

PENERAPAN TEKNIK PENGKONDISIAN AVERSI DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENURUNKAN AGRESIVITAS SISWA SMP

Nuril Izzah
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
Email: nurilizzah066@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji signifikansi penerapan teknik pengkondisian aversi dalam konseling kelompok untuk menurunkan agresivitas siswa. Rancangan yang digunakan adalah *pra-eksperimen one group pre-test post-test design* pada populasi 31 siswa dengan sampel 6 siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan ialah skala agresivitas siswa yang telah dilakukan uji validitas butir antara 0,333-0,662 dan uji reliabilitas *Aplha Cronbach* sebesar 0,729. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik statistika parametrik uji t. Hasil analisis data menunjukkan bahwa penerapan teknik pengkondisian aversi dalam konseling kelompok secara signifikan tidak dapat menurunkan agresivitas siswa.

Kata kunci: *Agresivitas Siswa, Konseling Kelompok, Teknik Pengkondisian Aversi*

ABSTRACT

This study aims to examine the significance of the application of aversion conditioning techniques in group counseling to reduce student aggressiveness. The design used was pre-experimental one group pre-test post-test design in a population of 31 students with a sample of 6 students of class VIII D of SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo taken using the technique. purposive sampling. Data collection method used is the scale of student aggressiveness that has been tested by item validity between 0.333-0.662 and Aplha Cronbach reliability test of 0.729. The research data were analyzed using statistical parametric t test. The results of the data analysis showed that the application of aversion conditioning techniques in group counseling significantly could not reduce student aggressiveness.

Keywords: *Student Aggressiveness, Group Counseling, Aversion Conditioning Techniques*

PENDAHULUAN

Agresivitas merupakan perilaku yang sering dijumpai di masyarakat, terutama di lingkungan sekolah. Perilaku agresivitas tergolong perilaku yang rentan dimiliki oleh remaja, karena masa remaja adalah masa pencarian jati diri dan proses peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Menurut Santok dalam Hastuti (2013) masa remaja merupakan masa “badai dan stress” karena pada masa remaja biasanya seorang anak belum mampu mengendalikan fungsi fisik dan psikisnya sehingga berdampak pada penyimpangan norma-norma sosial. Perilaku agresivitas muncul melalui interaksi dari beberapa faktor seperti individu,

keluarga, sosiokultur, dan paparan kekerasan (Caicedo dan Jones dalam Dian, Edi, dan Lilik, 2016). Mitos yang diyakini masyarakat tentang ciri remaja yang sedang berkembang adalah munculnya tingkah laku yang negatif. Remaja bersikap negatif pada umumnya disebabkan oleh lingkungan yang tidak memperlakukan remaja sesuai dengan kebutuhan perkembangan manusia. Tingkah laku negatif pada remaja bukanlah ciri perkembangan remaja yang normal, remaja yang berkembang akan menunjukkan perilaku yang positif. Banyak remaja yang mempunyai sifat agresivitas karena tidak dapat menyelesaikan permasalahannya sehingga mengakibatkan konflik berkepanjangan. Di pihak lain, kondisi konflik berkepanjangan dapat menyebabkan frustrasi yang menimbulkan kemarahan dan emosi sehingga memicu munculnya perilaku agresivitas.

Menurut Lopez dalam Alhadi (2018) perilaku agresivitas tidak muncul begitu saja. Keluarga merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku anak menjadi positif atau negatif. Perilaku yang negatif akan berdampak pada kegagalan belajar dan sulit dalam bersosialisasi, sedangkan perilaku yang positif dapat menjadikan remaja tumbuh menjadi individu yang berwawasan luas, mudah bersosialisasi dan memiliki banyak relasi. Agresivitas merupakan sifat yang dihindari karena dapat membuat ketidaknyamanan dalam berinteraksi dengan teman sebaya sehingga dapat berpengaruh pada lingkungan sosialnya. Tindakan agresivitas biasanya berupa memukul, menendang, mendorong, menjambak, menyindir, mengolok-olok dan memaki. Perilaku agresivitas siswa saat ini tidak hanya di sekolah tetapi juga meluas hingga di luar sekolah. Banyak kasus yang terjadi saat ini yang disorot media cetak dan media elektronik tentang berbagai kekerasan yang dilakukan oleh siswa.

