

**KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK
MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK DI MA HIDAYATUL
INSAN PALANGKARAYA**

**Group Conselvation With Psicotdrama Techniques To Reduce Agressive
Behavior Of Students In Ma Hidayatul Insan Palangkaraya**

¹Naily Arifah, ²Heru Nurochman

¹Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, Jekan Raya, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

² Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, Jekan Raya, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

ARTIKEL INFO

Diterima
Juni 2017

Dipublikasi
Agustus 2017

***E-mail:**
heruNurochman@gmail.com

Orchid:

ABSTRAK

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui layanan konseling kelompok dengan teknik psikodrama dapat menurunkan perilaku agresif peserta didik di kelas XII IPA di MA Hidayatul Insan. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 25 orang peserta didik. Jumlah sampel penelitian ini terdiri dari 8 orang peserta didik. Pengambilan sampel ditentukan dengan teknik *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan skala perilaku agresif. Metode yang digunakan adalah *Eksperimen Equivalent Time Series Design*. analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus uji wilcoxon yaitu dengan cara membandingkan hasil dari pre-test dan post-test dengan tabel bantu untuk test wel wilcoxon. Perhitungan yang digunakan adalah membandingkan jenjang terkecil dari pre test dan post test dengan tabel harga-harga kritis dalam tes wilcoxon. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik psikodrama dapat menurunkan perilaku agresif pada peserta didik dikelas XII IPA MA Hidayatul Insan Palangkaraya. Hal tersebut didasarkan pada hasil uji wel wilcoxon, menunjukkan bahwa perilaku agresif mengalami penurunan rata-rata awal 54,63 menjadi 22,25, dengan jumlah rata-rata penurunan sebesar 32.

Kata kunci: konseling kelompok, teknik psikodrama, dan perilaku agresif

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the group counseling services with psychodrama techniques can reduce the aggressive behavior of students in class XII IPA at MA Hidayatul Insan. Popu; asi in this study were 25 students. The sample population of this study consisted of 8 students. Sampling is determined by purposive sampling technique. Data collection techniques use observation, interviews, and scale of aggressive behavior. The method used is the *Equivalent Time Series Design Experiment*. Analysis of the data used in this study using the Wilcoxon test formula, namely by comparing the results of the pre-test and post-test with the help table to test Wilcoxon. The calculation used is comparing the smallest level of the pre test and post test with the table of critical prices in the Wilcoxon test. Based on the results of the analysis and discussion above, it can be concluded that the group counseling services with psychodrama techniques can reduce aggressive behavior in students of class XII IPA MA Hidayatul Palangkaraya Insan. This is based on the results of the test conducted by Wilcoxon, showing that aggressive behavior decreased by an average of 54.63 to 22.25, with an average number of decreases of 32.

Keywords: group counseling, psychodrama techniques, and aggressive behavior.

PENDAHULUAN

Usia remaja adalah masa saat terjadinya perubahan- baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan moral. Sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan psikis, fisiologis, dan sosial. Beberapa permasalahan remaja yang muncul biasanya banyak berhubungan dengan karakteristik yang ada pada diri remaja

Sundari (2004: 53) masa remaja adalah peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek atau fungsi untuk memasuki masa dewasa. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu 12 – 15 tahun adalah masa remaja awal, 15 – 18 tahun adalah masa remaja pertengahan,

Masa remaja dikenal sebagai masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini remaja banyak mengalami perubahan pada sejumlah aspek perkembangan baik fisik, psikologis, emosi, mental, sosial maupun moral. Akibat dari perubahan yang terjadi pada remaja akan membuat remaja menjadi bingung dalam menempatkan dirinya. Bagi sebagian remaja perkembangan tersebut mengakibatkan tekanan yang dilaminya semakin berat.

Menurut Harlock (dalam Dyastuti, 2012:31) remaja dikatakan telah mencapai kematangan emosinya apabila tidak meledakkan emosinya yang tidak pada tempatnya. Untuk mencapai kematangan emosi, setiap orang harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosi.

