**LAMPIRAN I**

**ANGKET TRY OUT SIKAP AGRESI SISWA**

**NAMA :**

**KELAS :**

**UMUR :**

PENGANTAR

 Angket ini bukan merupakan suatu tes dan tidak berpengaruh terhadap hasil belajar anda. Isilah angket ini tanpa ada perasaan khawatir, serta tidak ada jawaban benar dan salah. Anda diharapkan menjawab dengan jujur dan teliti sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya pada saat ini. Jawaban anda bersifat pribadi dan dijaga kerahasiaannya. Oleh karena itu, kerjakanlah angket ini secara jujur dan sungguh-sungguh dengan petunjuk pengerjaan dibawah ini.

PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

1. Tulislah identitas anda pada tempat yang tersedia.
2. Bacalah pertanyaan-pertanyaan pada angket dibawah ini secara teliti dan cermat.
3. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya, dengan memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang anda pilih. Dengan keterangan pilihan jawaban sebagai berikut :
4. Tidak Pernah/Sangat tidak setuju
5. Kadang-kadang/Tidak setuju
6. Sering/Setuju
7. Selalu/Sangat setuju

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Pilihan Jawaban** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1 | Setiap kali berbicara dengan orang lain, saya sering mengolok-olok orang lain dengan kata-kata kotor |  |  |  |  |
| 2 | Apabila guru sedang menerangkan, saya lebih suka mengobrol dengan teman sebangku saya |  |  |  |  |
| 3 | Saya tidak mau tahu walaupun teman sebangku sedang mengalami masalah |  |  |  |  |
| 4 | Saya sering bertengkar dengan teman sekolah walaupun itu berasal dari hal sepele |  |  |  |  |
| 5 | Apabila teman saya berkata tidak baik, saya akan langsung memarahinya |  |  |  |  |
| 6 | Apabila perkataan teman menyinggung, saya akan langsung memarahi dan mengajak bertengkar |  |  |  |  |
| 7 | Saya sering marah jika diatur-atur atau dinasehati |  |  |  |  |
| 8 | Apabila sekali marah, saya akan terus marah sampai beberapa hari |  |  |  |  |
| 9 | Apabila pendapat saya tidak disetujui teman, saya akan marah |  |  |  |  |
| 10 | Saya sengaja mengucapkan perkataan yang menghina atau menyinggung orang lain |  |  |  |  |
| 11 | Saya sering menghiraukan nasihat dari orang lain |  |  |  |  |
| 12 | Saya sering meledek/mengejek orang lain walaupun orang itu lebih tua dari saya |  |  |  |  |
| 13 | Saya berusaha menghilangkan pikiran negatif pada teman yang tidak saya sukai |  |  |  |  |
| 14 | Saya sering tidak memperhatikan guru dan sering tidur di kelas ketika pelajaran |  |  |  |  |
| 15 | Saya selalu berkata sopan kepada guru |  |  |  |  |
| 16 | Apabila dimarahi orang tua, saya diam saja |  |  |  |  |
| 17 | Apabila ke sekolah, saya pamit dahulu dengan orang tua |  |  |  |  |
| 18 | Saya menyapa apabila bertemu bapak/ibu guru disekolah |  |  |  |  |
| 19 | Saya minta izin kepada piket jaga, jika meninggalkan sekolah |  |  |  |  |
| 20 | Saya tidak bisa menerima kesalahan saya sendiri |  |  |  |  |
| 21 | Saya merasa beban hidup saya sangat berat |  |  |  |  |
| 22 | Saya merasa kurang mendapatkan kasih sayang |  |  |  |  |
| 23 | Saya selalu bersyukur dengan apa yang ada pada hidup saya saat ini |  |  |  |  |
| 24 | Saya menyesal setelah sadar bahwa ketika sedang marah ada hal-hal yang dirugikan |  |  |  |  |
| 25 | Saya akan melerai teman yang sedang berkelahi |  |  |  |  |
| 26 | Saya tidak akan segan-segan untuk memberi pelajaran berupa tendangan/pukulan terhadap teman yang menghina saya |  |  |  |  |
| 27 | Saya menuduh teman mengambil uang milik saya karena saat hilang ada dia didekat saya |  |  |  |  |
| 28 | Menyakiti teman yang saya benci membuat saya lega |  |  |  |  |
| 29 | Bukan hal yang baik jika saya mengikuti gaya orang yang saya benci untuk mengejek-ejeknya |  |  |  |  |
| 30 | Kekerasan fisik yang dilakukan kepada teman-teman adalah perbuatan yang tidak baik karena akan berdampak buruk bagi korbannya |  |  |  |  |
| 31 | Hati saya langsung kesal ketika ada teman yang memukul saya |  |  |  |  |
| 32 | Saya tahu, iri kepada teman merupakan pertanda bahwa saya tidak mampu/tidak lebih baik darinya |  |  |  |  |
| 33 | Menuduh teman yang tidak bersalah adalah perbuatan yang memalukan |  |  |  |  |
| 34 | Saya tidak memperdulikan teman-teman yang sedang membicarakan kejelekan salah satu teman kami |  |  |  |  |
| 35 | Saya akan ikut bergabung dengan teman-teman yang sedang membicarakan teman saya |  |  |  |  |
| 36 | Saya tidak akan membalas ketika ada teman yang menghina saya |  |  |  |  |
| 37 | Menurut saya, bergaul dengan siapapun tidak masalah karena semua manusia sama |  |  |  |  |
| 38 | Berkelahi adalah bukan solusi terbaik untuk memecahkan masalah dalam bergaul |  |  |  |  |
| 39 | Marah-marah tanpa alasan membuat saya dijauhi teman-teman saya |  |  |  |  |
| 40 | Saya akan sangat kesal ketika pendapat saya tidak diperdulikan |  |  |  |  |
| 41 | Saya suka membicarakan teman dengan berbisik-bisik karena khawatir dia mendengarnya |  |  |  |  |
| 42 | Saya sangat tidak suka dengan teman yang nakal |  |  |  |  |
| 43 | Melirikkan mata penuh kebencian untuk merendahkan orang lain adalah hal yang tidak baik |  |  |  |  |
| 44 | Menurut saya, tidak ada gunanya bercanda dengan sangat keterlaluan |  |  |  |  |
| 45 | Saya akan mencubit adik saya jika dia nakal |  |  |  |  |

