

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Institusi pendidikan, seperti sekolah, berfungsi sebagai wadah bagi peserta didik untuk menimba ilmu dan mengoptimalkan kemampuan yang mereka miliki. Keberagaman karakter siswa sudah menjadi pemandangan umum di lingkungan sekolah. Siswa setingkat Madrasah Aliyah (MA) berada dalam fase remaja, periode di mana mereka sangat rentan terhadap pengaruh eksternal yang dapat membentuk perilaku mereka. Akibatnya, remaja yang kesulitan beradaptasi dengan perubahan lingkungan cenderung mengalami gejala emosi yang tidak stabil. Dalam konteks pendidikan menengah atas, khususnya Madrasah Aliyah, interaksi antar siswa seringkali menunjukkan berbagai pola perilaku. Salah satu di antaranya yang memerlukan penanganan serius adalah perilaku agresif, yang merupakan bentuk perilaku maladaptif dan berpotensi membahayakan diri sendiri serta orang lain².

Agresi didefinisikan sebagai tindakan, baik verbal maupun non-verbal, yang bertujuan untuk mencelakai targetnya³. Perilaku ini sering ditunjukkan melalui luapan kemarahan yang intens serta serangan fisik atau non-fisik yang kasar terhadap individu lain. Pemicu umum agresi adalah kondisi emosional tertentu, dengan kemarahan menjadi emosi yang paling sering muncul. Rasa marah dapat berkembang menjadi dorongan untuk melampiaskannya pada

² Reni Susanti, *Konseling Islami Terhadap Perilaku Agresif Siswa Sma Muhammadiyah 2 Yogyakarta Skripsi*, 2018.

³ Prastika, *Kepribadian Big Five (Openness To Experience, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism) Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja Melalui Locus Of Control Internal*, 2019.

sasaran tertentu⁴. Agresi juga termasuk dalam kategori tindakan diskriminatif yang menyimpang dari norma-norma sosial. Pada konteks siswa, perilaku agresif dapat bermanifestasi dalam bentuk seperti meluapkan kemarahan, melontarkan cacian, sumpah serapah, kritik, terlibat pertengkaran, menyindir, menyalahkan, dan menertawakan orang lain⁵.

Keberadaan perilaku agresif di kalangan siswa dapat mengganggu jalannya kegiatan belajar mengajar. Lebih lanjut, perilaku agresif berpotensi menciptakan iklim sekolah yang tidak kondusif, mereduksi motivasi belajar, serta berimbas negatif pada perkembangan sosial dan emosional siswa secara menyeluruh⁶. Dampak dari perilaku agresif sangat merugikan. Individu yang terlibat dalam perilaku agresif akan kesulitan membangun kepercayaan dengan orang lain, membuatnya mudah tersinggung dan cenderung mengisolasi diri. Dampak agresi dapat diamati dari perspektif pelaku maupun korban. Sebagai contoh, pelaku agresi berisiko dikucilkan oleh lingkungan sosialnya. Sementara itu, korban agresi dapat mengalami penderitaan baik secara fisik maupun psikis, serta kerugian akibat tindakan agresif tersebut⁷.

Fenomena perilaku agresif pada anak usia MA telah sering dijumpai di berbagai daerah, misalnya di wilayah Kediri. Terdapat kejadian dimana terdapat komunitas anak punk dengan anggota berusia 16-18 tahun melakukan pemalakan dengan menggunakan pisau lipat terhadap pengguna jalan di

⁴ Susanti, *Konseling Islami Terhadap Perilaku Agresif Siswa Sma Muhammadiyah 2 Yogyakarta Skripsi*.

⁵ Ibid.

⁶ Lina Anggraeni, "Landasan Teori Agresivitas," *Agresivitas manusia* (2007): 15–35.