Reaksi emosi yang muncul pada peserta didik dapat melakaukan kasus kekerasan antar peserta didik. Kasus kekerasan disekolah merupakan kejadian yang sedang menjadi sorotan banyak pihak. Telah banyak ditayangkan berita mengenai kasus kekerasan

yang melibatkan peserta didik. Misalnya kasus tawuran antar pelajar, maupun tindakan kekerasan yang dilakukan. Sepanjang tahun 2015, kasus tawuran cukup banyak mendapat sorotan dan menjadi topik hangat ditengah-tengah masyarakat. Maraknya peristiwa kekerasan antar sesama pelajar merupakan fenomena sosial yang berkembang ditengah-tengah masyarakat remaja.

Sementara itu, di sepanjang tahun 2015, Komisi Nasional Perlindungan Anak mencatat ditemukan 339 kasus tawuran. Kasus tawuran antar pelajar di Jabodetabek meningkat jika dibanding 128 kasus yang terjadi pada tahun 2014. Komisi Nasional Perlindungan Anak mencatat dari 339 kasus kekerasan antar sesama pelajar SMP dan SMA ditemukan 82 diantaranya meninggal dunia, selebihnya luka berat dan ringan (Komisi Nasional Perlindungan Anak, 2015).

Salah satu kekerasan yang dilakukan oleh peserta didik selain tawuran adalah perilaku agresif. Perilaku agresif dalam bentuk fisik sebagian berakhir dengan penganiayaan bahan pembunuhan. Pada akhir Juni, diberitakan dua kasus penganiayaan yang berakhir pembunuhan terjadi antar pelajar SMA. (Kompas, 26 April 2014) Tindakan kejahatan kekerasan ini merupakan contoh perilaku agresif yaitu perilaku fisik atau lisan yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti atau merugikan orang lain (Myers, 1996).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *experiment design*. Secara khusus desain eksperimen yang digunakan adalah quasi *experiment* dengan rancangan penelitian eksperimen *Within Group or Individual Design*. Creswell, 2012:315 Rancangan penelitian eksperimen *Within Group or Individual Design* cocok untuk menguji pengaruh *treatment* terhadap subjek penelitian secara individual. Bentuk dari rancangan penelitian eksperimen *Within Group*

or *Individual Design* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *equivalent time series*.

Pertimbangan dalam menggunakan *equivalent time series design* adalah sebagai berikut:

1. *Equivalent time series design* dapat mengendalikan variabel terikat dengan tepat karena dilakukan beberapa kali pengukuran
2. Perubahan pada variabel terikat dari tahap ke tahap dapat diketahui melalui perbandingan hasil beberapa kali pengukuran .

Ciri-ciri *equivalent time series design* adalah:

1. Dilakukan pada satu kelompok saja yang dinamakan kelompok eksperimen
2. Subjek-subjek yang ditetapkan sebagai kelompok eksperimen tidak dipilih secara random, tetapi menggunakan kelompok intak
3. Intervensi dilakukan setelah diberikan pretest
4. Setelah intervensi diberikan maka subjek penelitian diberikan posttest setiap selesai intervensi

Kelebihan menggunakan metode *Eksperimen Equivalent Time Series Design* yaitu dapat mengendalikan secara ketat pada variabel ekstra yang tidak berhubungan dengan variabel yang sedang diamati. Penelitian dengan metode *Eksperimen Equivalent Time Series Design* memiliki efisiensi yang tinggi. Penelitian dapat dilakukan pada populasi terbatas, sehingga tidak membutuhkan subjek untuk terlibat dalam eksperimen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memperoleh beberapa temuan selama melakukan proses penelitian.

1. Perilaku agresif subjek penelitian sebelum pemberian intervensi

Tahap pra-intervensi (*pre-test*), pertemuan pertama berdasarkan hasil *pre-tes* subjek cenderung kurang mengetahui tentang perilaku agresif dan subjek telah berperilaku agresif. Tahap pra-intervensi (*pre-test*) subjek membutuhkan penjelasan tentang perilaku agresif sampai peserta didik memahami dan mengetahui tentang perilaku agresif yang cenderung dilakukan oleh subjek.

