.). Waveland Press.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). (2023). *Laporan tahunan perlindungan anak di lingkungan pendidikan tahun 2023*. KPAI.

- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Reese, H. H. (2023). Cyberbullying among youth: A comprehensive update of Kowalski et al.'s (2014) meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 149(1–2), 1–55. <https://doi.org/10.1037/bul0000385>
- Krahe, B. (2020). *The social psychology of aggression* (3rd ed.). Psychology Press/Routledge. <https://doi.org/10.4324/978042928358>
- Latipun. (2022). *Psikologi Konseling* (edisi revisi). UMM Press.
- Miltenberger, R. G. (2022). *Behavior modification: Principles and procedures* (7th ed.). Cengage Learning.
- Muslihin, H. Y., Suryana, D., Rahman, T., & Shantini, Y. (2022). Effectiveness of behavioristic learning theory in learning: A literature review. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 6(1), 18–27. <https://doi.org/10.24036/0086za0002>
- Mulyadi, S. (2022). Psikologi remaja dan implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 7(3), 201–215. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v7i3.2342>
- Prayitno & Amti, E. (2021). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling* (edisi terbaru). Rineka Cipta.
- Priyatno, D., & Sutoyo, A. (2022). *Konseling behavioral untuk mengatasi perilaku agresif siswa sekolah menengah atas*.
- Prinstein, M. J., & Giletta, M. (2020). Peer relations and developmental psychopathology. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental psychopathology: Theory and method* (3rd ed., Vol. 1, pp. 418–484). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781119125556.devpsy110>
- Putra, A. P., & Wahyudin, U. (2021). Application of behavioristic learning theory in improving student academic achievement. *Journal of Physics: Conference Series*, 1764(1), 012127. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1764/1/012127>
- Ratts, M. J., Singh, A. A., Nassar-McMillan, S., Butler, S. K., & McCullough, J. R. (2020). Multicultural and social justice counseling competencies: Practical applications in counseling. *Counseling and Values*, 64(1), 70–89. <https://doi.org/10.1002/cvj.12067>
- Sari, E. P., & Karyanti, K. (2021). Layanan konseling behavioral teknik pengkondisian operan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 5(1), 41–50. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v5i1.1268>

- Siddiqui, Z. N. (2020). Behaviorism and its implications for teaching and learning. *Linguistics and Literature Review*, 6(2), 65–78. <https://doi.org/10.32350/llr.62.04>
- Spiegler, M. D. (2022). *Contemporary behavior therapy* (7th ed.). Cengage Learning.
- Sutoyo, A. (2022). *Pemahaman individu: Observasi, checklist, interviu, kuesioner, sosiometri (edisi revisi)*. Pustaka Pelajar.
- Turner, H. A., Shattuck, A., Finkelhor, D., & Hamby, S. (2022). Effects of poly-victimization on adolescent social support, self-concept, and psychological distress. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(9-10), NP7174–NP7197. <https://doi.org/10.1177/0886260520966670>
- Vaillancourt, T., & Farrell, A. H. (2021). Relational aggression and social exclusion in adolescence: A longitudinal perspective. *Aggressive Behavior*, 47(4), 361–370. <https://doi.org/10.1002/ab.21961>
- Vaillancourt, T., Brittain, H., Bennett, L., Arnocky, S., McDougall, P., Hymel, S., Short, K., Sunderani, S., Scott, C., Mackenzie, M., & Cunningham, L. (2021). Hate in school: Prevalence, predictors, and consequences of discrimination and victimization among Canadian students. *Aggressive Behavior*, 47(5), 437–448. <https://doi.org/10.1002/ab.21968>
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2021). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work* (3rd ed.). Routledge
- Widada, W., Efendi, R., & Herawaty, D. (2022). The application of behavioristic theory to improve students' mathematical problem-solving ability. *Journal of Physics: Conference Series*, 2157(1), 012028. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/2157/1/012028>
- Wilkowski, B. M., & Robinson, M. D. (2022). Cognitive-neoassociation theory of aggression: A state-of-the-science review. *Psychological Bulletin*, 148(5–6), 330–362. <https://doi.org/10.1037/bul0000363>
- Yusuf, A. M., Amin, M., & Natsir, M. (2022). Konseling behavioral berbasis teknik self-management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(4), 2721–2728. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5994>

LAMPIRAN

Lampiran 01

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Data Pribadi

Nama : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Tempat/ Tanggal Lahir : Desa Kelambir, 27 Mei 20203
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Belum Menikah
Agama : Islam
Suku : Jawa
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Dusun 1 Desa Kelambir, Kec. Pantai Labu,
Kab Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara
Anak Ke : 3 dari 3 bersaudara
Alamat Email : ecamulyani54@gmail.com

B. Data Orang Tua

Nama Ayah : Misratno
Pekerjaan Ayah : Petani
Nama Ibu : Maisyarah
Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Dusun 1 Desa Kelambir, Kec. Pantai Labu,
Kab Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara

C. Pendidikan

SDN 105336 : 2009-2015
SMPN 1 Pantai Labu : 2015-2018
SMK Swasta Skylandsea Yappsu Tanjung Morawa : 2018-2021
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara : 2022-20226

Lampiran 02

DOKUMENTASI

Wali Kelas



Guru Bk



Siswa Kelas X AK 1

Pertemuan Pertama



Pertemuan ke Dua



Pertemuan ke Tiga



Lampiran 03

Wawancara Untuk Guru Bimbingan dan Konseling

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Layanan Bimbingan dan konseling apa saja yang pernah bapak diberikan kepada siswa?	<i>Layanan yang pernah saya berikan kepada siswa di SMKBM Taman Siswa ini antara lain layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, serta layanan konseling individual. Selain itu, saya juga memberikan layanan mediasi ketika terdapat konflik antar siswa, serta layanan konsultasi kepada orang tua maupun guru mata pelajaran yang membutuhkan bantuan dalam menangani permasalahan siswa.</i>
2	Apakah bapak pernah melaksanakan layanan konseling individual kepada siswa?	<i>Ya, saya pernah dan bahkan cukup sering melaksanakan layanan konseling individual kepada siswa. Layanan konseling individual ini biasanya dilaksanakan di ruang BK secara tatap muka langsung antara saya dengan siswa yang bersangkutan. Siswa yang saya berikan layanan konseling individual umumnya adalah mereka yang memiliki masalah pribadi, masalah belajar, maupun masalah perilaku yang tidak bisa diselesaikan melalui layanan kelompok. Pelaksanaannya dilakukan atas dasar kesukarelaan siswa maupun berdasarkan rujukan dari wali kelas atau guru mata pelajaran.</i>
3	Masalah terbesar seperti apa yang sering terjadi di SMKBM Taman Siswa ini pak?	<i>Masalah terbesar yang paling sering terjadi di sekolah ini adalah perilaku agresif siswa, baik secara fisik maupun verbal. Secara fisik, sering terjadi perkelahian antar siswa, tindakan kekerasan seperti memukul, mendorong, atau merusak fasilitas sekolah. Secara verbal, banyak ditemukan siswa yang suka berkata kasar, mengejek, bahkan melakukan perundungan (bullying) terhadap teman sebayanya. Selain itu, masalah ketidakhadiran (absensi tinggi), pelanggaran tata tertib sekolah, dan rendahnya motivasi belajar juga menjadi permasalahan yang cukup sering ditemukan di sekolah ini.</i>
4	Hambatan apa yang bapak alami ketika menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada siswa?	<i>Ada beberapa hambatan yang saya alami. Pertama, kurangnya keterbukaan siswa, banyak siswa yang masih enggan menceritakan masalahnya secara jujur karena takut atau merasa tidak percaya. Kedua, kurangnya dukungan dari lingkungan keluarga, orang tua siswa kadang tidak kooperatif ketika diajak bekerja sama dalam menangani permasalahan anak. Ketiga,</i>

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
		<p><i>keterbatasan waktu karena banyaknya jumlah siswa yang perlu diperhatikan. Keempat, siswa sering mengulang perilaku bermasalah meskipun sudah diberikan konseling, sehingga penanganannya memerlukan pendekatan yang lebih intensif dan berkelanjutan.</i></p>
5	<p>Upaya apa yang bapak lakukan untuk mengatasi permasalahan perilaku agresif siswa?</p>	<p><i>Upaya yang saya lakukan antara lain memberikan layanan konseling individual secara rutin kepada siswa yang teridentifikasi memiliki perilaku agresif, menggunakan berbagai pendekatan konseling termasuk pendekatan behavioristik yang bertujuan untuk mengubah perilaku negatif siswa secara bertahap melalui teknik modifikasi perilaku seperti pemberian penguatan positif (reinforcement) dan kontrak perilaku. Saya juga berkoordinasi dengan wali kelas, guru mata pelajaran, serta orang tua siswa untuk menciptakan lingkungan yang kondusif. Selain itu, saya melakukan bimbingan kelompok untuk mengajarkan keterampilan sosial dan pengendalian emosi agar siswa mampu mengekspresikan diri secara lebih positif.</i></p>