⁷ Wanty Khaira, *Kemunculan Perilaku Agresif Pada Usia Remaja*, *Jurnal Intelektualita Prodi MPI*, vol. 11, 2022.

perempatan lampu merah jembatan Semampir, Kota Kediri⁸. Kejadian lain juga ditemukan di Pondok Pesantren Al-Hanafiyah Kediri. Terjadi penganiayaan terhadap seorang santri sampai santri tersebut meninggal dunia. Mirisnya pelaku dari penganiayaan tersebut adalah 4 teman korban yang masih berusia 16-18 tahun⁹. Adanya fenomena ini menunjukkan betapa buruknya dampak dari perilaku agresif yang bahkan bisa merenggut nyawa seseorang. Perilaku agresif bisa ditemukan dimana saja, termasuk di lingkungan sekolah. Salah satu sekolah yang terindikasi memiliki beberapa siswa yang mengalami perilaku agresif adalah MA Ar-Rosyaad.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan bersama guru BK di MA Ar-Rosyaad menjelaskan bahwa terdapat indikasi adanya perilaku agresif pada sebagian siswa di kelas XI-B. Dari 28 siswa yang ada di kelas XI-B, ditemukan adanya perilaku agresif pada sekitar 30% siswa. Sedangkan tingkat perilaku agresif pada kelas X dan XII dikatakan kurang dari 10%. Hal tersebut didukung dengan pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti selama 1 minggu, dimana terdapat beberapa laporan tindakan bullying secara fisik maupun verbal di kelas XI-B. Sedangkan pada kelas X dan XII menunjukkan hal yang berbanding terbalik, yaitu suasana belajar yang tenang, tidak ada perilaku agresif baik secara fisik, verbal, maupun pasif yang terjadi, dan selama 1 minggu proses observasi, kelas X dan XII terlihat menjalani kegiatan disekolah dengan tertib.

⁸ Ahmad Darojatun Karomalloh, *Agresivitas Komunitas Punk Di Kota Kediri , Provinsi Jawa Timur*, 1800.

⁹ H H Sachmaso et al., *Implikasi Hukum Dari Tindak Kejahatan Anak Di Bawah Umur: Analisis Kasus Bullying Di Pondok Pesantren Al-Hanafiyah Kediri, Media Hukum ...*, vol. 2, 2024.

Perilaku agresif di kelas XI-B ini ditunjukkan dari sering terdengarnya kata-kata ejekan, tuduhan tidak berdasar, cemoohan, dan semacamnya dari seorang siswa kepada siswa lain. Bahkan tindakan bullying pernah terjadi di kelas ini beberapa waktu yang lalu. Guru BK mengatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan siswa melakukan agresi, salah satu dari faktor tersebut adalah lingkungan dan pengaruh teman. Siswa juga belum sepenuhnya memahami nilai norma dan etika dalam bergaul sehingga terkadang perilaku agresif dianggap sebagai sebuah perilaku yang wajar untuk dilakukan.

Upaya untuk menangani perilaku agresif pada siswa diperlukan peran aktif dari guru BK. Guru BK bertanggungjawab dalam mengatasi permasalahan-permasalahan yang dialami oleh siswa, termasuk salah satunya adalah permasalahan perilaku agresif. Dalam mengurangi perilaku agresif di MA Ar-Rosyaad, biasanya akan diserahkan kepada wali kelas terlebih dahulu untuk menangani permasalahan tersebut, ketika wali kelas dirasa sudah tidak mampu menangani maka akan diserahkan kepada guru BK. Sebelumnya guru BK telah mengupayakan tindakan berupa konseling individu maupun konseling kelompok. Akan tetapi, perilaku agresif masih saja muncul di MA Ar-Rosyaad. Guru BK mengatakan bahwasanya selama ini untuk menangani perilaku agresif siswa lebih sering menggunakan konseling individu dan kelompok dengan pendekatan yang bersifat humanis. Guru BK sebisa mungkin menghindari pemberian *punishment* pada siswa. Salah satu alternatif upaya penanganan lain yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan sesi konseling dengan

pendekatan konseling realita. Penggunaan konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif siswa belum pernah dilakukan sebelumnya.