Menurut Masykouri (2005) ciri-ciri perilaku agresi adalah Individu yang berperilaku agresif dapat bersifat verbal maupun nonverbal. Bersifat verbal biasanya lebih tergantung pada situasional sedangkan yang bersifat nonverbal yakni perilaku agresif yang merupakan respons dari keadaan frustrasi, takut atau marah dengan cara mencoba menyakiti orang lain.

Situasi yang menggambarkan subjek berperilaku agresif tinggi, sedang, dan rendah dapat diketahui menggunakan skala perilaku agresif. Selain menggunakan skala perilaku agresif, peneliti juga melakukan observasi untuk memastikan siswa yang dijadikan sebagai subjek penelitian benar-benar berperilaku agresif. Hasil observasi ini menunjukkan bahwa subjek yang terjaring memiliki tingkat kecenderungan perilaku agresif tinggi sebanyak 2 orang dan berperilaku agresif cenderung sedang 6 orang. Subjek yang terjaring masing-masing berbeda jenis perilaku agresif yang dilakukan cenderung berbeda jenis. Ada yang melakukan agresif fisik, agresif verbal. Hal ini sejalan dengan pendapat Buss (Sari 2014) mengkatagorikan jenis-jenis perilaku agresif antara lain:

- Agresif fisik langsung adalah tindakan agresif yang dilakukan dengan cara berhadapan secara langsung dengan individu yang menjadi targetnya dan terjadi kontak secara fisik secara langsung seperti memukul, mendorong, mencubit, dan lain-lain.

- Agresif verbal langsung adalah tindakan agresif verbal yang dilakukan oleh dengan cara berhadapan langsung dengan individu yang menjadi targetnya seperti menghina, memaki, mengejek, dan lain-lain.
 - Agresif fisik tidak langsung adalah tindakan agresif fisik yang dilakukan dengan cara tidak berhadapan langsung dengan individu yang menjadi targetnya seperti merusak barang korban, Mencoret buku korban, merobek buku korban, dan lain-lain.
 - Agresif verbal tidak langsung adalah tindakan agresif verbal yang dilakukan dengan cara tidak berhadapan secara langsung yang menjadi targetnya seperti menyebarkan berita bohong, mengadu domba, menggosip, dan lain-lain.
 - Agresif pasif verbal tidak langsung adalah tindakan agresif yang dilakukan dengan dengan cara tidak berhadapan langsung dengan individu yang menjadi targetnya dan tidak menjadi terjadi kontak verbal secara langsung seperti tidak memberikan dukungan, tidak mengangkat telpon, dan lain-lain
 - Agresif pasif fisik tidak langsung adalah tindakan agresif yang dilakukan dengan cara tidak berhadapan secara langsung dengan individu yang menjadi targetnya seperti tidak peduli, tidak mau bekerjasama dengan kelompok, dan lain-lain
 - Agresif pasif fisik langsung adalah tindakan agresif yang dilakukan oleh dengan cara berhadapan dengan individu yang menjadi tergetnya namun tidak terjadi kontak fisik secara langsung seperti memalingkan muka ketika bertemu korban, menghalangi jalan dengan kursi dan kaki dan lain-lain.
2. Perilaku agresif subjek pada fase intervensi menggunakan konseling kelompok dengan teknik psikodrama

Perilaku agresif subjek selama intervensi menggunakan konseling kelompok dengan teknik psikodrama mengalami perubahan, perilaku agresif subjek cenderung menurun selama intervensi. Menurut Glading (2012:297) teknik psikodrama sangat populer dikalangan pemimpin kelompok yang berorientasi tingkah laku, gestalt, dan efektif, yang mengadaptasinya sebagai cara untuk membantu konseli agar mengalami kualitas emosional dari suatu peristiwa. Para anggota psikodrama mempraktikkan model peran tanpa latihan terlebih dahulu dengan pemimpin kelompok sebagai sutradara, anggota kelompok lainnya adalah aktor dengan protagonis.