Lampiran 04

Tabel Wawancara Untuk Wali Kelas

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apa saja permasalahan yang ibu temui dikelas ini?	<i>Permasalahan yang sering saya temui di kelas ini cukup beragam. Yang paling menonjol adalah masalah kedisiplinan, seperti siswa yang sering terlambat masuk kelas, tidak mengerjakan tugas, dan kurang memperhatikan pelajaran. Selain itu, saya juga menemukan adanya konflik antar siswa yang sering terjadi, mulai dari pertengkaran kecil hingga yang melibatkan kekerasan fisik. Ada juga beberapa siswa yang sulit mengendalikan emosi, mudah tersulut amarah, dan cenderung bersikap kasar baik kepada teman maupun kepada guru. Masalah motivasi belajar yang rendah juga cukup sering saya hadapi di kelas ini.</i>
2	Adakah siswa dikelas ini yang memiliki permasalahan perilaku agresif?	<i>Ya, ada beberapa siswa di kelas ini yang menunjukkan perilaku agresif. Perilaku agresif tersebut terlihat dari kebiasaan mereka yang mudah emosi dan tidak bisa mengontrol diri ketika menghadapi masalah kecil sekalipun. Secara fisik, beberapa siswa pernah terlibat perkelahian di dalam maupun di luar kelas, memukul meja, melempar benda, serta merusak fasilitas sekolah. Secara verbal, ada siswa yang kerap berkata kasar, mengejek teman, bahkan melakukan intimidasi terhadap siswa lain yang lebih pendiam. Perilaku-perilaku tersebut sangat mengganggu suasana belajar di kelas dan membuat siswa lain merasa tidak nyaman.</i>
3	Bagaimanakan cara ibu mengatasi permasalahan tersebut?	<i>Cara yang saya lakukan pertama kali adalah melakukan pendekatan personal, yaitu memanggil siswa yang bersangkutan dan berbicara secara langsung untuk mengetahui penyebab perilakunya. Saya berusaha memberikan nasihat dan arahan agar siswa dapat memahami dampak negatif dari perilaku agresifnya terhadap diri sendiri maupun orang lain. Apabila masalah tidak dapat diselesaikan di tingkat kelas, saya segera merujuk siswa tersebut ke guru Bimbingan dan Konseling untuk mendapatkan penanganan lebih lanjut. Saya juga menghubungi orang tua siswa untuk bekerja sama dalam membina perilaku siswa di rumah maupun di sekolah.</i>
4	Apakah ibu pernah melakukan koordinasi mengenai permasalahan di kelas ini dengan guru bimbingan konseling?	<i>Ya, saya cukup sering berkoordinasi dengan guru Bimbingan dan Konseling terkait permasalahan siswa di kelas, terutama untuk siswa yang memiliki perilaku agresif dan sulit ditangani di tingkat</i>

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
		<p><i>kelas. Koordinasi ini biasanya dilakukan secara langsung dengan menyampaikan informasi mengenai identitas siswa, jenis perilaku bermasalah yang ditunjukkan, serta frekuensi dan dampak yang ditimbulkan. Dengan adanya koordinasi ini, guru BK dapat lebih cepat melakukan pendekatan dan memberikan layanan yang tepat kepada siswa yang bersangkutan. Saya merasa koordinasi ini sangat penting agar penanganan masalah siswa dapat dilakukan secara menyeluruh dan berkesinambungan.</i></p>
5	<p>Apakah ibu mengetahui bagaimana cara guru bimbingan konseling memberikan layanan kepada siswa?</p>	<p><i>Saya mengetahui secara umum bahwa guru BK memberikan layanan kepada siswa melalui beberapa cara, salah satunya adalah konseling individual, yaitu pertemuan tatap muka antara guru BK dengan siswa secara empat mata di ruang BK untuk membahas dan menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa. Setahu saya, dalam menangani siswa dengan perilaku agresif, guru BK menggunakan pendekatan tertentu yang bertujuan untuk mengubah perilaku negatif siswa secara bertahap, termasuk pendekatan behavioristik yang berfokus pada modifikasi perilaku melalui pemberian penguatan positif dan teknik-teknik lainnya. Guru BK juga kerap mengadakan bimbingan kelompok dan berkoordinasi dengan pihak orang tua maupun wali kelas seperti saya.</i></p>

WAWANCARA SISWA BERINISIAL AR

Nama (Inisial) : AR
Kelas : X AK 1
Tanggal Wawancara : 10 Maret 2026
Tempat : Ruang BK SMKBM Taman Siswa Medan
Pewawancara : Guru BK / Peneliti
Pertemuan : Pertama (Pra-Konseling)

A. Identitas dan Latar Belakang

P	:	Halo AR, bagaimana kabar kamu hari ini? Apakah kamu merasa nyaman untuk berbincang sebentar?
AR	:	Baik, Bu. Saya oke. Ya, boleh lah, Bu.

P	:	Boleh ceritakan sedikit tentang keseharianmu di sekolah? Apakah kamu menikmati kegiatan belajar di sini?
AR	:	Lumayan, Bu. Kadang suka, kadang bosan. Pelajaran TKJ itu asik, tapi kalau guru ceramah terus ya ngantuk juga.

P	:	Bagaimana hubunganmu dengan teman-teman sekelas? Apakah ada yang terasa mengganggu?
AR	:	Teman-teman sih rata-rata oke, Bu. Tapi ada beberapa yang sering bikin kesal. Mereka suka usil, jahil, terus kalau sudah kesal ya saya langsung marah.

B. Gambaran Perilaku Agresif

P	:	Bisa diceritakan lebih lanjut, seperti apa bentuk kemarahan yang kamu tunjukkan ketika merasa terganggu?
AR	:	Ya paling saya dorong, Bu, atau saya bentak-bentak. Kadang juga lempar barang. Tapi ya itu terjadi kalau sudah benar-benar habis kesabaran saya.

P	:	Seberapa sering hal itu terjadi dalam seminggu, misalnya?
AR	:	Hmm, mungkin dua-tiga kali seminggu, Bu. Tapi tidak selalu parah. Kadang cuma bentak aja.

P	:	Apakah kamu sendiri merasa bahwa cara kamu merespons itu sudah tepat?
----------	---	---

AR	:	Jujur, kadang saya juga menyesal, Bu. Tapi kalau lagi emosi, sepertinya susah nahan diri. Rasanya kepala panas langsung, refleks aja.
-----------	---	---

P	:	Apakah ada dampak yang kamu rasakan setelah kamu berperilaku seperti itu, baik dari teman atau guru?
----------	---	--

AR	:	Ada, Bu. Beberapa teman jadi takut atau menghindari saya. Guru juga sudah beberapa kali panggil saya. Saya juga pernah diskors sehari.
-----------	---	--

C. Faktor Pemicu dan Refleksi Diri

P	:	Menurut kamu, apa yang paling sering memicu kemarahan atau perilaku agresif kamu itu?
----------	---	---

AR	:	Kalau ada yang mengejek atau meremehkan saya, Bu. Atau kalau saya lagi capek tapi masih diganggu terus. Juga kalau ada yang main fisik duluan ke saya.
-----------	---	--

P	:	Di luar sekolah, apakah ada hal-hal yang juga membuat kamu stres dan berpengaruh pada mood kamu di sekolah?
----------	---	---

AR	:	Iya, Bu. Di rumah juga sering ribut sama orang tua. Bapak sering marah-marah tanpa sebab yang jelas. Jadi kadang berangkat ke sekolah sudah bawa emosi dari rumah.
-----------	---	--

P	:	Apakah kamu memiliki keinginan untuk berubah? Apakah kamu mau mencoba belajar cara mengelola emosi?
----------	---	---

AR	:	Mau, Bu. Saya tidak mau terus-terusan seperti ini. Saya juga tidak enak sama teman-teman. Kalau ada cara yang bisa bantu, saya mau coba.
-----------	---	--

Catatan Peneliti:

AR: Siswa menunjukkan kesadaran diri yang cukup baik terhadap perilaku agresifnya. Faktor stres dari lingkungan keluarga (konflik dengan orang tua) menjadi pemicu utama yang terbawa ke sekolah. Motivasi untuk berubah tinggi. Layanan konseling dengan pendekatan behavioristik dinilai tepat dengan fokus pada teknik relaksasi, pengondisian perilaku, dan modeling perilaku adaptif.

WAWANCARA SISWA BERINISIAL DL

Nama (Inisial) : DL
 Kelas : X AK 1
 Tanggal Wawancara : 11 Maret 2026
 Tempat : Ruang BK SMKBM Taman Siswa Medan
 Pewawancara : Guru BK / Peneliti
 Pertemuan : Pertama (Pra-Konseling)

A. Identitas dan Latar Belakang

P	:	Selamat pagi, DL. Bagaimana kondisi kamu hari ini? Apakah kamu bersedia untuk kita berbicara?
DL	:	Pagi, Bu. Kondisi saya biasa aja. Ya, saya mau ngobrol, Bu.

