

Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui *Self Control* untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa

Mutiara¹, Asbi²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia

Email : mutiara140302@gmail.com¹, asbi@umsu.ac.id²

Abstrak

Agresif adalah suatu cara untuk melawan dengan sangat kuat, berkelahi, melukai, menyerang, membunuh, atau menghukum orang lain atau secara singkatnya agresif adalah tindakan yang dimaksudkan untuk melukai orang lain atau merusak milik orang lain. Perilaku agresif merupakan bagian dari kenakalan remaja yang perlu ditekan dan kendalikan secara bersama, baik oleh orang tua, guru, remaja itu sendiri pemerintah maupun masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku agresif siswa kelas VIII SMP Tamora Tanjung Morawa. Penelitian ini merupakan penelitian pendekatan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan objek penelitian sebanyak 7 orang siswa. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan observasi, angket pemahaman dan wawancara yang sesuai dengan permasalahan *self control* untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan reduksi data, memaparkan data dan mengambil kesimpulan. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa bimbingan kelompok dapat mengurangi perilaku agresif siswa yang awalnya cukup tinggi dan cenderung menyakiti teman-temannya sekarang sudah mulai mampu mengendalikan diri dan tidak lagi menyakiti dan melukai teman di sekolah.

Kata Kunci: *Bimbingan Kelompok, Self Control, Perilaku Agresif.*

Implementation of Group Guidance Services Through Self Control to Reduce Students' Aggressive Behavior

Abstract

Aggressive is a way to fight very strongly, fight, hurt, attack, kill, or punish others or in short aggressive is an action intended to hurt others or damage other people's property. Aggressive behavior is part of juvenile delinquency that needs to be suppressed and controlled together, both by parents, teachers, teenagers themselves, the government and society. The purpose of this study was to reduce the aggressive behavior of grade VIII students of Tamora Tanjung Morawa Middle School. This study is an approach study using a qualitative descriptive approach with 7 students as research objects. The instruments used in this study used observation and interviews that were in accordance with the problem of self-control to reduce students' aggressive behavior. The data analysis technique used in this study was using data reduction, presenting data and drawing conclusions. From the results of the study, it can be seen that group guidance can reduce students' aggressive behavior which was initially quite high and tended to hurt their friends, now they are starting to be able to control themselves and no longer hurt and hurt friends at school.

Keywords: *Group Guidance, Self Control, Aggressive Behavior.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan faktor utama dalam pembentukan pribadi manusia. Pendidikan sangat berperan dalam membentuk baik atau buruknya pribadi manusia menurut ukuran normatif. Menurut Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1 menjelaskan bahwa Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran, agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang di perlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Prayitno (2013) menjelaskan bahwa tujuan pendidikan pada dasarnya adalah arah yang hendak dicapai demi terwujudnya tujuan hidup manusia, yaitu menjadi manusia yang bermanfaat bagi orang lain, dengan segenap kemampuan yang dimiliki. Hal ini sejalan dengan yang diamanatkan Undang-Undang Republik Indonesia Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa pendidikan nasional bertujuan mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, bertanggung jawab, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta berakhlak mulia.

Dewasa ini kita sering kali mendengar bahkan melihat tindak kekerasan yang terjadi di lingkungan sekitar kita baik dalam bentuk kata-kata maupun dalam bentuk fisik. Tidak jarang pula di lingkungan keluarga, masyarakat maupun sekolah. Keluarga yang seharusnya menjadi contoh teladan bagi anak-anaknya, entah itu secara sadar atau tidak, sekarang justru berbalik mencelakai. Hal ini dapat kita lihat makin maraknya kasus yang mengarah perilaku agresif pada anak.

Agresif adalah kata sifat dari agresi. Istilah agresif sering kali digunakan secara luas untuk menerangkan sejumlah besar tingkah laku yang dimiliki dasar motivasional yang berbeda-beda dan sama sekali tidak mempresentasikan agresif atau tidak dapat disebut agresif dalam pengertian yang sesungguhnya. Perilaku agresif merupakan masalah serius yang dialami individu baik bagi kehidupan pribadi maupun sosial, dan telah menjadi masalah serius baik di Indonesia maupun di skala internasional. Menurut Willis (2010) berpandangan bahwa agresif merupakan sikap hasil puncak amarah dari seseorang individu yang dilampiaskan untuk menyakiti orang di sekitar atau menghancurkan benda di sekitarnya.