**LAMPIRAN II**

**ANGKET PRE TEST/POST TEST SIKAP AGRESI SISWA**

**NAMA :**

**KELAS :**

**UMUR :**

PENGANTAR

 Angket ini bukan merupakan suatu tes dan tidak berpengaruh terhadap hasil belajar anda. Isilah angket ini tanpa ada perasaan khawatir, serta tidak ada jawaban benar dan salah. Anda diharapkan menjawab dengan jujur dan teliti sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya pada saat ini. Jawaban anda bersifat pribadi dan dijaga kerahasiaannya. Oleh karena itu, kerjakanlah angket ini secara jujur dan sungguh-sungguh dengan petunjuk pengerjaan dibawah ini.

PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

1. Tulislah identitas anda pada tempat yang tersedia.
2. Bacalah pertanyaan-pertanyaan pada angket dibawah ini secara teliti dan cermat.
3. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya, dengan memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang anda pilih. Dengan keterangan pilihan jawaban sebagai berikut :
4. Tidak Pernah/Sangat tidak setuju
5. Kadang-kadang/Tidak setuju
6. Sering/Setuju
7. Selalu/Sangat setuju

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Pilihan Jawaban** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1 | Saya sering bertengkar dengan teman sekolah walaupun itu berasal dari hal sepele |  |  |  |  |
| 2 | Apabila teman saya berkata tidak baik, saya akan langsung memarahinya |  |  |  |  |
| 3 | Apabila perkataan teman menyinggung, saya akan langsung memarahi dan mengajak bertengkar |  |  |  |  |
| 4 | Apabila pendapat saya tidak disetujui teman, saya akan marah |  |  |  |  |
| 5 | Saya berusaha menghilangkan pikiran negatif pada teman yang tidak saya sukai |  |  |  |  |
| 6 | Saya selalu berkata sopan kepada guru |  |  |  |  |
| 7 | Apabila dimarahi orang tua, saya diam saja |  |  |  |  |
| 8 | Saya menyapa apabila bertemu bapak/ibu guru disekolah |  |  |  |  |
| 9 | Saya minta izin kepada piket jaga, jika meninggalkan sekolah |  |  |  |  |
| 10 | Saya akan melerai teman yang sedang berkelahi |  |  |  |  |
| 11 | Saya tidak akan segan-segan untuk memberi pelajaran berupa tendangan/pukulan terhadap teman yang menghina saya |  |  |  |  |
| 12 | Saya menuduh teman mengambil uang milik saya karena saat hilang ada dia didekat saya |  |  |  |  |
| 13 | Menyakiti teman yang saya benci membuat saya lega |  |  |  |  |
| 14 | Bukan hal yang baik jika saya mengikuti gaya orang yang saya benci untuk mengejek-ejeknya |  |  |  |  |
| 15 | Kekerasan fisik yang dilakukan kepada teman-teman adalah perbuatan yang tidak baik karena akan berdampak buruk bagi korbannya |  |  |  |  |
| 16 | Hati saya langsung kesal ketika ada teman yang memukul saya |  |  |  |  |
| 17 | Saya tahu, iri kepada teman merupakan pertanda bahwa saya tidak mampu/tidak lebih baik darinya |  |  |  |  |
| 18 | Menuduh teman yang tidak bersalah adalah perbuatan yang memalukan |  |  |  |  |
| 19 | Saya tidak memperdulikan teman-teman yang sedang membicarakan kejelekan salah satu teman kami |  |  |  |  |
| 20 | Saya tidak akan membalas ketika ada teman yang menghina saya |  |  |  |  |
| 21 | Menurut saya, bergaul dengan siapapun tidak masalah karena semua manusia sama |  |  |  |  |
| 22 | Berkelahi adalah bukan solusi terbaik untuk memecahkan masalah dalam bergaul |  |  |  |  |
| 23 | Marah-marah tanpa alasan membuat saya dijauhi teman-teman saya |  |  |  |  |
| 24 | Saya akan sangat kesal ketika pendapat saya tidak diperdulikan |  |  |  |  |
| 25 | Saya sangat tidak suka dengan teman yang nakal |  |  |  |  |
| 26 | Melirikkan mata penuh kebencian untuk merendahkan orang lain adalah hal yang tidak baik |  |  |  |  |
| 27 | Menurut saya, tidak ada gunanya bercanda dengan sangat keterlaluan |  |  |  |  |