Konseling realita merupakan bentuk terapi yang berorientasi pada tingkah laku sekarang, konseling realita adalah proses yang rasional. Konseling realita adalah suatu pendekatan yang berfokus pada tingkah laku sekarang dimana konselor berfungsi sebagai guru dan model serta mengonfrontasikan konseli dengan cara yang dapat membantu konseli menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan dasar. Pendekatan ini meyakini bahwa pertumbuhan dan pemenuhan kebutuhan harus didasarkan pada prinsip 3R: Hak (*Right*), Tanggung Jawab (*Responsibility*), dan Realitas (*Reality*). Inti dari konseling realita adalah penerimaan tanggungjawab pribadi dan kesehatan mental¹⁰. Dalam penelitian ini teknik *behavioral contract* (perilaku agresif) akan digunakan untuk membantu konseli membuat rencana perilaku yang lebih bertanggungjawab.

Menurut Baron, agresi adalah perlakuan individu yang ditujukan untuk melukai orang lain yang tidak mengharapkan adanya perlakuan tersebut. Definisi menurutnya ini mencakup 4 faktor tingkah laku, diantaranya; tujuan untuk melukai, individu sebagai pelaku, individu sebagai korban, dan keengganan korban menerima perlakuan dari pelaku¹¹. Burdenski & Wubbolding mengatakan bahwa konsep konseling realita merupakan perubahan perilaku total ibarat mobil yang bergerak secara konsisten. Roda depan

¹⁰ Masfi Sya'fiatul Ummah, *Konseling Realita, Sustainability (Switzerland)*, vol. 11, 2019.

¹¹ Prastika, *Kepribadian Big Five (Openness To Experience, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism) Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja Melalui Locus Of Control Internal*.

dianalogikan dengan pikiran dan perilaku, sedangkan roda belakang dianalogikan dengan perasaan dan fisiologi¹².

Konseling realita memandang bahwa manusia digerakkan oleh 5 kebutuhan dasar. Diantara 5 kebutuhan dasar tersebut menurut Glasser adalah keberlangsungan hidup (*survive*) yang biasa disebut dengan kebutuhan fisik, cinta dan rasa memiliki (*love and belonging*) yang dapat dipenuhi oleh keluarga, teman, bahkan hewan peliharaan, kekuasaan dan prestasi (*power and achievement*) yang dapat dipuaskan oleh status, pengakuan, dan membuat orang lain mematuhi dirinya, kebebasan (*freedom*) dalam memilih jalan atau cara menjalani hidupnya sendiri, dan kesenangan (*fun*) yang bisa membebaskan diri dari kebosanan dan menguatkan motivasi. Dalam konseling realitan, individu dikatakan sakit apabila salah satu atau lebih dari 5 kebutuhan dasar tersebut tidak terpenuhi¹³.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Minarsih, penggunaan pendekatan konseling realita dapat mengurangi perilaku agresif pada siswa. Dimana mereka dapat mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki sesuai dengan minat mereka. Melalui konseling realita dapat mendorong siswa untuk mengubah perilaku agresif menjadi perilaku yang lebih positif dengan mengarahkan siswa untuk berpikir lebih realistis¹⁴. Menurut Prabawa & Antika,

¹² Abi Fa'izzarahman Prabawa Nurviana, *Examining the Effectiveness of Reality Counseling with Dhikr Therapy to Reduce Homesickness: A Study in Junior High School, Social, Humanities, and Educational Studies*, 2024.

¹³ Azmatul Khairiah Sari, *Keterampilan Berfikir (Mindskills) Dalam Perspektif Perubahan Perilaku Konseling Realita*, *Jurnal Pamomong*, vol. 1, 2020.