Menurut informasi dari guru bimbingan dan konseling perilaku agresif yang dilakukan siswa di sekolah dapat berdampak pada kegagalan belajar, di mana siswa yang memiliki perilaku agresif, selain gagal dalam belajar, siswa tersebut juga terancam tidak naik kelas. Hal ini membuktikan bahwa agresivitas merupakan permasalahan yang perlu ditangani secara cerdas dalam upaya menemukan solusi yang tepat.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa perilaku agresivitas siswa merupakan permasalahan yang perlu dicari solusi sebagai upaya untuk membantu siswa agar mampu bersosialisasi dan tidak mengalami kegagalan belajar. Untuk mewujudkan hal tersebut perlu dilakukan penelitian, guna mengetahui apakah penggunaan teknik pengkondisian aversi dalam konseling kelompok efektif untuk menurunkan agresivitas siswa.

Pengkondisian aversi merupakan teknik konseling yang bertujuan untuk meningkatkan kepekaan konseli terhadap stimulus yang disukai dengan stimulus yang tidak disukai. Stimulus yang tidak disukai diberikan bersamaan dengan tindakan yang dibenci atau menyakitkan

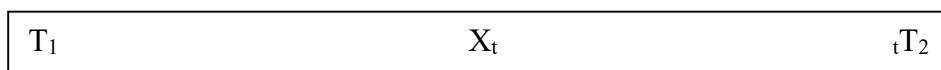
(Muwakhidah, 2016). Pengkondisian aversi ini menghubungkan perilaku yang tidak disukai dengan situasi yang dibenci atau menyakitkan (Pavlov dalam Ula, 2019). Siswa yang dapat menyadari perilaku maladaptif yang ada pada dirinya, kemudian mengubahnya menjadi sifat adaptif, maka siswa akan menghilangkan kebiasaan buruknya dan dapat bersosialisasi dengan baik (Hartono, 2006).

Konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diberikan konselor atau guru bimbingan dan konseling kepada beberapa individu di mana setiap individu harus aktif dalam mengikuti kegiatan konseling tersebut. Layanan ini bertujuan untuk membantu sekelompok individu untuk menyelesaikan masalahnya, seperti permasalahan di bidang pribadi, sosial, belajar dan karier (Corey dalam Astuti, 2012). Hal ini sejalan dengan pendapat Latipun (2015) bahwa adanya layanan konseling kelompok dapat membuat siswa mampu memecahkan permasalahan dan memperoleh solusi atas masalahnya.

Agresivitas merupakan suatu tindakan verbal dan nonverbal yang bertujuan untuk menyakiti orang lain secara fisik dan psikis atau merusak barang orang lain yang dipicu oleh kondisi konflik pada dirinya. Sehingga agresivitas juga dapat dikatakan sebagai perilaku yang menyimpang, karena cenderung menimbulkan kerugian bagi orang lain. Setiap siswa atau konseli perlu melakukan identifikasi terhadap perilaku agresivitas pada dirinya, agar mereka mampu memahami, mengerti, menerima dan mengendalikan kepribadiannya ke arah yang lebih produktif. Dengan demikian jelas bahwa perilaku agresivitas merupakan permasalahan pribadi siswa yang perlu diturunkan atau dihilangkan melalui layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik pengkondisian aversi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *one group pre-test post-test design* yang bertujuan untuk menguji signifikansi penerapan teknik pengkondisian aversi dalam konseling kelompok untuk menurunkan agresivitas siswa. Rancangan penelitian ini diuraikan pada gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Rancangan Penelitian *One Group Pre-test Post-test Design*

Peneliti melakukan penelitian pada tanggal 6-31 Januari 2020 di SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo. Berdasarkan gambar satu di atas subjek penelitian sebelum diberikan perlakuan terlebih dulu dilakukan *pre-test* dengan cara siswa mengerjakan skala pengukuran agresivitas. Setelah itu, subjek diberi perlakuan berupa konseling kelompok dengan menggunakan teknik

pengkondisian aversi sebanyak 8 kali pertemuan dengan durasi waktu setiap pertemuan 45 menit. Selanjutnya dilakukan post-test dengan cara subjek penelitian mengerjakan skala pengukuran agresivitas siswa.