**PEDOMAN WAWANCARA GURU BK**

LAMPIRAN III

**SMK HARAPAN BANGSA TANJUNG MORAWA**

**Judul Penelitian** : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan

 Pendekatan Behavioral Terhadap Sikap Agresi

 Pada Siswa Kelas X SMK Harapan Bangsa

 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2016/2017

**Responden** : Drs. Rihadi

**Peneliti** : Essy Tri Ayuni Devi

**Tempat Wawancara** : Ruangan BK SMK Harapan Bangsa

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Pertanyaan****Peneliti** | **Jawaban****Guru BK** |
| 1 | Assalamualaikum wr wb pak.. | Waalaikumsalam wr wb.. |
| 2 | Sudah berapa lama bapak menjadi guru BK disekolah ini ? | Alhamdulillah sudah cukup lama dari tahun 2007 |
| 3 | Sudah 10 tahun ya pak. Jadi, selama bapak menjadi guru BK disini masalah apa yang sering ditemui ? | Iya benar. Selama saya disini lumayan banyak masalah yang saya temui seperti membolos, terlambat, cabut jam pelajaran, berkelahi, masih banyak lagi lah nak. Karena disini juga siswanya lebih banyak siswa laki-laki dibanding siswa perempuan. |
| 4 | Oh begitu ya pak. Sesuai dengan judul penelitian saya, bagaimana dengan sikap agresi siswa disini pak, apa saja bentuk agresi yang sering ditunjukkan siswa ? | Sikap agresi memang selalu dimiliki setiap siswa nak, apalagi siswa laki-laki hampir semua mereka memiliki sikap agresi. Ada yang saling hina, memukul, menendang, sampai berkelahi. Ada juga orangtua yang sampai dipanggil ke sekolah karena perbuatan anaknya tersebut. |
| 5 | Kalau sikap agresi pada anak perempuannya bagaimana pak ? | Oh anak perempuan juga seperti itu, tapi tidak sampai berkelahi atau melukai secara fisik. Cuma sekedar saling ejek, saling tidak perduli kalau jumpa teman yang tidak disukai, pandangannya sinis lah begitu. |
| 6 | Menurut bapak faktor apa yang menyebabkan siswa berperilaku agresi ? | Banyak faktornya. Terutama faktor lingkungan yang sangat mempengaruhi sikap seperti itu. Contohnya saja kalau anak tinggal dilingkungan kurang baik seperti mempunyai teman yang nakal, maka secara otomatis anak tersebut bisa terikut temannya tersebut. Dia juga bisa menjadi nakal. Faktor keluarga juga bisa, contohnya karena kurangnya kasih sayang, maka anak bisa saja mencari perhatian kepada orang lain dengan cara yang salah. |
| 7 | Kalau sikap agresi pada siswa kelas X bagaimana pak ? | Sama saja nak, saya sampai hapal siapa saja siswa yang nakal “aja” sampai nakal “luar biasa”. |