¹⁴ Wiwin Minarsih, *Pengaruh Konseling Realitas Terhadap Perilaku Agresif Di MTS Guppi 1 Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2020/2021*, 2021.

konseling realita merupakan pendekatan yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif. Yang mana pada konseling realita akan digunakan pendekatan kognitif untuk mengubah perilaku. Hal ini membuktikan bahwasanya konseling realita sendiri bisa masuk ke ranah kognitif maupun behavior. Sehingga, konseling realita dianggap relevan dalam menangani perilaku agresif¹⁵. Selain itu, konseling realita dianggap cocok untuk menurunkan perilaku agresif karena fokusnya pada konsekuensi perilaku dan pemberdayaan individu untuk membuat pilihan yang lebih baik¹⁶.

Konseling realita dipilih karena secara ilmiah menawarkan kerangka kerja yang kuat untuk memahami agresi sebagai pilihan yang tidak efektif dalam memenuhi kebutuhan dasar, serta memberdayakan individu untuk mengambil tanggung jawab dan membuat pilihan perilaku yang lebih konstruktif untuk masa depan. Melalui konseling realita, individu diajak untuk mengevaluasi apakah perilaku agresif mereka benar-benar efektif dalam memenuhi kebutuhan mereka dan apakah konsekuensi dari perilaku tersebut diinginkan. Konseling realita membantu individu menyadari bahwa perilaku agresif mereka adalah pilihan, bukan paksaan dari luar. Dengan demikian, individu diberdayakan untuk memilih perilaku yang lebih konstruktif.¹⁷ Oleh karena itu, penggunaan konseling realita dianggap dapat mengatasi perilaku agresif pada siswa.

¹⁵ Prabawa and Antika, *Penerapan Konseling Realita Untuk Menurunkan Intensitas Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XII IPS 2 Di SMAN 1 Jenggawah Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2015/2016*, *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2021.

¹⁶ Septiana Yunika Sari, *Penggunaan Konseling Kelompok Realitas Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa Di SMP PGRI 1 Karang Empat Surabaya*, *Jurnal BK Unnes*, vol. 3, 2013.

¹⁷ Amelia Sholihat Nurodin and Faisal Rahmat, *Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Realitas Untuk Mereduksi Perilaku Bullying Verbal*, *Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal*, vol. 03, 2023.

Banyak penelitian membahas mengenai fenomena perilaku agresif pada siswa dengan konseling realita sebagai intervensi yang diberikan. Begitu juga penelitian ini ingin melihat apakah konseling realita dengan teknik *behavioral contract* (perilaku agresif) efektif untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa, khususnya di MA Ar-Rosyaad. Sejalan dengan hal tersebut, Dalam penelitiannya, Septiana, dkk mengungkapkan bahwa konseling realita telah berhasil dalam mengurangi perilaku agresif pada siswa SMP. Dalam penelitiannya disebutkan bahwa konseling realita efektif dalam mengatasi perilaku agresif siswa¹⁸. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Widia mengatakan bahwa konseling realita efektif dalam mengatasi perilaku agresif siswa¹⁹. Oleh karena itu, penelitian ini secara spesifik bertujuan untuk membuktikan efektivitas konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa di tingkat MA, terutama dalam konteks MA Ar-Rosyaad yang masih terbatas.

B. Identifikasi dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka identifikasi masalah yang dijadikan bahan penelitian yaitu sebagai berikut :

1. Masih adanya siswa yang memiliki perilaku agresif walaupun sudah banyak upaya yang dilakukan untuk menghilangkan perilaku agresif pada siswa

¹⁸ (Sari, 2013)

¹⁹ Widia Fauza and Wan Chalidaziah, *Konseling Individual Dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa, Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, vol. 2, 2021.