P	:	Ceritakan bagaimana pengalamanmu selama bersekolah di sini? Apakah kamu merasa nyaman dengan lingkungan sekolah?
DL	:	Nyaman sih, Bu. Teman-teman banyak yang asik. Tapi ya ada aja yang bikin ribut. Saya termasuk yang sering terlibat masalah, Bu, saya akui itu.

P	:	Maksudnya terlibat masalah seperti apa, DL? Bisa kamu ceritakan lebih jelas?
DL	:	Saya sering ribut sama teman, Bu. Adu mulut, sering banget. Kadang kalau sudah panas, tangan saya juga ikut-ikutan gerak. Pernah juga sampai adu fisik.

B. Gambaran Perilaku Agresif

P	:	Biasanya dalam situasi seperti apa perkelahian atau konflik fisik itu terjadi?
DL	:	Biasanya kalau ada yang ngomong sembarangan soal keluarga saya, Bu. Atau kalau ada yang tidak jujur sama saya, terus saya tahu. Saya tidak bisa terima kebohongan.

P	:	Apakah kamu bisa menggambarkan apa yang kamu rasakan di dalam diri kamu sesaat sebelum kamu melakukan tindakan agresif tersebut?
DL	:	Rasanya seperti ada sesuatu yang meledak di dalam dada, Bu. Napas saya jadi cepat, tangan gemetar, terus sudah tidak bisa pikir jernih lagi. Langsung saja bertindak.

P	:	Setelah kejadian, bagaimana perasaan kamu?
----------	---	--

DL	:	Menyesal, Bu. Selalu menyesal. Saya sadar saya salah, tapi sudah terlanjur. Pernah saya minta maaf langsung, tapi ya tetap ada konsekuensinya di sekolah.
-----------	---	---

P	:	Apakah perilaku ini sudah pernah menyebabkan kamu mendapat sanksi dari sekolah?
----------	---	---

DL	:	Sudah beberapa kali, Bu. Paling parah saya pernah dipanggil orang tua saya ke sekolah. Malu sekali waktu itu. Tapi tetap saja masih terulang.
-----------	---	---

C. Faktor Pemicu dan Refleksi Diri

P	:	Menurut penilaian kamu sendiri, mengapa kamu sulit mengontrol diri ketika marah?
----------	---	--

DL	:	Saya rasa karena dari kecil saya sudah terbiasa melihat orang tua ribut, Bu. Konflik itu biasa di rumah saya. Jadi mungkin saya tidak tahu cara yang lebih baik untuk menyelesaikan masalah.
-----------	---	--

P	:	Pernahkah kamu mencoba cara lain untuk mengatasi rasa marah, selain dengan kekerasan?
----------	---	---

DL	:	Pernah coba pergi menjauh, Bu. Kadang berhasil, kadang tidak. Kalau provokasi terus-terusan, saya sudah tidak tahan lagi.
-----------	---	---

P	:	Apakah kamu bersedia mengikuti proses konseling untuk belajar mengelola emosi secara lebih baik?
----------	---	--

DL	:	Bersedia, Bu. Saya tidak mau masalah saya terus berulang. Saya mau coba belajar cara yang lebih benar.
-----------	---	--

Catatan Peneliti:

DL: Siswa memiliki pola perilaku agresif yang terbentuk sejak dini akibat modeling dari lingkungan keluarga yang konfliktual. Perilaku agresif bersifat reaktif dan impulsif. Menunjukkan penyesalan pasca-kejadian namun belum memiliki keterampilan coping yang memadai. Intervensi behavioristik dengan penekanan pada token economy dan kontrak perilaku direkomendasikan.

Lampiran 07

WAWANCARA SISWA BERINISIAL FN

Nama (Inisial) : FN
Kelas : X AK 1
Tanggal Wawancara : 12 Maret 2026
Tempat : Ruang BK SMKBM Taman Siswa Medan
Pewawancara : Guru BK / Peneliti
Pertemuan : Pertama (Pra-Konseling)

A. Identitas dan Latar Belakang

P	:	Halo FN, terima kasih sudah mau datang. Apakah kamu tahu mengapa kamu dipanggil ke sini hari ini?
FN	:	Tahu, Bu. Karena saya sering berantem di kelas. Guru wali kelas saya yang lapor ke Bu BK, katanya.

P	:	Bagaimana hubunganmu dengan teman-teman di kelas selama ini?
FN	:	Banyak yang tidak suka sama saya, Bu. Kata mereka saya menakutkan. Padahal saya tidak niat, tapi ya kalau sudah kesal saya memang langsung meledak.

P	:	Apakah kamu merasa apa yang mereka katakan itu benar?
FN	:	Mungkin iya, Bu. Saya sendiri juga sadar saya kadang terlalu reaktif. Tapi susah nahan kalau sudah terpancing.

B. Gambaran Perilaku Agresif

P	:	Bisa kamu ceritakan salah satu kejadian konkret perilaku agresif yang pernah kamu lakukan di sekolah ini?
FN	:	Pernah, Bu, sekitar dua minggu lalu. Ada teman yang mengolok-olok cara bicara saya di depan banyak orang. Saya langsung berdiri, lempar buku ke mejanya, terus saya bentak dia keras sekali. Sampai satu kelas diam semua.

P	:	Apa yang kamu rasakan saat melakukan itu?
FN	:	Waktu itu saya merasa lega, Bu. Seperti ada yang terlepas. Tapi setelahnya saya jadi malu sendiri. Apalagi teman-teman langsung menjauh.

P	:	Apakah ini bukan pertama kalinya? Sudah sering terjadi?
----------	---	---

FN	:	Sudah sering, Bu. Dari SD saya sudah begini. Di SMP juga pernah sampai dipindahkan kelas. Sekarang di sini pun masih sama.
-----------	---	--

P	:	Pernahkah perilaku ini menyebabkan kamu terluka atau melukai orang lain secara fisik?
----------	---	---

FN	:	Pernah, Bu. Saya pernah mencubit teman sangat keras waktu kelas sembilan sampai memar. Saya sangat menyesal setelah itu. Dan dia tidak mau berteman dengan saya lagi.
-----------	---	---

C. Faktor Pemicu dan Refleksi Diri

P	:	Apakah ada pola tertentu yang selalu memicu kamu menjadi agresif? Misalnya kata-kata atau situasi tertentu?
----------	---	---

FN	:	Iya, Bu. Paling sensitif kalau ada yang mengejek kekurangan fisik saya atau meremehkan kemampuan saya. Itu paling cepat bikin saya meledak.
-----------	---	---

P	:	Apakah kamu tahu bahwa ada cara-cara tertentu yang bisa membantu kamu meredam emosi sebelum meledak?
----------	---	--

FN	:	Sedikit tahu, Bu. Pernah baca di internet tentang tarik napas dalam-dalam. Tapi waktu lagi marah benaran, saya lupa atau tidak sempat.
-----------	---	--

P	:	Apakah kamu memiliki keinginan serius untuk mengubah perilaku ini? Apa motivasi kamu?
----------	---	---

FN	:	Sangat mau, Bu. Saya tidak mau kehilangan teman terus karena sifat saya. Dan saya mau lulus dengan baik. Kalau terus begini, saya takut dikeluarkan dari sekolah.
-----------	---	---

Catatan Peneliti:

FN: Siswa memiliki riwayat perilaku agresif yang panjang sejak sekolah dasar, mengindikasikan pola yang telah terkondisi kuat. Sensitivitas tinggi terhadap ejekan/kritik menjadi pemicu utama. Motivasi berubah tinggi dan didorong oleh keinginan mempertahankan pertemanan dan status akademik. Teknik desensitisasi sistematis dan latihan asertif perlu diintegrasikan dalam sesi konseling.

Lampiran 08

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) KONSELING INDIVIDUAL (Pertemuan ke-1)

A. IDENTITAS LAYANAN

Komponen	Keterangan
Satuan Pendidikan	SMK BM Taman Siswa Medan
Tahun Ajaran	2025/2026
Kelas	X Akuntansi 1
Pelaksana	Guru BK/Konselor
Jenis Layanan	Konseling Individual
Waktu Pelaksanaan	2026
Alokasi Waktu	1 x 45 Menit
Tempat Pelaksanaan	Ruang Konseling

B. MATERI DAN PENDEKATAN LAYANAN

Komponen	Uraian
Nama Konseli	AR (Inisial: AR)
Masalah yang Dibahas	Perilaku agresif fisik: memukul, mendorong, dan melempar benda kepada teman sekelas
Pendekatan	Behavioristik
Teknik	Relaksasi Progresif dan Analisis ABC (Antecedent-Behavior-Consequence)
Tujuan Konseling	Konseli mampu mengenali pemicu perilaku agresif fisik dan menerapkan teknik relaksasi sebagai respons alternatif pengganti perilaku agresif

C. DESKRIPSI KASUS

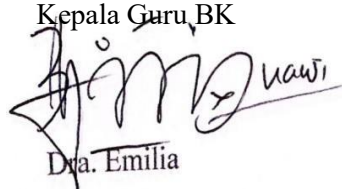
Konseli AR adalah siswa kelas XI Akuntansi 1 yang diketahui kerap menunjukkan perilaku agresif fisik di lingkungan sekolah. Berdasarkan laporan guru dan observasi, AR sering memukul dan mendorong teman, bahkan melempar benda ketika merasa frustrasi atau tersinggung. Perilaku ini berdampak negatif pada iklim kelas dan hubungan sosial konseli. Melalui pendekatan behavioristik, konseling ini bertujuan mengidentifikasi anteseden, perilaku, dan konsekuensi (ABC) serta melatih respons adaptif berupa relaksasi.