Menurut Moore Fine dalam Rasimin (2018) mengatakan bahwa perilaku agresif adalah tingkah laku kekerasan secara fisik atau verbal terhadap orang lain atau objek lain. Sejalan dengan itu, menurut Firman (2016) perilaku agresif dalam kasus ini dapat dipicu oleh masalah kecil seperti kesalahpahaman, ketidakpuasan, dan konflik yang pada akhirnya mengarah pada pembunuhan, pembakaran, dan penghancuran baik properti pribadi maupun fasilitas publik. Berbagai tindakan kekerasan dan agresi yang mengejutkan dilakukan oleh siswa sekolah menengah. Agresif menurut Baron dalam Kulsum (2014) adalah tingkah laku yang dijalankan oleh individu dengan tujuan melukai atau mencelakakan individu lain. Perilaku agresi terdapat empat faktor yang mendukung definisi perilaku agresif diantaranya: a) Individu yang menjadi pelaku dan individu yang menjadi

korban b) Tingkah laku individu pelaku c) Tujuan untuk melukai dan mencelakakan (termasuk membunuh atau mematikan) d) Ketidakinginan.

Menurut Myers (2012) bentuk perilaku yang termasuk dalam perilaku agresif ini, ialah menendang dan menampar, mengancam dan menghina, bahkan bergunjing (gosip) atau menyindir. Perilaku lain yang termasuk dalam batasan definisi agresi, yaitu menghancurkan barang, berbohong, dan perilaku lainnya yang memiliki tujuan untuk menyakiti. Perilaku agresif termasuk tingkah laku yang mengganggu hubungan sosial yaitu melanggar aturan, permusuhan secara terang-terangan (mengganggu anak-anak yang lebih kecil atau lemah, suka berkelahi) maupun secara diam-diam pendendam, pemaarah, pencuri dan pembohong (Tentama, 2012). Apabila dilakukan pengkajian secara komprehensif, maka ditemukan banyak faktor yang mempengaruhi perilaku agresif, diantaranya faktor internal dan eksternal. Kedua faktor ini biasanya akan memberikan pengaruh bersama-sama terhadap pemunculan maupun intensitas perilaku agresif (Zulhafni & Hardjo, 2011).

Faktor-faktor penyebab perilaku agresif bermacam-macam. Termasuk orang tua memiliki peranan sebagai salah satu pemicu perilaku agresif yakni ketika menerapkan kontrol yang rendah (Low & Espelage, 2014). Justru, lingkungan fisik tempat tinggal individu tidak memiliki pengaruh apa-apa dalam pembentukan perilaku agresif (Ten & Jongh, 2018). Faktor sosial justru menjadi faktor utama munculnya perilaku agresif (de Decker, 2018). Adanya kaitan era tantara perilaku agresif dan sikap toleransi ini disebabkan karena tingginya intoleransi berdampak pada tingginya perilaku agresif. Menurut Bringham dalam Tentawa (2012) menyatakan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi perilaku agesisif yaitu proses belajar, penguatan (*reinforcement*) dan imitasi peniruan terhadap model.