2. Guru BK memerlukan alternatif upaya yang bisa dilakukan untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa

Dari identifikasi masalah yang ditetapkan dalam penelitian ini, maka dirasa perlu dilakukan pembatasan masalah agar dalam pengkajian yang dilakukan lebih terfokus kepada masalah-masalah yang ingin dipecahkan. Penelitian ini menitikberatkan pada penggunaan konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif siswa kelas XI-B.

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat perilaku agresif pada siswa kelas XI-B di MA Ar-Rosyaad?
2. Apakah konseling realita efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa kelas XI-B di MA Ar-Rosyaad?
3. Seberapa besar tingkat keefektifan konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif siswa kelas XI-B di MA Ar-Rosyaad?

D. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat perilaku agresif pada siswa kelas XI-B di MA Ar-Rosyaad.
2. Mengetahui efektivitas konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif siswa kelas XI-B di MA Ar-Rosyaad.
3. Mengetahui tingkat keefektifan konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif siswa kelas XI-B di MA Ar-Rosyaad.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif siswa kelas XI-B di MA Ar-Rosyaad, serta agar hasil penelitian ini dapat bermanfaat baik secara teoritik maupun praktik.

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan teori konseling, khususnya dalam konteks mengatasi masalah psikologis seperti perilaku agresif pada siswa.
- b. Temuan-temuan penelitian dapat memperkuat atau memodifikasi teori-teori yang ada mengenai efektivitas konseling realita.

2. Manfaat Praktis

- a. Untuk siswa, diharapkan hasil penelitian ini memberi pengaruh terhadap perilaku agresif yang dimiliki
- b. Untuk guru BK, diharapkan hasil penelitian bisa membantu menurunkan tingkat perilaku agresif siswa dengan alternatif baru, yaitu konseling realita.
- c. Untuk sekolah, diharapkan hasil penelitian bisa menjadi masukan dalam upaya mengurangi perilaku agresif siswa dan membawa sekolah menjadi lebih baik.
- d. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan hasil penelitian bisa dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan referensi terhadap penelitian yang relevan.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui efektivitas konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Penelitian ini dilaksanakan di kelas XI-B MA Ar-Rosyaad pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Populasi pada penelitian ini merupakan siswa kelas XI-B di MA Ar-Rosyaad pada tahun ajaran 2024/2025. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku agresif siswa. Variabel independen dalam penelitian ini adalah konseling realita. Penelitian ini hanya fokus pada efektivitas konseling realita untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

G. Sistematika Penulisan

Bagian awal :

Bagian awal ini terdiri dari: halaman sampul depan, halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan, pernyataan keaslian, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, daftar lampiran, transliterasi dan abstrak.

Bagian utama (inti) :

Bab I : Pendahuluan

Bab ini terdiri dari: (a) latar belakang masalah, (b) identifikasi masalah dan batasan penelitian, (c) rumusan masalah, (d) tujuan penelitian, (e) kegunaan penelitian, (f) ruang lingkup penelitian, (g) penegasan variabel, (h) sistematika penulisan.

Bab II : Landasan Teori

Bab ini terdiri dari: (a) teori yang membahas variabel/sub variabel pertama, (b) penelitian terdahulu, (c) kerangka teoritis, dan (d) hipotesis penelitian.

Bab III : Metode Penelitian

Bab ini terdiri dari: (a) pendekatan dan jenis penelitian, (b) lokasi penelitian, (c) identifikasi variabel penelitian, (d) definisi operasional, (e) populasi dan sampel, (f) pendekatan pengumpulan data, (g) uji instrumen, (h) pendekatan analisis data, dan (i) tahapan penelitian.

Bab IV : Hasil Penelitian

Bab ini terdiri dari: (a) deskripsi data dan (b) pengujian hipotesis.

Bab V : Pembahasan

Bab VI: Penutup

Bab ini terdiri dari: (a) kesimpulan dan (b) saran.

Bagian akhir :

Bagian akhir terdiri dari: (a) daftar rujukan, (b) lampiran-lampiran, dan (c) daftar riwayat hidup.