| 8 | Begitu ya pak hehee, bisa disebutkan pak siapa saja yang memiliki sikap agresi tersebut ? | Kebanyakan anak laki-laki seperti abdul, andre, dimas, fandi, vikri, rihan, fajar, abdul. Itulah siswa yang rajin keruangan saya. Kalau yang perempuan tidak sampai dipanggil keruangan saya sikap agresi mereka sebatas agresi verbal saja, itu ada dua orang april dan silvia. |
| 9 | Jadi apa yang dilakukan untuk menangani perilaku agresi siswa tersebut pak ? apakah bapak melakukan konseling kelompok ? | Sejauh ini siswa yang berperilaku agresi ditangani hanya diberikan nasihat/arahan dan hukuman yang sewajarnya saja. Saya sendiri belum pernah melakukan konseling kelompok nak, karna saya juga masih belajar mendalami tentang BK. |
| 10 | Siapa saja yang terlibat dalam menangani masalah tersebut pak ? | Yang terlibat saya sendiri sebagai guru BK, wali kelas, dan terkadang wakil kepala sekolah bagian kesiswaan juga turun tangan. |
| 11 | Baiklah kalau begitu terima kasih pak atas waktunya, saya mohon maaf apabila ada perkataan saya yang tidak pantas atau menyinggung. Sekali lagi terima kasih ya pak, wassalamualaikum wr wb. | Iya sama-sama nak, saya juga mohon maaf apabila ada perkataan saya yang kurang berkenan. Waalaikumsalam wr wb |

**PEDOMAN OBSERVASI**

LAMPIRAN IV

**SMK HARAPAN BANGSA TANJUNG MORAWA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Nama****Siswa** | **Aspek yang diteliti** |
| **A1** | **A2** | **A3** | **A4** | **A5** | **A6** | **A7** | **B1** | **B2** | **B3** | **B4** | **B5** | **B6** | **B7** | **C1** | **C2** | **C3** | **D1** | **D2** | **D3** | **D4** | **D5** | **D6** |
| **1** | **April Lani Saragih** |  |  |  |  |  | √ |  | √ |  | √ |  |  |  | √ |  |  | √ |  |  |  | √ |  |  |
| **2** | **Dimas Fahri** |  | √ |  |  | √ |  |  | √ |  |  | √ | √ | √ |  | √ | √ | √ |  | √ |  |  |  |  |
| **3** | **Fandi Suhandiko** |  |  |  |  | √ |  |  |  |  | √ | √ | √ | √ |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** | **Fajar Rizky Siregar** |  |  | √ |  |  |  |  | √ |  | √ |  |  | √ |  |  |  |  |  |  |  | √ |  |  |
| **5** | **Rihan Mahadi** |  | √ |  |  |  |  |  | √ |  |  |  | √ | √ |  |  |  | √ |  |  |  | √ |  |  |
| **6** | **Saidul Latif Abdul Rahma** | √ | √ |  |  | √ |  |  |  |  | √ | √ | √ | √ |  |  | √ |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** | **M. Andre** |  |  |  | √ |  |  | √ |  |  |  |  |  |  |  | √ |  |  |  | √ |  | √ |  |  |
| **8** | **M. Irsan** |  |  |  |  |  |  |  | √ |  | √ |  |  | √ |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** | **M. Vikry** |  |  |  |  | √ |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | √ |  |  | √ |  | √ | √ |
| **10** | **Silvia Lisria A** |  |  |  |  |  |  | √ | √ |  | √ |  |  | √ |  |  |  |  |  | √ |  |  | √ |  |