Ada tiga cara pembentukan perilaku yakni: a. cara pembentukan perilaku dengan kondisioning atau kebiasaan. Salah satu cara pembentukan perilaku dapat ditempuh dengan kondisioning atau kebiasaan dengan cara membiasakan bangun pagi, atau menggosok gigi sebelum tidur, membiasakan diri untk datang tidak terlambat di sekolah dan sebagainya. b. pembentukan perilaku dengan pengertian (*insight*). Pembentukan perilaku dapat ditempuh dengan pengertian atau insight misalnya kuliah jangan sampai terlambat, karena hal tersebut dapat mengganggu temanteman yang lain. Bila naik motor harus pakai helm, karena helm tersebut untuk keamanan diri dan lain-lain. Cara ini berdasarkan atas teori belajar kognitif, yaitu belajar dengan disertai adanya pengertian. c. pembentukan perilaku dengan menggunakan model. Pembentukan perilaku masih dapat ditempuh dengan menggunakan model atau contoh. Kalau irang bicara bahwa orang tua sebagai contoh anak-anaknya, pemimpin. Fenomena yang terjadi di lapangan adalah individu kerap kali bertindak agresif. Hal ini karena terpengaruhi oleh faktor lingkungan dimana keluarga yang terkadang kurang harmonis atau sering bertindak kasar terhadap anak, seorang ayah memukul ibunya, bahkan orang tua memukul putra-putrinya, hingga keluarga yang broken home. Keluarga adalah tempat pertama anak kontak dengan dunia, pendidikan dan sosialisasi dari orang tua sangatlah penting.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SMP Tamora Tanjung Morawa ini, peneliti menemukan bahwa terdapat beberapa siswa-siswa yang memiliki masalah dimana mereka sering bertindak agresif, tidak hanya agresif secara verbal tetapi secara non-verbal. Seperti terdapat siswa yang agresif secara verbal, dimana terdapat beberapa siswa yang bercanda dengan menggunakan kata yang sedikit kasar kepada

temannya dan siswa yang agresif secara non verbal, dimana terdapat siswa yang diberikan teguran oleh guru malah berperilaku agresif seperti menendang pintu.

Kemampuan mengontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi positif. Selanjutnya kemampuan mengontrol diri berkaitan dengan bagaimana seseorang mengendalikan emosi serta dorongan- dorongan yang ada pada dirinya. Mengendalikan emosi berarti mendekati situasi dengan menggunakan sikap yang rasional untuk merespon situasi tersebut dan mencegah reaksi yang berlebihan. Kontrol diri akan dapat menjadikan remaja peminum miras mampu mengendalikan diri untuk melakukan tindakan yang bertentangan dengan ketentuan yang ada.

Dalam mengurangi perilaku agresif siswa, ada 10 jenis layanan didalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan menjadi alternatif. Adapun layanan tersebut yakni, layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling individual, layanan konseling kelompok, layanan bimbingan kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi dan layanan advokasi. Namun berdasarkan identifikasi masalah yang sedang di alami siswa, maka peneliti mengambil salah satu layanan untuk mengurangi perilaku agresif siswa yakni dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno (2022) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok dan membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi atau pemecahan masalah individu dan sosial. Melatih setiap individu dalam berkomunikasi yang baik, mampu menerima pendapat dan menghargai pendapat orang lain serta melatih kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat. Sesuai dengan pengertian layanan bimbingan kelompok di atas maka layanan ini dapat dipergunakan untuk meningkatkan sikap sopan santun siswa, karena setiap siswa bebas berinteraksi dan berekspresi mengeluarkan pendapat masing-masing sehingga terjalin keakraban, memahami karakteristik teman dan menghargai antar sesama anggota kelompok, saling menghargai pendapat dan tidak boleh menyalahi atau memojokkan satu sama lain. Solusi yang dilakukan adalah dengan melaksanakan layanan bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno (2016) menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok yang diselenggarakan guru BK berfungsi untuk memberi pemahaman kepada siswa tentang pengelolaan emosi yang baik bagi dirinya, kondisi dan keadaan lingkungan, perencanaan masa depan sehingga akan menimbulkan peningkatan kecerdasan emosional siswa. Layanan bimbingan kelompok dipilih karena semua individu bisa berperan lebih aktif sehingga terjadi dinamika kelompok karena memungkinkan terjadi pertukaran pemikiran, pengalaman, mendengar dan memahami pendapat teman. Dari pemaparan latar belakang masalah tersebut saya tertarik melakukan sebuah penelitian yang berjudul "Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui *Self Control* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMP Tamora Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2023/2024".