Subjek diajak untuk merefleksikan perilaku agresif yang telah dilakukan dan mengetahui dampak negatif perilaku agresif yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain.

Subjek memainkan peran yang sesuai dengan keadaan dirinya, pemain peran leluasa mengungkapkan segala yang ada dalam dirinya. Setelah peran diberikan refleksi dan masukan dari anggota yang menyaksikan peran yang dimainkan, sehingga menjadi gambaran tentang keadaan dirinya. Peneliti dengan kreativitasnya memilih psikodrama dengan tujuan untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik.

Peneliti melatih peserta didik untuk mengurangi perilaku agresif dengan memainkan peran yang sesuai dengan keadaan dirinya, pemain peran leluasa mengungkapkan segala yang ada dalam dirinya. Setelah peran diberikan refleksi dan masukan dari anggota yang menyaksikan peran yang dimainkan, sehingga menjadi gambaran tentang keadaan dirinya. Perilaku agresif tidak dapat dikurangi secara langsung, namun peneliti dapat membantu subjek dengan memberikan peran dalam pelaksanaan psikodrama yang bisa mengurangi perilaku agresif peserta didik.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perbedaan hasil perilaku agresif masing-masing subjek diantaranya keterbatasan waktu, serta kondisi fisik dan psikis subjek.

Hal ini sesuai dengan pendapat/ penelitian (Salmiati, 2013) bahwa konseling kelompok dengan teknik psikodrama memiliki pengaruh untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik.

3. Perilaku agresif subjek penelitian setelah intervensi

Perilaku agresif subjek setelah intervensi mengalami penurunan. Subjek yang diawal intervensi memiliki kecenderungan perilaku agresif yang cenderung tinggi dan sedang setelah mendapat perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik psikodrama mengalami penurunan perilaku agresif. Pada sesi pertama intervensi subjek cenderung masih menyesuaikan diri terhadap layanan konseling kelompok dengan teknik psikodrama. Masuk pada sesi post-test pertama skor perilaku agresif subjek menurun sampai dengan post-test terakhir yaitu post-test ke 9.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik secara individu maupun secara kelompok ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Perubahan tersebut ditunjukkan dari hasil analisis statistik nonparametrik uji Wilcoxon dalam Santoso (2001) dengan taraf signifikansi yang diperoleh sebesar 0,05. Jika kurang dari 0,05 H_0 ditolak yang berarti ada perubahan sebelum dan sesudah intervensi, dan perubahan tersebut berupa penurunan perilaku agresif yang digambarkan pada grafik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik psikodrama untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas XII IPA di Hidayatul Insan

Palangka Raya. Hal tersebut didasarkan pada hasil uji *pre-tes* dan *post-tes* dapat dihitung diperoleh informasi bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* adalah 0,012. Karena nilai *Asymp. Sig.* < taraf nyata ($\alpha/2 = 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal itu berarti ada penurunan perilaku agresif sesudah *pre-test* dan *post-test* 9 artinya "Konseling Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas XII IPA di Hidayatul Insan Palangka Raya. Hasil analisis menunjukkan bahwa kedelapan peserta didik pada kelompok eksperimen mengalami penurunan skor dari sebelum mendapatkan intervensi *pre-tes* dan setelah mendapatkan intervensi berupa *post-test*

DAFTAR PUSTAKA

- Buss. A.H. 1992. *Psychology Behavior In Perspective*. New York: Jond Willey & Sons.Inc
- Creswell. J. 2012. *Education Planning Conducting and Evaluating Quantitatif and Qualitatif Research Edition 4th*. Boston: Pearson Education inc
- Glading T. Samuel (2012) *Konseling Profesi Yang menyeluruh*. Alih bahasa Yuliana Susanti. Jakarta: PT Indeks
- Hartina Siti, 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama
- Masykouri, 2005. *Faktor penyebab anak berprilaku Agresif*. Jakarta: Rinekan Cipta
- Salmiati, 2015. *Perilaku agresif Dan penanganannya (Studi Kasus Pada Siswa SMP Negeri 8 Makassar)*. Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling Volume 1 Nomor 1