**KETERANGAN :**

Aspek yang diobservasi :

1. Agresi fisik
2. Menyerang
3. Memukul
4. Menendang
5. Menyakiti
6. Berkelahi
7. Mencubit
8. Melirik

1. Agresi verbal
2. Mengejek/Menjelekkan/mengolok-olok
3. Mengancam
4. Menghina/menyinggung
5. Menuduh
6. Bertengkar
7. Berkata tidak baik
8. Menggosip
9. Agresi marah
10. Kesal
11. Hilang kesabaran
12. Tidak mampu mengontrol rasa marah
13. Sikap permusuhan
14. Merasa kehidupan yang dialami tidak adil
15. Iri hati
16. Kesal
17. Ketidak pedulian
18. Berfikir Negatif
19. Penyesalan



**Lampiran V**





**Lampiran VI**

97



**99**

**Lampiran VII**



**101**

**Lampiran VIII**

**LAMPIRAN IX**

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

**BIMBINGAN DAN KONSELING (RPL)**

1. **Sekolah** : SMK Harapan Bangsa Tanjung Morawa
2. **Tahun Ajaran** : 2016/2017
3. **Sasaran Layanan/Semester** : Kelas X/Ganjil
4. **Tempat penyelenggaraan** : Ruang kelas
5. **Materi/Topik Layanan** : Mengenal Bahaya Perilaku Agresi
6. **Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
7. **Pendekatan** : Behavioral
8. **Bidang Bimbingan** : Pribadi dan Sosial
9. **Fungsi Layanan** : Pemahaman dan Pencegahan
10. **Waktu Penyelenggaraan** : Tanggal : April 2017

Waktu : 2 X 45 menit

1. **Tujuan/Arah Pengembangan**
2. Pengembangan KES
* Agar siswa memahami pengertian agresi, jenis agresi, bentuk agresi, faktor penyebab dan dampak yang akan timbul dari perilaku agresi.
1. Penanganan KES-T
* Agar siswa menghindari, mencegah dan menghilangkan kebiasaan berperilaku agresi baik verbal maupun non verbal dan siswa mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.
1. **Uraian Kegiatan** :
2. **Langkah Pengantaran : Tahap Pembentukan**
3. Mengucapkan salam, selamat datang dan berterima kasih kepada anggota yang telah bersedia hadir untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok serta menerima secara terbuka.
4. Mengajak anggota kelompok berdo’a bersama sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing yang dipimpin oleh pemimpin kelompok (PK).
5. Menjelaskan pengertian, tujuan, asas-asas dan proses kegiatan layanan KKp yang dilaksanakan.
6. Melakukan perkenalan, dilanjutkan dengan permainan pengakraban.
7. **Langkah Penjajakan : Tahap Peralihan**
8. Mengarahkan perhatian anggota kelompok dari suasana pembentukan ke suasana kegiatan, dan PK menjelaskan kembali tentang pengertian, tujuan, asas-asas dan proses kegiatan layanan KKp.
9. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan.
10. Memahami suasana kelompok apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian masih belum siap untuk melanjutkan tahap berikutnya.
11. Memberi contoh masalah sosial yang dapat dikemukan dan dibahas dalam kelompok.
12. **Langkah Penafsiran dan Pembinaan : Tahap Kegiatan**
13. Pemimpin kelompok (PK) memberikan topik yang akan dibahas dalam kelompok yaitu mengenai perilaku agresi.
14. Semua anggota diminta mengemukakan pendapat mengenai perilaku agresi tersebut.
15. Setiap anggota diminta memberikan respon terhadap pendapat anggota lainnya, dengan pola penyampaian pikiran, perasaan dan sikap dalam kategori positif (tidak merendahkan, mengejek atau membesar-besarkan). Respon positif ini dikuatkan dan ditegaskan oleh pemimpin kelompok, disertai contoh-contoh konkrit.
16. Terkait dengan perilaku agresi siswa dibahas lebih mendalam tentang perlunya sikap dan atau peran yang perlu diperbaharui dan dikembangkan dengan menggunakan pendekatan behavioral.
17. Dalam kegiatan ini PK lebih menekankan pendekatan behavioral yang berfokus pada perilaku/sikap siswa maladaptif, PK berusaha memberikan pendekatan behavioral dalam kegiatan ini yang nantinya dapat mengurangi sikap agresi siswa SMK HARAPAN BANGSA khususnya kelas X yang memiliki sikap agresi kategori tinggi. Dalam kegiatan ini tidak hanya mengurangi sikap agresi tetapi juga PK memberikan penguatan untuk membangun semangat berdinamika kelompok diantara anggota serta menegaskan komitmen anggota tentang perilaku agresi yang telah dibahas (apa yang akan dilakukan berkenaan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya)sehingga anggota memperoleh wawasan dengan makna yang lengkap dan benar.
18. Apabila diperlukan dapat dilakukan kegiatan selingan atau *ice breaking.*
19. **Langkah Penilaian : Tahap Kesimpulan dan Penutup**
20. PK menjelaskan bahwa kegiatan KKp akan diakhiri dan mengambil kesimpulan tentang topik yang telah dibahas.
21. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing, pesan, harapan serta tanggapan anggota kelompok.
22. Membahas rencana kegiatan lanjutan bersama anggota kelompok yang akan dilakukan dilain waktu dengan topik yang sama sesuai kesepakatan anggota kelompok,
23. PK mengucapkan terima kasih kepada anggota kelompok.
24. Do’a penutup, salam.
25. **Rencana Penilaian** :