METODE

Studi ini menggunakan metodologi kualitatif dengan jenis deskriptif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan realitas, menurut Assingily (2021) penelitian kualitatif adalah suatu

penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok. Oleh karena itu, peneliti tidak melakukan manipulasi pada variabel penelitian dalam penelitian ini. Pendekatan ini melibatkan pengumpulan data deskriptif, analisis mendalam, dan interpretasi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang konteks, proses, dan pengalaman siswa dan karyawan sekolah terkait dengan penerapan layanan bimbingan kelompok. Adapun objek dalam penelitian kualitatif ini adalah khusus siswa yang diambil berdasarkan rekomendasi guru bimbingan dan konseling beserta wali kelas yang berjumlah 7 orang siswa kelas VIII SMP Tamora Tanjung Morawa tahun ajaran 2023/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi Perilaku Agresif Siswa

Perilaku agresif merupakan komponen kenakalan remaja yang harus ditekan dan dikendalikan bersama oleh orang tua, guru, remaja itu sendiri, pemerintah, dan masyarakat. Khususnya anak-anak dan remaja memerlukan perhatian yang lebih besar. Remaja yang akan menjadi generasi penerus bangsa akan merusak reputasi negara. Oleh karena itu, perilaku agresif harus dihentikan agar perkembangan siswa tidak terhambat dan siswa dapat memaksimalkan potensi mereka. Sebagai wali kelas VIII pada hari Senin, tanggal 27 Mei 2024 dari jam 10.00 WIB hingga selesai, Ibu Susilawati, S.Pd. menyatakan, "...untuk masalah perilaku agresif siswa, di kelas ini ada beberapa siswa yang cenderung memiliki perilaku agresif".

Ini terlihat dari interaksi sehari-hari siswa dengan pendidik dan teman sekolah mereka. tindakan agresif yang biasa dilakukan siswa termasuk, mengejek, menantang, memaksa, berkata kasar, dan bersikap kurang sopan, serta memukul benda-benda di sekitarnya, seperti membanting pintu dan memukul meja. Kedua siswa melakukan tindakan agresif emosional yang unik karena didorong untuk memperoleh kesenangan ketika menyakiti orang lain. Berdasarkan fenomena di atas, guru BK membantu siswa atau anak didiknya mengatasi perilaku agresif. Mereka membantu 7 (tujuh) orang yang terlibat dalam penelitian ini dengan memberikan penanganan melalui *self control* dan bimbingan kelompok melalui informasi tentang perilaku agresif.

Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Kontrol Diri Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa

Salah satu metode yang dapat digunakan oleh guru BK untuk mengatasi masalah perilaku agresif adalah dengan menggunakan pendekatan dalam konseling. kurangnya penggunaan layanan bimbingan kelompok (BKp). Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan di mana sekelompok orang bekerja sama melalui dinamika kelompok dan berbicara tentang berbagai hal yang dapat membantu mereka berkembang serta mempertimbangkan hal-hal tertentu saat membuat keputusan atau melakukan tindakan tertentu.

Bimbingan kelompok adalah sarana pengembangan diri di mana orang dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi dan menerima pendapat orang lain. Ini membantu orang mengembangkan potensi diri mereka dengan membangun sikap dan perilaku normatif serta elemen positif lainnya. Bimbingan kelompok juga membantu orang

berkomunikasi dan bersosialisasi dengan orang lain, meningkatkan pemahaman mereka tentang berbagai situasi dan kondisi lingkungan. Ada banyak pendekatan untuk bimbingan dan konseling dalam kelompok. Bimbingan kelompok sebagai bentuk pemberian bantuan pada individu yang memerlukan, melalui kegiatan kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media. Gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok ditentukan oleh dinamika kelompok, suasana kelompok yang benar-benar hidup akan dapat terlihat pada dinamika kelompok yang telah berkembang secara efektif yang ditandai dengan tercapai tujuan yang telah dirumuskan (Asbi, *et.at.*, 2022).

Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa di SMP Tamora Tanjung, Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Kontrol Diri Digunakan. Menurut wawancara yang dilakukan dengan Ibu Riri Media Putri, M.Pd., guru bimbingan dan konseling di SMP Tamora Tanjung Morawa pada hari kamis tanggal 30 Mei 2024 dari pukul 08.30 s.d. selesai, "*Kami belum pernah menerapkan layanan bimbingan kelompok, apalagi dengan tema perilaku agresif, namun apabila terdapat siswa yang berperilaku agresif biasanya akan diberikan layanan perorangan*". Hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan guru BK di SMP Tamora Tanjung Morawa menunjukkan bahwa guru BK tidak pernah mengadakan bimbingan kelompok dengan tema perilaku agresif. Sebaliknya, mereka hanya mengadakan konseling individual. Hal ini juga sesuai dengan temuan peneliti bahwa sekolah tersebut belum pernah menyediakan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

Hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan guru BK dan wali kelas menunjukkan bahwa beberapa siswa memiliki kecenderungan untuk berperilaku agresif. Guru bimbingan dan konseling dan wali kelas memberikan daftar nama siswa yang cenderung berperilaku agresif kepada peneliti untuk diberikan bimbingan kelompok tambahan. Nama siswa adalah BC, KS, MA, RS, SU, SS, RS. Untuk memulai penelitian, peneliti menjelaskan tujuan layanan bimbingan kelompok dan perilaku agresif. Mereka juga memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk berbicara tentang pendapat mereka tentang berbagai jenis perilaku agresif, termasuk, tetapi tidak terbatas pada, tindakan agresif seperti memukul, mengancam, mengejek, menantang, memaksa, berkata kasar, dan bersikap tidak sopan.

Semua anggota kelompok ingin berpartisipasi dalam kegiatan ini, tetapi beberapa tidak mau. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok ini dianggap cukup aktif. Setelah layanan bimbingan kelompok diberikan, peneliti melakukan penilaian segera (LAISEG). Jika hasil penilaian menunjukkan bahwa hasilnya kurang memuaskan, maka perlu dilakukan pertemuan lagi untuk memberikan layanan bimbingan kelompok dengan topik bahasan yang sama, yaitu pengendalian diri dalam perilaku agresif. Dalam penelitian ini, peneliti mengadakan dua pertemuan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok dengan topik/pembahasan pengendalian diri dalam perilaku agresif.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan siswa setelah layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif siswa pada hari Senin tanggal 22 Juli 2024 dari jam 08.30 s/d selesai, sebagai pemberian nilai segera (LAISEG), adalah sebagai berikut:

BC mengatakan bahwa perilaku agresif adalah:

"... sikap dan perilaku yang dapat menyakiti hati dan fisik orang lain. Mereka senang mendapatkan wawasan baru dari kegiatan bimbingan kelompok ini dan berharap bahwa layanan bimbingan kelompok ini dapat digunakan lagi untuk tema lain. Belajar

mengendalikan diri dan mengontrol emosi agar tidak gampang marah dan lebih banyak beristighfar” dan “melatih diri dari sekarang untuk tidak berkata kasar dengan teman apalagi dengan orang yang lebih tua”.

Senada dengan di atas, KS mengatakan bahwa:

“... bersikap dan bertingkah laku yang selalu menyakiti orang lain di sekelilingnya adalah definisi perilaku agresif, dan dia senang mendapatkan pengetahuan baru dari kegiatan bimbingan kelompok ini. Tidak sembarang berkata-kata kasar lagi sembarang bercanda dengan bermain fisik adalah cara bersikap agar mampu mengontrol diri dari hal-hal yang dapat menyakiti orang lain, baik perkataan maupun perbuatan, dan dia bertanggung jawab untuk tetap berperilaku positif dalam kehidupan sehari-hari”.

Berkaitan dengan di atas, MA mengatakan bahwa:

“... perilaku agresif adalah suatu perbuatan dan perkataan yang tujuannya menyakiti hati dan fisik orang lain. Kegiatan bimbingan kelompok ini memberinya banyak wawasan baru dan berharap mereka dapat melakukannya lagi dengan tema lain. Melatih diri dari sekarang untuk tidak berkata kasar lagi dan tidak ringan tangan atau suka memukul teman dengan sengaja atau tidak disengaja” dan “menjaga lisan dan perilaku serta mengendalikan diri untuk tidak menyakiti siapapun” adalah cara bersikap agar mampu mengontrol diri dari perbuatan dan perkataan yang dapat menyakiti orang lain”.