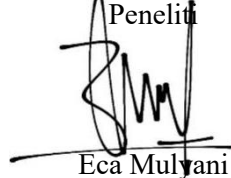
D. KEGIATAN LAYANAN KONSELING

Fase	Waktu	Uraian Kegiatan
Pembukaan	5 menit	Konselor menyambut konseli dengan hangat, membangun rapport, menjelaskan asas kerahasiaan, tujuan serta prosedur konseling individual. Konseli diajak merasa nyaman dan aman untuk bercerita.
Eksplorasi Masalah	10 menit	Konselor mengeksplorasi masalah konseli melalui pertanyaan terbuka: menggali latar belakang perilaku agresif fisik (memukul, mendorong teman), kapan dan mengapa perilaku tersebut muncul, serta dampak yang dirasakan konseli dan orang lain.
Asesmen Perilaku (ABC)	10 menit	Konselor menggunakan analisis ABC (Antecedent – Behavior – Consequence): mengidentifikasi stimulus/pemicu (anteseden), respons agresif yang ditunjukkan (perilaku), dan konsekuensi yang diterima (akibat). Data dicatat sebagai baseline.
Intervensi: Relaksasi	12 menit	Konselor memperkenalkan teknik relaksasi progresif (progressive muscle relaxation) sebagai respons alternatif ketika muncul stimulus pemicu. Konseli dipandu mempraktikkan teknik pernapasan dalam dan relaksasi otot secara bertahap.
Komitmen & Penutup	8 menit	Konselor dan konseli merumuskan komitmen awal: konseli setuju untuk mencoba teknik relaksasi ketika merasa tersulut emosi sebelum bertindak. Konselor memberikan tugas rumah (self-monitoring) dan menutup sesi dengan hangat.

E. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT

Evaluasi dilakukan melalui observasi perilaku selama satu minggu pasca sesi menggunakan lembar self-monitoring. Konseli diharapkan mampu mengurangi frekuensi perilaku agresif fisik minimal 50% dari baseline. Tindak lanjut berupa sesi konseling lanjutan jika perilaku belum menunjukkan penurunan signifikan.

Mengetahui,
Kepala Guru BK

Dra. Emilia

Medan, 10 April 2026
Peneliti

Eca Mulyani

Lampiran 09

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) KONSELING INDIVIDUAL (Pertemuan ke-2)

A. IDENTITAS LAYANAN

Komponen	Keterangan
Satuan Pendidikan	SMK BM Taman Siswa Medan
Tahun Ajaran	2025/2026
Kelas	X Akuntansi 1
Pelaksana	Guru BK/Konselor
Jenis Layanan	Konseling Individual
Waktu Pelaksanaan	2026
Alokasi Waktu	1 x 45 Menit
Tempat Pelaksanaan	Ruang Konseling

B. MATERI DAN PENDEKATAN LAYANAN

Komponen	Uraian
Nama Konseli	DL (Inisial: DL)
Masalah yang Dibahas	Perilaku agresif verbal: memaki, mengumpat, dan berteriak kepada teman maupun guru
Pendekatan	Behavioristik
Teknik	Token Economy dan Modeling (Demonstrasi Perilaku Asertif)
Tujuan Konseling	Konseli mampu mengidentifikasi pola pikir pemicu kemarahan dan mengganti respons verbal agresif dengan komunikasi asertif yang adaptif

C. DESKRIPSI KASUS

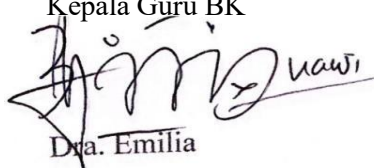
Konseli DL adalah siswa kelas X Akuntansi 1 yang sering menunjukkan perilaku agresif verbal di lingkungan sekolah. Konseli kerap menggunakan kata-kata kasar, berteriak, dan memaki baik kepada teman sebaya maupun kepada guru. Berdasarkan hasil asesmen awal, perilaku ini dipicu oleh kesulitan mengekspresikan frustrasi dan keyakinan negatif bahwa ia tidak dihargai. Pendekatan behavioristik diterapkan melalui sistem token economy dan modeling perilaku asertif untuk membentuk respons komunikasi yang lebih konstruktif.

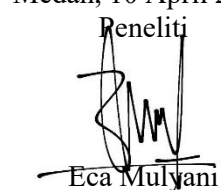
D. KEGIATAN LAYANAN KONSELING

Fase	Waktu	Uraian Kegiatan
Pembukaan	5 menit	Konselor menyambut konseli DL, memperbarui rapport, mengingatkan kembali asas kerahasiaan, dan menyampaikan tujuan pertemuan konseling kedua yang berfokus pada perilaku agresif verbal.
Eksplorasi Masalah	10 menit	Konselor menggali pola perilaku agresif verbal konseli: memaki, mengumpat, berteriak kepada teman dan guru. Konseli diminta menceritakan situasi terkini, perasaan yang mendahului, dan reaksi orang sekitar terhadap perilakunya.
Analisis Perilaku & Pikiran	10 menit	Konselor membantu konseli mengidentifikasi pola pikir yang memicu kemarahan dan respons verbal agresif (cognitive-behavioral analysis). Konselor membantu konseli mengenali distorsi kognitif seperti 'orang lain selalu meremehkan saya'.
Intervensi: Token Economy & Modeling	12 menit	Konselor menjelaskan dan menyepakati sistem token economy: setiap hari konseli tidak melakukan agresif verbal, ia mendapat poin/token. Konselor juga melakukan modeling (demonstrasi) cara merespons situasi konflik secara asertif tanpa agresif.
Komitmen & Penutup	8 menit	Konseli menetapkan target perilaku mingguan bersama konselor, menyepakati kartu monitoring harian, dan merencanakan jadwal evaluasi pertemuan berikutnya. Konselor menutup dengan penguatan positif.

E. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT

Evaluasi dilakukan melalui pemantauan kartu poin harian selama satu minggu. Konselor berkoordinasi dengan wali kelas untuk memvalidasi perubahan perilaku. Target: tidak ada episode agresif verbal selama minimal 4 hari dalam seminggu. Jika target belum tercapai, sesi konseling dijadwalkan ulang dengan penguatan teknik.

Mengetahui,
Kepala Guru BK

Dra. Emilia

Medan, 10 April 2026
Peneliti

Eca Mulyani

Lampiran 10

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

KONSELING INDIVIDUAL

(Pertemuan ke-3)

A. IDENTITAS LAYANAN

Komponen	Keterangan
Satuan Pendidikan	SMK BM Taman Siswa Medan
Tahun Ajaran	2025/2026
Kelas	X Akuntansi 1
Pelaksana	Guru BK/Konselor
Jenis Layanan	Konseling Individual
Waktu Pelaksanaan	2026
Alokasi Waktu	1 x 45 Menit
Tempat Pelaksanaan	Ruang Konseling

B. MATERI DAN PENDEKATAN LAYANAN

Komponen	Uraian
Nama Konseli	FN (Inisial: FN)
Masalah yang Dibahas	Perilaku agresif relasional: menyebarkan gosip, mengucilkan teman, dan memanipulasi hubungan sosial di kelas
Pendekatan	Behavioristik
Teknik	Shaping dan Behavior Contract (Kontrak Perilaku)
Tujuan Konseling	Konseli mampu menghentikan perilaku agresif relasional dan menggantikannya dengan perilaku prososial melalui komitmen kontrak perilaku yang terukur

C. DESKRIPSI KASUS

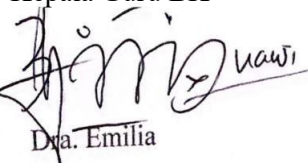
Konseli FN adalah siswa kelas X Akuntansi 1 yang menunjukkan pola agresif relasional yang berdampak pada kohesi sosial kelas. FN diketahui kerap menyebarkan desas-desus tentang teman, mengorganisir pengucilan sosial, dan memanipulasi dinamika pertemanan untuk kepentingan pribadi. Perilaku ini tidak terlihat secara kasat mata namun berdampak besar pada iklim psikologis kelas. Konseling ini merupakan sesi lanjutan yang berfokus pada evaluasi perkembangan dan penguatan perubahan perilaku prososial melalui teknik shaping dan kontrak perilaku.