Populasi penelitian ini ialah para siswa kelas VIII D di SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo, sebanyak 31 siswa. Sampel penelitian sebanyak 6 siswa, yang diambil berdasarkan *purposive sampling* berdasarkan ciri-ciri yang ditentukan oleh peneliti.

Teknik yang peneliti gunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah skala agresivitas siswa. Koefisien korelasi validasi butir skala agresivitas siswa antara 0,333-0,662 dengan reliabilitas *Aplha Cronbach* sebesar 0,729. Data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik statistika parametrik uji t dengan bantuan SPSS *For Windows versi 23.0* (Mudhar, 2016) yang sebelumnya telah dilakukan uji normalitas sebaran dan uji homogenitas variansi. Hasil uji normalitas sebaran disajikan pada tabel 1 dan hasil uji homogenitas variansi diuraikan pada tabel 2.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Sebaran Data *Pre-Test* dan *Post-Test* Variabel Agresivitas Siswa

Variabel	Statistik	df	sig	Keterangan
Agresivitas siswa SMP Pretes	0,929	6	0,570	Data berdistribusi normal normal
Agresivitas siswa SMP Posttes	0,897	6	0,356	Data berdistribusi normal normal

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas Variansi Data Agresivitas Siswa

Statistik	Devisi 1	Devisi 2	Signifikansi	Keterangan
0,018	1	10	0,431	Variansi data homogen

HASIL DAN PEMBAHASAN

Statistik deskriptif variabel agresivitas siswa SMP hasil *pre-test* sebelum subjek penelitian diberi perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik pengkondisian aversi dan hasil *post-test* setelah subjek diberi perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik pengkondisian aversi sebanyak 8 kali pertemuan dengan durasi waktu setiap pertemuan 45 menit, uraian tersebut pada tabel 3, dan hasil analisis uji t disajikan pada tabel 4.

Tabel 3 Statistik Deskriptif Agresivitas Siswa SMP Sebelum (Pre-Tes) dan Sesudah (Post-Tes) diberikan Perlakuan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Pengkondisian Aversi

Variabel	Kelompok	N	Minimum	Maximum	Mean	Standar Deviasi
Agresivitas siswa SMP	Pre-tes	6	52	59	56,63	2,446
Agresivitas siswa SMP	Post-tes	6	52	60	57,25	1,669

Rata-rata skor agresivitas siswa setelah diberi perlakuan pelayanan konseling kelompok dengan teknik pengkondisian aversi mencapai 57,25 lebih tinggi dari pada rata-rata skor agresivitas siswa sebelum diberi perlakuan pelayanan konseling kelompok dengan teknik pengkondisian aversi yaitu 56,63.

Tabel 4. Hasil Analisis Dengan menggunakan Teknik Uji T Statistik parametri pada Variabel Agresivitas Siswa

Variabel	Nilai F	Sig.	Nilai t	df	Sig. (2-tailed)	Ketetapan
Agresivitas Siswa		0,896	1,082	10	0,305	Tidak Signifikan

Berdasarkan tabel 4 di atas, diperoleh nilai $t = 1,082$, $df = 10$, pada taraf signifikan 0,305 yang artinya tidak signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik pengkondisian aversi secara signifikan tidak bisa menurunkan agresivitas siswa.

Agresivitas merupakan perilaku verbal dan nonverbal yang bertujuan untuk menyakiti orang lain secara fisik dan psikis atau merusak benda orang lain yang dipicu oleh adanya konflik pada dirinya. Agresivitas siswa merupakan perilaku menyimpang karena dapat merugikan orang lain. Hal ini sejalan dengan pendapat Breakwell dalam Atang (2010) bahwa setiap perilaku yang bertujuan untuk menyakiti atau merugikan orang lain yang bertentangan dengan keinginan orang tersebut, seperti penyiksaan dalam bentuk psikologis atau emosional dikategorikan sebagai perilaku yang menyimpang.