Dalam konteks yang berbeda, RS mengatakan bahwa:

“... perilaku agresif adalah sikap dan perilaku yang dapat menyakiti hati dan fisik orang lain. Dia senang dengan pelajaran baru yang dia dapatkan dari kegiatan bimbingan kelompok ini dan dia berharap bahwa program bimbingan kelompok ini dapat digunakan lagi untuk subjek lain. Cara RS mengendalikan perilaku agresif adalah dengan “belajar mengendalikan diri dan mengontrol emosi agar tidak gampang marah dan lebih banyak beristighfar”, “melatih diri dari sekarang untuk tidak berkata kasar dengan teman apalagi dengan orang yang lebih tua”, dan “melatih diri untuk tetap berperilaku positif dalam kehidupan sehari-hari”.

Kemudian, SU mengatakan bahwa:

“... bersikap dan bertingkah laku yang selalu menyakiti orang lain di sekelilingnya adalah perilaku agresif, dan juga senang mendapatkan pengetahuan baru dari kegiatan bimbingan kelompok ini karena seru dan menyenangkan. Tidak sembarang berkata-kata kasar lagi dan jangan suka memukul atau menjewer telinga teman dan lebih berhati-hati dalam berucap dan bertingkah laku yang dapat menyakiti hati orang lain adalah cara SU bersikap agar mampu mengontrol diri dari hal-hal yang dapat menyakiti orang lain, baik dalam perkataan maupun perbuatan. Dia juga bertanggung jawab untuk tetap berperilaku positif dalam kehidupan sehari-hari”.

SS mengatakan bahwa:

“... perilaku agresif adalah suatu perbuatan dan perkataan yang tujuannya menyakiti hati dan fisik orang lain. Dia juga mengatakan bahwa dia senang bahwa kegiatan bimbingan kelompok ini memberinya banyak pengetahuan baru dan berharap mereka dapat

melakukannya lagi dengan tema lain. Melatih diri dari sekarang untuk tidak berkata kasar lagi dan dapat berpikir sebelum bertindak dan lebih menjaga lisan dan perilaku serta mengendalikan diri untuk tidak menyakiti siapapun” adalah cara SS bersikap agar mampu mengontrol diri dari perbuatan dan perkataan yang dapat menyakiti orang lain”.

RS mengatakan bahwa:

“... perilaku agresif adalah sikap dan perilaku yang dapat menyakiti hati dan fisik orang lain. RS merasa senang dengan kegiatan bimbingan kelompok ini dan berharap mereka dapat melakukannya lagi dengan tema lain. Cara RS bertindak untuk mengurangi perilaku agresif adalah dengan belajar mengendalikan diri dan mengontrol emosi agar tidak gampang marah dan lebih banyak beristighfar, cara JM bertindak untuk mengurangi perilaku agresif ini adalah dengan “melatih diri dari sekarang untuk tidak berkata kasar dengan teman apalagi dengan orang yang lebih tua,” dan cara JM bertanggung jawab untuk tetap berperilaku positif dalam kehidupan sehari-hari adalah dengan lebih banyak bertanggung jawab atas dirinya sendiri dan orang lain”.

Pembahasan

Setelah menerapkan layanan bimbingan kelompok kepada siswa yang memiliki masalah dengan perilaku agresif, peneliti melakukan observasi kembali kepada siswa yang telah menerima pelatihan *self control*. Tujuan dari observasi kembali ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif pelatihan *self control* yang diberikan kepada siswa untuk mengurangi perilaku agresif mereka. Seperti yang ditunjukkan dari beberapa hasil pengamatan tentang penerapan layanan bimbingan kelompok pada pertemuan pertama, banyak siswa belum memahami pentingnya kegiatan ini untuk mengurangi kecenderungan berperilaku agresif. Akibatnya, peneliti melakukan kegiatan bimbingan kelompok lagi untuk mengurangi perilaku agresif.