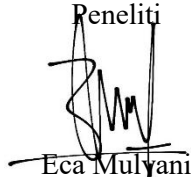
D. KEGIATAN LAYANAN KONSELING

Fase	Waktu	Uraian Kegiatan
Pembukaan	5 menit	Konselor menyambut konseli FN, membangun kembali hubungan konseling yang kondusif, menyampaikan agenda pertemuan: mengevaluasi perkembangan perilaku dan memperkuat perubahan yang telah dicapai.
Review & Eksplorasi Lanjutan	10 menit	Konselor melakukan review tugas monitoring mandiri yang diberikan sebelumnya. Konseli menceritakan perkembangan: apakah masih melakukan agresif relasional (menyebarkan gosip, mengucilkan teman, memanipulasi hubungan sosial)?
Penguatan (Reinforcement)	10 menit	Konselor memberikan penguatan positif (verbal reinforcement) atas kemajuan yang ditunjukkan konseli. Apabila masih terdapat perilaku agresif relasional, konselor menganalisis hambatan dan memodifikasi rencana intervensi.
Intervensi: Shaping & Behavior Contract	12 menit	Konselor menggunakan teknik shaping: memperkuat secara bertahap setiap perilaku prososial yang ditampilkan konseli. Konselor dan konseli menyusun kontrak perilaku (behavior contract) yang memuat target konkret: tidak menyebarkan gosip, aktif mengajak teman bergabung, dan bersikap empati.
Evaluasi, Rencana Tindak Lanjut & Penutup	8 menit	Konselor bersama konseli mengevaluasi keseluruhan proses konseling tiga sesi: perubahan perilaku yang telah dicapai, hambatan yang masih ada, dan rencana pemeliharaan perubahan. Konselor memberikan motivasi dan menutup layanan konseling dengan penguatan positif.

E. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT

Evaluasi mencakup: (1) penilaian sosiometri pasca konseling untuk mengukur perubahan pola relasi sosial FN di kelas; (2) laporan observasi guru selama dua minggu; (3) evaluasi ketercapaian kontrak perilaku. Tindak lanjut berupa konsultasi dengan orang tua dan koordinasi dengan guru BK lain apabila perilaku agresif relasional masih berlanjut.

Mengetahui,
Kepala Guru BK

Dra. Emilia

Medan, 10 April 2026
Peneliti

Eca Mulyani

Lampiran 11

LAPORAN KONSELING AWAL KONSELING INDIVIDUAL (Pertemuan ke-1)

A. IDENTITAS LAYANAN

Satuan Pendidikan	: SMK BM Taman Siswa Medan
Tahun Ajaran	: 2025/2026
Kelas	: X Akuntansi 1
Pelaksana	: Guru BK/Konselor
Jenis Layanan	: Konseling Individual
Waktu Pelaksanaan	: Medan, 10 April 2026
Alokasi Waktu	: 1 × 45 Menit
Tempat Pelaksanaan	: Ruang Konseling

B. IDENTITAS KONSELI

Nama Konseli (Inisial)	: AR
Jenis Kelamin	: Laki-laki / Perempuan*
Kelas	: X Akuntansi 1
Jenis Masalah	: Perilaku Agresif Fisik

C. LATAR BELAKANG MASALAH

Konseli AR adalah siswa kelas X Akuntansi 1 SMK BM Taman Siswa Medan yang kerap menunjukkan perilaku agresif fisik di lingkungan sekolah. Berdasarkan laporan guru mata pelajaran dan hasil observasi konselor, AR sering memukul dan mendorong teman sekelas, bahkan melempar benda ketika merasa frustrasi atau tersinggung. Perilaku ini berdampak negatif pada iklim kelas, mengganggu proses pembelajaran, serta merugikan hubungan sosial konseli dengan teman sebayanya. Konseling awal ini dilakukan guna mengidentifikasi akar permasalahan, memetakan pola anteseden-perilaku-konsekuensi, serta merancang intervensi yang tepat.

D. HASIL ASESMEN AWAL

Teknik Asesmen : Wawancara terbuka, Analisis ABC (Antecedent–Behavior–Consequence), Observasi perilaku

Temuan Asesmen:

- Konseli sering bereaksi secara fisik (memukul, mendorong, melempar benda) ketika merasa tersinggung oleh perkataan atau tindakan teman.
- Anteseden utama: ejekan, candaan berlebihan, atau konflik pendapat kecil dengan teman sekelas.
- Konsekuensi yang diterima: teguran guru, penolakan sosial dari teman, dan perasaan malu setelah perilaku agresif terjadi.
- Konseli mengakui kesulitan mengendalikan impuls emosional sebelum bertindak agresif.
- Belum pernah mendapatkan strategi pengelolaan emosi yang terstruktur sebelumnya.

E. RUMUSAN MASALAH

Konseli AR mengalami kesulitan dalam mengelola impuls emosional yang memicu perilaku agresif fisik. Perilaku ini terbentuk karena kurangnya keterampilan respons adaptif ketika menghadapi situasi yang memancing frustrasi. Tanpa intervensi, perilaku ini berpotensi semakin mengakar dan merugikan konseli baik secara sosial maupun akademis.

F. RENCANA INTERVENSI

Pendekatan : Behavioristik

Teknik yang Digunakan : Relaksasi Progresif (Progressive Muscle Relaxation) dan Analisis ABC

Tujuan Konseling : Konseli mampu mengenali pemicu perilaku agresif fisik dan menerapkan teknik relaksasi sebagai respons alternatif pengganti perilaku agresif

Rencana Tindakan:

- Membangun rapport dan menjelaskan prosedur serta asas kerahasiaan konseling.
- Melakukan analisis ABC untuk memetakan anteseden, perilaku agresif, dan konsekuensinya.
- Memperkenalkan dan melatih teknik relaksasi progresif dan pernapasan dalam.
- Menetapkan komitmen konseli untuk menerapkan teknik relaksasi ketika muncul pemicu.
- Memberikan lembar self-monitoring sebagai tugas rumah untuk memantau frekuensi perilaku agresif.

G. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT

Evaluasi dilakukan melalui observasi perilaku selama satu minggu pasca sesi menggunakan lembar self-monitoring yang diisi konseli. Target keberhasilan: penurunan frekuensi perilaku agresif fisik minimal 50% dari data baseline. Tindak lanjut berupa sesi konseling lanjutan apabila perilaku belum menunjukkan penurunan yang signifikan dalam satu minggu pertama.

Lampiran 12

KONSELING AWAL KONSELING INDIVIDUAL (Pertemuan ke-1)

A. IDENTITAS LAYANAN

Satuan Pendidikan	: SMK BM Taman Siswa Medan
Tahun Ajaran	: 2025/2026
Kelas	: X Akuntansi 1
Pelaksana	: Guru BK/Konselor
Jenis Layanan	: Konseling Individual
Waktu Pelaksanaan	: Medan, 10 April 2026
Alokasi Waktu	: 1 × 45 Menit
Tempat Pelaksanaan	: Ruang Konseling

B. IDENTITAS KONSELI

Nama Konseli (Inisial)	: DL
Jenis Kelamin	: Laki-laki / Perempuan*
Kelas	: X Akuntansi 1
Jenis Masalah	: Perilaku Agresif Verbal

C. LATAR BELAKANG MASALAH

Konseli DL adalah siswa kelas XI Akuntansi 1 SMK BM Taman Siswa Medan yang sering menunjukkan perilaku agresif verbal di lingkungan sekolah. Konseli kerap menggunakan kata-kata kasar, berteriak, dan memaki baik kepada teman sebaya maupun kepada guru. Berdasarkan hasil asesmen awal, perilaku ini dipicu oleh kesulitan mengekspresikan frustrasi secara konstruktif serta keyakinan negatif bahwa dirinya tidak dihargai oleh orang-orang di sekitarnya. Kondisi ini berdampak pada hubungan sosial konseli dengan guru dan teman, serta mengganggu suasana belajar di kelas.

D. HASIL ASESMEN AWAL

Teknik Asesmen : Wawancara terbuka, Analisis kognitif-behavioral (identifikasi distorsi kognitif), Observasi dan laporan guru

Temuan Asesmen:

- Konseli menggunakan kata-kata kasar dan berteriak ketika merasa tidak diperhatikan atau diremehkan oleh orang lain.
- Terdapat distorsi kognitif: konseli meyakini bahwa 'orang lain selalu meremehkan saya', sehingga bereaksi defensif dan agresif.
- Perilaku agresif verbal muncul terutama dalam situasi konflik kelompok, diskusi kelas, atau ketika mendapat teguran dari guru.
- Konseli memiliki keinginan untuk berkomunikasi lebih baik namun belum memiliki keterampilan asertif yang memadai.
- Konseli bersedia mengikuti proses konseling dan terbuka terhadap perubahan perilaku.

E. RUMUSAN MASALAH

Konseli DL mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi dan kebutuhan secara asertif. Keyakinan negatif tentang penghargaan dari orang lain mendorong terbentuknya respons verbal agresif sebagai mekanisme pertahanan. Intervensi diperlukan untuk memodifikasi distorsi kognitif dan membangun keterampilan komunikasi yang konstruktif.