Pengkondisian aversi adalah suatu teknik yang bertujuan untuk meningkatkan kepekaan konseli pada stimulus yang disukai dengan stimulus yang tidak disukai. Stimulus yang tidak disukai diberikan bersamaan dengan tindakan yang dibenci atau menyakitkan (Muwakhidah, 2016). Agar konseli mampu mengubah perilaku maldaptif menjadi perilaku adaptif dalam mencapai tujuan dalam perubahan kepribadiannya, sehingga siswa mampu mengontrol emosi yang ada pada dirinya (Hartono, 2006).

Konseling kelompok adalah layanan profesional yang diberikan oleh konselor (guru BK) kepada konseli (siswa) secara langsung, agar konseli dapat mengembangkan kepribadian, minat dan bakatnya ke arah lebih baik (Hartono dan Boy Soedarmadji, 2012). Layanan konseling kelompok bertujuan untuk membantu konseli yang sedang memiliki permasalahan, dan setelah memperoleh layanan konseling kelompok diharapkan mereka secara bertahap dapat mengatasi masalah dan memahami masalahnya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa agresivitas siswa secara signifikan tidak dapat diturunkan melalui penggunaan teknik pengkondisian aversi dalam konseling kelompok. Hal ini dapat terjadi karena beberapa faktor, yaitu **pertama**, jumlah

pertemuan yang kurang maksimal, karena peneliti hanya menggunakan 8 kali pertemuan. **Kedua**, peneliti kurang ahli dalam mengimplementasikan teknik pengkondisian aversi dalam konseling kelompok kepada siswa sebagai subjek penelitian. **Ketiga**, siswa masih banyak bergurau dan tidak fokus saat berlangsungnya *treatment*, dikarenakan peneliti kurang mampu mengendalikan suasana saat kegiatan berlangsung.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik pengkondisian aversi dalam konseling kelompok secara signifikan tidak dapat menurunkan agresivitas siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhadi, Andani. (2018). *Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Agresif Siswa SMK Piri 3 Yogyakarta*. Yogyakarta: journal.uny.ac.id
- Astuti, Budi. (2012). *Modul Konseling Individual*. Yogyakarta: journal.uny.ac.id.
- Hartono dan Boy Soedarmadji. (2012). *Psikologi Konseling Edisi Revisi*. Jakarta: Kencana Prenanda Media Group.
- Hartono. (2006). *Pendekatan Kelompok dalam Konseling Karier (Edisi Kedua)*. Surabaya: University Press UNIPA Surabaya.
- Hastuti, Fidinia. (2013). *Strategi Koping pada Siswa dengan Perilaku Agresif di SMP Negeri 9 Depok Tahun 2013*. Jakarta: repository.uinjkt.ac.id.
- Latipun. (2015). *Psikologi Konseling Malang*: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Mudhar. (2016). *Validitas dan Reliabilitas: Cara Mudah Analisis Secara Manual, Microsoft Exel dan SPSS*. Surabaya: University Press UNIPA Surabaya.
- Muwakhidah. (2016). *Teori dan Teknik Konseling*. Surabaya: Adi Buana University Press.
- Priasmoro, Dian Pitaloka. Edi W., dan Lilik Supriati. (2016). "Analisis Faktor-Faktor Keluarga yang Berhubungan dengan Perilaku Agresif Pada Remaja di Kota Malang dengan Pendekatan Teori Struktural Fungsional Keluarga" dalam *Kedokteran: Jurnal Ilmu Keperawatan*, Volume 4 (hlm 114-126). Malang: jurnal.ub.ac.id.
- Setiawan, Atang. (2010). "Penanganan Perilaku Agresif pada Anak" dalam bimbingan dan konseling: JASN Volume 9 (hlm 89-96). Bandung: ejournal.upi.edu.
- Ula, Risnanda Ni'matul. Titin Indah P. (2018). *Penerapan Konseling Individu dengan Teknik Aversi untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMPN 3 Gresik*. Surabaya: jutnalmahasiswa.unesa.ac.id.