Pada pertemuan kedua, peneliti kembali melakukan bimbingan kelompok, kali ini dengan fokus pada bagaimana membangun komitmen yang baik agar siswa benar-benar tahu bagaimana mengontrol diri dari perilaku agresif yang sering mereka lakukan. Hasil observasi peneliti setelah pertemuan kedua ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok peneliti sangat puas dengan kepekaan dan pemahaman siswa tentang bagaimana mengurangi perilaku agresif.

Sebagai hasil dari Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui *Self Control* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Di SMP Tamora Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2023/2024, peneliti menemukan bahwa siswa sudah mampu mengurangi perilaku agresif. Hal ini dapat dilihat dari sikap keseharian siswa di sekolah, seperti kemampuan mereka untuk mengontrol diri dan emosi mereka dan berinteraksi dengan sopan dan ramah di lingkungan sekolah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif. Di mana dengan menggunakan bimbingan kelompok melalui *self control* untuk mengurangi perilaku agresif siswa Kelas VIII; Pertemuan I melakukan perubahan kecil, tetapi tidak terlalu baik; peneliti harus melakukan pertemuan kedua untuk menguranginya. Selanjutnya, untuk mengurangi perilaku agresif siswa di SMP

Tamora Tanjung Morawa pada pertemuan kedua, terjadi perbedaan yang sangat besar dari pertemuan sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti tidak perlu melakukan penelitian di pertemuan ketiga.

DAFTAR PUSTAKA

- Asbi, Asbi, M. Fauzi Hasibuan, and Mawar Sari. 2022. "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment Untuk Mengurangi Gaya Hidup Konsumtif." *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 5(2):156–70. doi: 10.30596/bibliocouns.v5i2.11658.
- Assingkily, M. S. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan: Panduan Menulis Artikel Ilmiah dan Tugas Akhir*. Yogyakarta: K-Media.
- de Decker, A., Lemmens, L., van der Helm, P., Bruckers, L., Molenberghs, G., & Tremmery, S. (2018). The Relation Between Aggression and the Living Group Climate in a Forensic Treatment Unit for Adolescents: A Pilot Study. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 62(7), 1821–1837. <https://doi.org/10.1177/0306624X17712347>
- Firman, F. (2016). *Penanggulangan Tindakan Kekerasan dan Agresivitas Remaja Remaja Kota Padang*. Padang: FIP UNP.
- Kulsum, Umi dan Jauhar, Mohammad. (2014). *Pengantar Psikologi Sosial*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya
- Low, S., & Espelage, D. (2014). Conduits from community violence exposure to peer aggression and victimization: Contributions of parental monitoring, impulsivity, and deviancy. *Journal of Counse*.
- Myers, G. D. (2012). *Psikologi sosial buku 2 (edisi ke-10)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prayitno & Erman amti. (2016), *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta. h. 309-310.
- Prayitno dkk. (2022). *Pembelajaran Melalui Pelayanan BK di Satuan Pendidikan*. Jakarta: ABKIN
- Sofyan S Willis. (2011). *Remaja dan Masalahnya Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja, Narkoba, Free Sex, dan Pemecahannya*. Bandung: Alfabeta.
- Rasimin & Muhammad Hamdi. (2018). *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Aksara
- Ten, E. M. A. E. J., & Jongh, H. T. De. (2018). Stability and Change of Adolescents ' Sofyan S Willis. (2011). *Remaja dan Masalahnya Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja, Narkoba, Free Sex, dan Pemecahannya*. Bandung: Alfabeta.
- Tentawa, Fatwa. (2012). *Perilaku Anak Agresif : Asesmen dan Intervensinya*. *Jurnal Psikologi*, ISSN 1978-0575 Juni 2012 hlm. 162-232.
- Zulhafni, & Hardjo, S. (2011). Hubungan antara iklim organisasi dan komunikasi interpersonal dengan perilaku agresif pada anggota satuan reserse criminal.