F. RENCANA INTERVENSI

Pendekatan : Behavioristik

Teknik yang Digunakan : Token Economy dan Modeling (Demonstrasi Perilaku Asertif)

Tujuan Konseling : Konseli mampu mengidentifikasi pola pikir pemicu kemarahan dan mengganti respons verbal agresif dengan komunikasi asertif yang adaptif

Rencana Tindakan:

- Memperbarui rapport dan menyampaikan tujuan konseling kedua yang berfokus pada agresif verbal.
- Mengeksplorasi pola agresif verbal dan distorsi kognitif yang mendasarinya.
- Menjelaskan dan menyepakati sistem token economy: pemberian poin/token setiap hari bebas agresif verbal.

- Melakukan modeling (demonstrasi) cara merespons konflik secara asertif tanpa agresif.
- Menetapkan target perilaku mingguan dan menyerahkan kartu monitoring harian kepada konseli.

G. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT

Evaluasi dilakukan melalui pemantauan kartu poin harian selama satu minggu. Konselor berkoordinasi dengan wali kelas untuk memvalidasi perubahan perilaku. Target keberhasilan: tidak ada episode agresif verbal selama minimal 4 hari dalam satu minggu. Apabila target belum tercapai, sesi konseling dijadwalkan ulang dengan penguatan teknik dan modifikasi rencana intervensi.

Lampiran 13

LAPORAN KONSELING AWAL KONSELING INDIVIDUAL (Pertemuan ke-1)

A. IDENTITAS LAYANAN

Satuan Pendidikan	: SMK BM Taman Siswa Medan
Tahun Ajaran	: 2025/2026
Kelas	: X Akuntansi 1
Pelaksana	: Guru BK/Konselor
Jenis Layanan	: Konseling Individual
Waktu Pelaksanaan	: Medan, 10 April 2026
Alokasi Waktu	: 1 × 45 Menit
Tempat Pelaksanaan	: Ruang Konseling

B. IDENTITAS KONSELI

Nama Konseli (Inisial)	: FN
Jenis Kelamin	: Laki-laki / Perempuan*
Kelas	: X Akuntansi 1
Jenis Masalah	: Perilaku Agresif Relasional

C. LATAR BELAKANG MASALAH

Konseli FN adalah siswa kelas X Akuntansi 1 SMK BM Taman Siswa Medan yang menunjukkan pola agresif relasional yang berdampak pada kohesi sosial kelas. FN diketahui kerap menyebarkan desas-desus tentang teman, mengorganisir pengucilan sosial, dan memanipulasi dinamika pertemanan untuk kepentingan pribadi. Berbeda dengan perilaku agresif fisik maupun verbal, bentuk agresif relasional ini tidak mudah terdeteksi secara langsung namun dampaknya sangat signifikan terhadap iklim psikologis dan dinamika sosial di kelas. Konseling ini merupakan sesi lanjutan yang berfokus pada evaluasi perkembangan dan penguatan perubahan perilaku prososial.

D. HASIL ASESMEN AWAL

Teknik Asesmen : Wawancara mendalam, Review lembar monitoring mandiri, Sosiometri kelas, Laporan observasi guru

Temuan Asesmen:

- Konseli terlibat dalam penyebaran gosip dan informasi yang tidak akurat tentang teman sekelas.
- Konseli menginisiasi dan mengorganisir pengucilan sosial terhadap teman tertentu di kelas.
- Perilaku manipulatif muncul sebagai strategi untuk mempertahankan posisi sosial dan pengaruh di antara teman sebaya.
- Konseli menunjukkan kesadaran parsial bahwa perilakunya merugikan orang lain, namun merasa sulit menghentikannya.
- Terdapat penurunan kualitas hubungan pertemanan dan iklim kelas yang dirasakan oleh guru dan siswa lain.

E. RUMUSAN MASALAH

Konseli FN mengembangkan pola agresif relasional sebagai mekanisme untuk mendapatkan dan mempertahankan kekuatan sosial di lingkungan kelas. Perilaku ini berdampak buruk pada iklim psikologis kelas dan hubungan antarpribadi. Intervensi melalui teknik shaping dan kontrak perilaku diperlukan untuk membentuk perilaku prososial secara bertahap dan terukur.

F. RENCANA INTERVENSI

Pendekatan : Behavioristik

Teknik yang Digunakan : Shaping dan Behavior Contract (Kontrak Perilaku)

Tujuan Konseling : Konseli mampu menghentikan perilaku agresif relasional dan menggantikannya dengan perilaku prososial melalui komitmen kontrak perilaku yang terukur

Rencana Tindakan:

- Membangun kembali hubungan konseling yang kondusif dan menyampaikan agenda evaluasi pertemuan ketiga.
- Melakukan review tugas monitoring mandiri dan eksplorasi perkembangan perilaku agresif relasional.
- Memberikan penguatan positif (verbal reinforcement) atas setiap kemajuan yang ditunjukkan konseli.
- Menerapkan teknik shaping: memperkuat secara bertahap setiap perilaku prososial yang ditampilkan.

- Menyusun kontrak perilaku (behavior contract) dengan target konkret: tidak menyebarkan gosip, aktif mengajak teman bergabung, dan menunjukkan sikap empati.
- Melakukan evaluasi menyeluruh tiga sesi konseling dan menyepakati rencana pemeliharaan perubahan perilaku.

G. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT

Evaluasi mencakup: (1) penilaian sosiometri pasca konseling untuk mengukur perubahan pola relasi sosial FN di kelas; (2) laporan observasi guru selama dua minggu; (3) evaluasi ketercapaian kontrak perilaku yang disepakati. Tindak lanjut berupa konsultasi dengan orang tua dan koordinasi dengan guru BK lain apabila perilaku agresif relasional masih berlanjut setelah tiga sesi konseling.

Lampiran 14



**YAYASAN PERSATUAN PERGURUAN TAMANSISWA
BERPUSAT DIYOGYAKARTA
PERGURUAN TAMANSISWA CABANG MEDAN**

Menyelenggarakan :

Bagian Taman Indria (TK); Bagian Taman Muda (SD); Bagian Taman Dewasa (SMP)
Bagian Taman Madya (SMA); Bagian Taman Karya Madya (S M K)

Alamat : Jl. Bakaran Batu No.18 Medan - 20214 Telepon (061)7320536 - 7346209

Website : tamansiswamedan.sch.id Email : tamansiswamdn1929@yahoo.com

Facebook : Perguruan Tamansiswa Medan Fax : 061-7350609

Bank : Mandiri KCP Medan Krakatau. No.Rek : 70473778308

Nomor : 213/SMK-TKME/E/111/2026

Lampiran : -

Medan 10 April 2026

Perihal : *Surat Pelaksanaan Penelitian/Riset*

Kepada Yth.
Bapak/Ibu Dekan FKIP
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Jl. Mukhtar Basri No 3, Medan

Di-

Tempat

Saya yang bertanda tanpan dibawah ini

Nama : Edi Suherman, M. Pd

Jabatan : Kepala Sekolah

Instansi : SMKS Tamansiswa Medan Alamat

Instansi : Jalan Sabaruddin No 8 Medan

Menerangkan bahwa mahasiswa dibawah ini:

Nama : **Eca Mulyani**

NPM : 2202080080

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Telah melaksanakan Penelitian/Riset di SMKS Taman siswa Medan mulai tanggal 10 Maret s.d 10 April 2026 dengan judul "Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan *Behavioristik* untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMKS BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026". Secara Baik dan Lancar.

Demikian surat ini kami perbuat, semoga dapat dipergunakan dengan semestinya.

