

ABSTRAK

Skripsi dengan judul "Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik *Self Control* dalam Mereduksi Perilaku Agresif Siswa Kelas XI MAN 2 Kediri", ditulis oleh Devita Nuzulia Mustofa, NIM. 126306211011, dengan dosen pembimbing Firstalenda Susgaleni, M.Pd.

Kata kunci: Konseling Behavioral, *self control*, dan Perilaku Agresif

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya perilaku agresif pada sebagian siswa kelas XI MAN 2 Kediri. Perilaku agresif tersebut terwujud dalam bentuk agresi secara verbal dan nonverbal. Situasi ini tidak hanya mengganggu proses belajar mengajar, tetapi juga berdampak pada hubungan sosial antar siswa, khususnya di lingkungan sekolah.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral dengan teknik *self control* dalam mereduksi perilaku agresif pada siswa kelas XI MAN 2 Kediri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis eksperimen dengan struktur quasi experiment, menggunakan desain nonequivalent pretest-posttest control group design. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling, dengan jumlah total 6 siswa, terdiri dari 3 siswa kelas XI-H sebagai kelas eksperimen dan 3 siswa kelas XI-D sebagai kelas kontrol. Analisis data dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS versi 26 *for windows*.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan *paired sample t-test* pada kelompok eksperimen, diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,008 > 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest setelah diberikan perlakuan. Selanjutnya, uji *independent sample t-test* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menghasilkan nilai signifikansi sebesar $0,005 > 0,05$. Temuan ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Efektivitas perlakuan juga dianalisis menggunakan Uji N-Gain Score, kelompok eksperimen memiliki nilai rata-rata sebesar 192,65. Berdasarkan kriteria interpretasi, nilai tersebut masuk dalam kategori efektif ($>76\%$).

ABSTRACT

Thesis entitled "The Effectiveness of Behavioral Counseling with Self-Control Techniques in Reducing Aggressive Behavior of Class XI Students of MAN 2 Kediri", written by Devita Nuzulia Mustofa, NIM. 126306211011, with Firstalenda Susgaleni, M.Pd. as the supervisor.

Keywords: Behavioral Counseling, Self-Control, and Aggressive Behavior

This research is motivated by the high aggressive behavior in some students of class XI MAN 2 Kediri. The aggressive behavior is manifested in the form of verbal and nonverbal aggression. This situation not only disrupts the teaching and learning process, but also has an impact on social relationships between students, especially in the school environment.

The purpose of this study was to determine the effectiveness of behavioral counseling with self-control techniques in reducing aggressive behavior in students of class XI MAN 2 Kediri. This study uses a quantitative method of experimental type with a quasi-experimental structure, using a nonequivalent pretest-posttest control group design. The sampling technique was carried out by purposive sampling, with a total of 6 students, consisting of 3 students of class XI-H as the experimental class and 3 students of class XI-D as the control class. Data analysis was carried out with the help of the SPSS application version 26 for windows.

Based on the results of the hypothesis test using the paired sample t-test in the experimental group, a significance value of $0.008 > 0.05$ was obtained, so there was a significant difference between the pretest and posttest scores after treatment was given. Furthermore, the independent sample t-test between the experimental group and the control group produced a significance value of $0.005 > 0.05$. This finding indicates a significant difference between the two groups, so the null hypothesis (H_0) is rejected and the alternative hypothesis (H_a) is accepted. The effectiveness of the treatment was also analyzed using the N-Gain Score Test, the experimental group had an average value of 192.65. Based on the interpretation criteria, this value is included in the effective category ($> 76\%$).

ملخص

أطروحة بعنوان "فعالية الإرشاد السلوكي باستخدام تقنيات ضبط النفس في الحد من السلوك العدواني لدى طلاب الصف الحادي عشر في مدرسة مان 2 كيديري"، من إعداد ديفيتا نوزوليا مصطفى، الحاصلة على شهادة المعهد الوطني للإدارة. بإشراف فيرستاليندا سوسجاليني، الحاصلة على ماجستير في التخطيط المهني، 126306211011 (NIM).

الكلمات المفتاحية: الإرشاد السلوكي، ضبط النفس، والسلوك العدواني

يستند هذا البحث إلى ارتفاع مستوى السلوك العدواني لدى بعض طلاب الصف الحادي عشر في مدرسة مان 2 كيديري، يتجلى هذا السلوك العدواني في شكل عدوان لفظي وغير لفظي. لا يؤثر هذا الوضع على عملية التعليم والتعلم فحسب، بل يؤثر أيضاً على العلاقات الاجتماعية بين الطلاب، وخاصةً في البيئة المدرسية.

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد فعالية الإرشاد السلوكي باستخدام أساليب ضبط النفس في خفض السلوك العدواني لدى كيديري. اعتمدت الدراسة على منهج كمي تجريبي ذي بنية شبه MAN 2 طلاب الصف الحادي عشر في مدرسة تجريبية، بتصميم مجموعة ضابطة غير متكافئة قبل وبعد الاختبار. تم اختيار العينة بطريقة قصدية، وبلغ مجموع الطلاب ستة طلاب، ثلاثة منهم من الصف الحادي عشر (ح) كمجموعة تجريبية، وثلاثة منهم من الصف الحادي عشر (د) كمجموعة الإصدار 26 لنظام ويندوز SPSS ضابطة. تم تحليل البيانات باستخدام برنامج

للعينات المقترنة في المجموعة التجريبية، تم الحصول على قيمة دلالة t بناءً على نتائج اختبار الفرضية باستخدام اختبار إحصائية $0.008 < 0.05$ ، وبالتالي كان هناك فرق كبير بين درجات الاختبار القبلي والبعدي بعد إعطاء العلاج. للعينات المستقلة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة قيمة دلالة إحصائية $t < 0.005$ علاوة على ذلك، أنتج اختبار وقبول الفرضية (H_0) 0.05 . تشير هذه النتيجة إلى وجود فرق كبير بين المجموعتين، وبالتالي يتم رفض الفرضية الصفرية، وكان متوسط قيمة المجموعة N-Gain Score كما تم تحليل فعالية العلاج باستخدام اختبار (H_a) البديلة، ($> 76\%$) التجريبية 192.65. بناءً على معايير التفسير، يتم تضمين هذه القيمة في فئة الفعالية