Salam Kekeluargaan,
Kepala SMKS Tamansiswa Medan

Edi Suherman, M Pd

Lampiran 15

KISI-KISI PEDOMAN WAWANCARA

Informan 1: Guru Bimbingan dan Konseling (Guru BK)

Penelitian: Penerapan Konseling Individual Pendekatan Behavioristik dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa

SMKBM Taman Siswa Medan

No.	Aspek	Indikator	Butir Pertanyaan	No. Butir
1	Layanan Bimbingan dan Konseling	Jenis layanan BK yang pernah diberikan kepada siswa	Layanan BK apa saja yang pernah Bapak berikan kepada siswa di sekolah ini?	1
2	Pelaksanaan Konseling Individual	Frekuensi dan mekanisme pelaksanaan konseling individual kepada siswa	Apakah Bapak pernah melaksanakan layanan konseling individual kepada siswa? Bagaimana prosedur pelaksanaannya?	2
3	Permasalahan Perilaku Siswa	Bentuk perilaku agresif fisik dan verbal yang dominan terjadi di sekolah	Masalah terbesar seperti apa yang paling sering terjadi di SMKBM Taman Siswa ini?	3
4	Hambatan Penanganan Masalah	Kendala-kendala yang dihadapi dalam proses pemberian layanan kepada siswa berperilaku agresif	Hambatan apa saja yang Bapak alami ketika menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada siswa?	4
5	Upaya Penanganan Perilaku Agresif	Strategi, teknik, dan pendekatan (behavioristik) yang digunakan untuk mengatasi perilaku agresif siswa	Upaya apa yang Bapak lakukan untuk mengatasi permasalahan perilaku agresif siswa?	5

Lampiran 16

KISI-KISI PEDOMAN WAWANCARA

Informan 2: Wali Kelas

Penelitian: Penerapan Konseling Individual Pendekatan Behavioristik dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa

SMKBM Taman Siswa Medan

No.	Aspek	Indikator	Butir Pertanyaan	No. Butir
1	Permasalahan Umum di Kelas	Ragam permasalahan siswa yang dijumpai wali kelas sehari-hari	Apa saja permasalahan yang Ibu temui di kelas ini?	1
2	Keberadaan Perilaku Agresif Siswa	Indikasi perilaku agresif fisik dan verbal siswa yang teramati di kelas	Adakah siswa di kelas ini yang memiliki permasalahan perilaku agresif? Seperti apa bentuk perilakunya?	2
3	Penanganan Perilaku Agresif oleh Wali Kelas	Langkah penanganan awal dan mekanisme rujukan siswa ke Guru BK	Bagaimana cara Ibu mengatasi permasalahan perilaku agresif tersebut?	3
4	Koordinasi dengan Guru BK	Frekuensi dan mekanisme koordinasi wali kelas bersama guru BK terkait permasalahan siswa	Apakah Ibu pernah melakukan koordinasi mengenai permasalahan di kelas ini dengan guru bimbingan konseling?	4
5	Pengetahuan tentang Layanan BK	Pemahaman wali kelas terhadap pendekatan konseling behavioristik yang diterapkan Guru BK	Apakah Ibu mengetahui bagaimana cara guru bimbingan konseling memberikan layanan kepada siswa?	5

Lampiran 17

KISI-KISI PEDOMAN WAWANCARA

Informan 3: Siswa (AR, DL, FN)

Penelitian: Penerapan Konseling Individual Pendekatan Behavioristik dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa

SMKBM Taman Siswa Medan

No.	Sub-bagian	Aspek	Indikator	Butir Pertanyaan	No. Butir
1	A. Identitas dan Latar Belakang	Kondisi Keseharian di Sekolah	Kondisi umum dan kenyamanan siswa dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah	Bagaimana kabar kamu hari ini? Apakah kamu menikmati kegiatan belajar di sini? Ceritakan keseharianmu di sekolah.	1
2		Hubungan Sosial dengan Teman Sebaya	Kualitas hubungan sosial siswa dengan teman-teman sekelasnya	Bagaimana hubunganmu dengan teman-teman sekelas? Apakah ada yang terasa mengganggu atau membuatmu tidak nyaman?	2
3	B. Gambaran Perilaku Agresif	Bentuk Perilaku Agresif	Wujud perilaku agresif fisik dan verbal yang ditampilkan siswa dalam keseharian	Seperti apa bentuk kemarahan atau perilaku agresif yang kamu tunjukkan ketika merasa terganggu? Bisakah kamu ceritakan satu kejadian konkret?	3
4		Frekuensi Perilaku Agresif	Seberapa sering perilaku agresif muncul dalam keseharian siswa di sekolah	Seberapa sering hal itu terjadi, misalnya dalam satu minggu?	4
5		Kesadaran Diri atas Perilaku	Penilaian siswa atas kesesuaian respons agresif yang ia tunjukkan	Apakah kamu sendiri merasa bahwa cara kamu merespons itu sudah tepat? Bagaimana perasaanmu setelah melakukannya?	5
6		Dampak Perilaku Agresif	Konsekuensi sosial dan akademik akibat perilaku agresif siswa	Apakah ada dampak yang kamu rasakan setelah berperilaku seperti itu, baik dari teman, guru, maupun sanksi dari sekolah?	6
7		Kondisi Emosi Sebelum Tindakan Agresif	Sensasi fisik dan psikologis yang dirasakan siswa sesaat sebelum bertindak agresif	Apa yang kamu rasakan di dalam diri sesaat sebelum kamu melakukan tindakan agresif tersebut?	7

No.	Sub-bagian	Aspek	Indikator	Butir Pertanyaan	No. Butir
8	C. Faktor Pemicu dan Refleksi Diri	Pemicu Perilaku Agresif di Sekolah	Situasi, kata-kata, atau tindakan spesifik yang menjadi trigger perilaku agresif siswa	Menurut kamu, apa yang paling sering memicu kemarahan atau perilaku agresif kamu? Apakah ada pola tertentu?	8
9		Pengaruh Lingkungan Keluarga	Dampak kondisi keluarga terhadap emosi dan perilaku siswa di sekolah	Di luar sekolah, apakah ada hal-hal yang membuat kamu stres dan berpengaruh pada mood kamu ketika di sekolah?	9
10		Pemahaman Akar Masalah	Pemahaman siswa atas faktor yang menyebabkan sulitnya mengendalikan emosi	Menurut penilaian kamu sendiri, mengapa kamu sulit mengontrol diri ketika sedang marah?	10
11		Upaya Mandiri Mengelola Emosi	Strategi coping yang pernah dicoba siswa untuk meredam perilaku agresif secara mandiri	Pernahkah kamu mencoba cara lain untuk mengatasi rasa marah selain dengan kekerasan atau tindakan agresif?	11
12		Motivasi dan Kesiapan Berubah	Kesiapan dan motivasi siswa untuk mengikuti proses konseling behavioristik	Apakah kamu memiliki keinginan serius untuk berubah? Apakah kamu bersedia mengikuti proses konseling untuk belajar mengelola emosi?	12

Lampiran 18



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

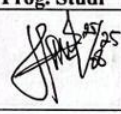

Form : K - 1

Kepada Yth: Ibu Ketua & Sekretaris
 Program Studi Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Perihal : PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Eca Mulyani
 NPM : 2202080080
 Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
 Kredit Kumulatif : 120 SKS
 IPK= 3,82

Persetujuan Ket./Sekret. Prog. Studi	Judul yang Diajukan	Disahkan oleh Dekan
	Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan <i>Cognitive Behavioral therapy</i> untuk Mencegah Perilaku Pornografi, Masturbasi dan Orgasme (PMO) Remaja di SMA Negeri 10 Medan	
	Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membantu Siswa Menjaga Kesehatan Mental Ditengah Tekanan Media Sosial Studi Fenomenologis Dengan Teknik Wawancara di SMA Negeri 10 Medan	
	Penerapan Konseling Individu dengan Teknik <i>Role Playing</i> Untuk Mengatasi Kecemasan Akademik Siswa di SMA Negeri 10 Medan	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Agustus 2025
 Hormat Pemohon,



Eca Mulyani

Keterangan:

- Dibuat rangkap 3 :- Untuk Dekan/Fakultas
 - Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 19



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form K-2

Kepada : Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Assalamu 'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavioral therapy* untuk Mencegah Perilaku Pornografi, Orgasme dan Masturbasi (PMO) Remaja di SMA Negeri 10 Medan

Sekaligus saya mengusulkan/ menunjuk Bapak/ Ibu:

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons. *As 25/25*

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/ Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Agustus 2025
Hormat Pemohon,

Eca Mulyani

Keterangan

Dibuat rangkap 3 :
- Untuk Dekan / Fakultas
- Untuk Ketua / Sekretaris Prog. Studi
- Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan

Lampiran 20



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
Jln. Mukthar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 1970/II.3-AU//UMSU-02/ F/2025
Lamp : ---
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing**

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Eca Mulyani
N P M : 2202080080
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : Penerapan layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavioral uk Mencegah Prilaku Pornografi , Masturbasi dan Orgasme (PMO) Remaja di SMA Negeri 10 Medan

Pembimbing : **Asbi, S.Pd.,M.Pd.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : **25 Agustus 2026**

Medan, 02 Rabiul Awwal 1447 H
25 Agustus 2025 M

Wassalam
Dekan


Dra. Hj. Samsuurnita, M.Pd.
NIP. 0004066701



Dibuat rangkap 5 (lima) :

1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing Materi dan Teknis
4. Pembimbing Riset
5. Mahasiswa yang bersangkutan :
WAJIB MENGIKUTI SEMINAR



Lampiran 21



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Kapten Muchtar Basri, BA No.3 Medan Telp. (061) 661905 Ext, 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Kepada: Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : **Permohonan Perubahan Judul Skripsi**

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Eca Mulyani
N.P.M : 2202080080
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan perubahan judul Skripsi, sebagai mana tercantum di bawah ini:

Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* untuk Mencegah Perilaku Pornografi, Masturbasi, Orgasme (PMO) Remaja di SMA Negeri 10 Medan

Menjadi:

Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Januari 2026

Hormat Pemohon

Eca Mulyani

Diketahui Oleh :

Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd

Lampiran 22



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jalan Kapten Mukhtar Basri No.3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30 Website:
<http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

SURAT PERMOHONAN

Lamp : Satu Berkas
Hal : Seminar Proposal

Yth. Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Bismillahirrahmainarhim

Assalamua'alaikum Wr Wb

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy untuk Mencegah Perilaku Pornografi, Masturbasi, dan Orgasme (PMO) Remaja di SMA Negeri 10 Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

Dengan ini mengajukan seminar proposal skripsi kepada Bapak/Ibu. Sebagai bahan pertimbangan Bapak/Ibu saya lampirkan :

1. Foto kopi proposal skripsi yang telah disetujui pembimbing satu eksamplar;
2. Kwitansi biaya seminar 1 lembar (Asli dan fotocopy)
3. Kwitansi SPP yang sedang berjalan satu lembar (Asli dan fotocopy)
4. Foto kopi K1, K2, K3 masing-masing satu lembar

Demikianlah surat permohonan ini saya sampaikan dihadapan Bapak/Ibu. Atas kesediaan Bapak/Ibu mengabulkan permohonan ini, saya ucapkan terimakasih.

Wassalam, 30 Desember 2025

Pemohon,

Eca Mulyani

Lampiran 23



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Nama : Eca Mulyani
 NPM : 2202080080
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy untuk Mencegah Perilaku Pornografi, Masturbasi, dan Orgasme (PMO) Remaja Di SMA Negeri 10 Medan Tahun Ajaran 2025/2026
 Nama Pembimbing : Asbi, S.Pd.,M.Pd.Kons

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
20 Agustus 2025	Konsultasi awal judul dan latar belakang proposal penelitian	
10 September 2025	Konsultasi lanjutan, Bab I. Fokus penelitian, dan rumusan masalah.	
25 September 2025	Revisi Latar Belakang : menambahkan penelitian terdahulu dilatar belakang	
25 November 2025	Konsultasi Bab II tinjauan pustaka dan Bab III	
18 Desember 2025	Pembahasan teknik analisis data.	
28 Desember 2025	ACC diseminarkan	

Ketua Program Studi
 Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Medan, 30 Desember 2025
 Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd.,M.Pd.Kons

Lampiran 24



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext, 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id




BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Selasa, Tanggal 20 Januari 2026 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.


Nama Lengkap : Eca Mulyani
 N.P.M : 2202080080
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026

No.	Masukan dan Saran
Judul	Perubahan judul penelitian.
Bab I	Latar Belakang diperkuat dengan menambahkan data pendukung, fakta lapangan, serta urgensi penelitian yang lebih jelas.
Bab II	Pendekatan behavioristik dinilai lebih tepat digunakan dalam penelitian ini. Penelitian yg relevan harus merumuskan tujuan penelitian dan mengklasifikasi keterkaitannya dengan judul dan layanan bimbingan kelompok diganti menjadi layanan klasikal.
Bab III	objek Penelitian direvisi menjadi 33 siswa.
Lainnya	Melampirkan stasi dari Dosen UMSU sebagai pendukung landasan teori dan penelitian.
Kesimpulan	[<input checked="" type="checkbox"/>] Disetujui [<input type="checkbox"/>] Ditolak [<input type="checkbox"/>] Disetujui Dengan Adanya Perbaikan

Dosen Pembahas

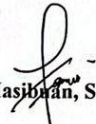

 M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing


 Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons

Panitia Pelaksana,

Ketua


 M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Sekretaris


 Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi, Psikolog

Lampiran 25



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Eca Mulyani
N.P.M : 2202080080
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026

Pada hari Selasa, 20 Januari 2026 sudah layak menjadi proposal skripsi.

Medan, Januari 2026

Disetujui oleh :

Dosen Pembahas

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons

Diketahui oleh
Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Lampiran 26



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp.061-6619056 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO.:

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, menerangkan di bawah ini:

Nama Lengkap : Eca Mulyani
N.P.M : 2202080080
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026

Benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Selasa, 20 Januari 2026.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas kesediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, Januari 2026

Diketahui oleh,

Ketua Prodi


M. Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd

Lampiran 27



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Ppp/PT/III/2024

Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003

<https://kip.umsu.ac.id> fkp@umsu.ac.id [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#)

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

Nomor : 653/II.3-AU/UMSU-02/F/2026
Lamp : ---
Hal : Mohon Izin Riset

Medan, 17 Ramadhan 1447 H
6 Maret 2026 M

Kepada : Yth, Bapak/ Ibu Kepala
SMKBM Taman Siswa Medan
di
Tempat

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari. Sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka dengan ini kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut:

Nama : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Judul : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMKBM Taman Siswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.



[Handwritten Signature]

Dr. H. Syamsuarnita, M.Pd
NIDN 0004066701

**** Pertinggal ****

Lampiran 28



YAYASAN PERSATUAN PERGURUAN TAMANSISWA BERPUSAT DIYOGYAKARTA PERGURUAN TAMANSISWA CABANG MEDAN

Menyelenggarakan :

Bagian Taman Indria (TK); Bagian Taman Muda (SD); Bagian Taman Dewasa (SMP)
Bagian Taman Madya (SMA); Bagian Taman Karya Madya (SMK)

Alamat : Jl. Bakaran Batu No.18 Medan – 20214 Telepon (061) 7320536 – 7346209

Website : tamansiswamedan.sch.id Email : tamansiswamedn1929@yahoo.com

Facebook : Perguruan Tamansiswa Medan Fax : 061-7350609

Bank : Mandiri KCP Medan Krakatau. No.Rek : 70473778308

Nomor : 140/SMK-TKM/E/IV/2026

Medan 13 April 2026

Lampiran : -

Perihal : Surat Pelaksanaan Penelitian/Riset

Kepada Yth.
Bapak/Ibu Dekan FKIP
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Jl. Mukhtar Basri No 3, Medan
Di-
Tempat

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Edi Suherman, M.Pd
Jabatan : Kepala Sekolah
Instansi : SMKS Tamansiswa Medan
Alamat Instansi : Jalan Sabaruddin No 8 Medan

Menerangkan bahwa mahasiswa dibawah ini:

Nama : Eca Mulyani
NPM : 2202080080
Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Telah melaksanakan Penelitian/Riset di SMKS Tamansiswa Medan mulai tanggal 10 Maret s.d 10 April 2026 dengan judul "Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Menggunakan Pendekatan Behavioristik Untu Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMKBM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026". Secara Baik dan Lancar.

Demikian surat ini kami perbuat, semoga dapat dipergunakan dengan semestinya.

Dalam Keluarga,
Edi Suherman, M.Pd
Kepala Sekolah SMKS Tamansiswa Medan

Lampiran 29

Skripsi Eca Mulyani

ORIGINALITY REPORT

16%
SIMILARITY INDEX

16%
INTERNET SOURCES

6%
PUBLICATIONS

12%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	marlinamediabki.wordpress.com Internet Source	6%
2	Submitted to British College of Applied Studies Student Paper	1%
3	docplayer.info Internet Source	1%
4	jurnal.untan.ac.id Internet Source	1%
5	Heni Sulusyawati, Juwanto Juwanto. "Pelatihan Layanan Konseling Individual Bagi Guru Bimbingan dan Konseling", Abdihaz: Jurnal Ilmiah Pengabdian pada Masyarakat, 2020 Publication	1%
6	ejournal.warunayama.org Internet Source	1%
7	jurnal.permapendis-sumut.org Internet Source	1%
8	eprints3.upgris.ac.id Internet Source	1%
9	jurnal.unprimdn.ac.id Internet Source	<1%
10	repository.usd.ac.id Internet Source	

		<1 %
11	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	<1 %
12	e-campus.iainbukittinggi.ac.id Internet Source	<1 %
13	Padiahani Filja. "Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Pendekatan Mauidzah Al-Hasanah dalam Mengatasi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas X MAS Al Washliyah 22", ALSYS, 2025 Publication	<1 %
14	Submitted to UIN Batusangkar Student Paper	<1 %
15	read.bookcreator.com Internet Source	<1 %
16	Submitted to Universitas Muria Kudus Student Paper	<1 %
17	digilib.unimed.ac.id Internet Source	<1 %
18	www.digilib.unpas.ac.id Internet Source	<1 %
19	balitbang.pemkomedan.go.id Internet Source	<1 %
20	adoc.pub Internet Source	<1 %
21	fithrielaesundanimediabki.wordpress.com Internet Source	<1 %
22	Submitted to Universitas Andalas Student Paper	<1 %

23	Submitted to Universitas Islam Riau Student Paper	<1%
24	Submitted to Universitas PGRI Palembang Student Paper	<1%
25	anzdoc.com Internet Source	<1%
26	new-campuran.blogspot.com Internet Source	<1%
27	files.core.ac.uk Internet Source	<1%
28	repository.unugiri.ac.id Internet Source	<1%
29	repository.uma.ac.id Internet Source	<1%
30	Submitted to Linfield Christian School Student Paper	<1%
31	Submitted to Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Student Paper	<1%
32	ojs.uma.ac.id Internet Source	<1%

Exclude quotes On Exclude matches Off
Exclude bibliography On