**Penilaian hasil**

 Masing-masing anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal baru berkenaan topik yang dibahas dengan pola BMB3 dalam kaitannya dengan akurs :

1. Berfikir : Siswa memahami dan berfikir tentang dampak dari

 perilaku agresi

1. Merasa : Siswa merasakan manfaat mengikuti layanan

 konseling kelompok tersebut

1. Bersikap : Siswa berusaha dengan sungguh-sungguh untuk

 menghindari berperilaku agresi

1. Bertindak : Siswa berkomitmen dan bersikap tegas untuk mampu

 menghindari dan mencegah berperilaku agresi

1. Bertanggung Jawab : Bertanggung jawab pada dirinya sendiri untuk bisa

 menerapkan tidak berperilaku agresi dalam

 kehidupannya sehari-hari.

**Penilaian Proses**

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pembelajaran/pelayanan yang telah diselenggarakan.

 **Peneliti**

 **ESSY TRI AYUNI DEVI**

 **NPM.131484016**

**Mengenal Bahaya Perilaku Agresi**

1. **Pengertian Agresi**

Secara sepintas setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak orang lain dapat disebut sebagai perilaku agresif. Agresi walaupun merupakan konsep yang sangat familiar tetapi tampaknya tidak mudah untuk mendefinisikannya. Menurut Murray dalam Arifin (2015:262), agresi adalah suatu cara untuk melawan dengan sangat kuat, berkelahi, melukai, menyerang, membunuh, atau menghukum orang lain. Secara singkat, agresi adalah tindakan yang dimaksudkan untuk melukai orang lain atau merusak milik orang lain.

 Agresi merupakan perilaku yang bertujuan menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikis. Jika menyakiti orang lain karena unsur ketidaksengajaan, perilaku tersebut tidak dikategorikan perilaku agresi. Rasa sakit akibat tindakan medis misalnya, walaupun sengaja dilakukan, bukan termasuk agresi. Sebaliknya, niat menyakiti orang lain tetapi tidak berhasil, hal ini dapat dikatakan sebagai perilaku agresi. Pengertian agresi merujuk pada perilaku yang bermaksud untuk membuat objeknya mengalami bahaya atau kesakitan.

Agresi sering kali diartikan sebagai perilaku yang dimaksudkan untuk melukai orang lain baik secara fisik ataupun psikis. Baron dan Bryne dalam Abdul Rahman (2014:197) mendefenisikan agresi sebagai perilaku yang diarahkan dengan tujuan untuk membahayakan orang lain. Selain agresi, ada istilah lain yang sering kali dipakai, yaitu kekerasan atau violence. Kekerasan sebetulnya agresi juga, tapi dengan intensitas dan efek yang lebih berat daripada agresi (Bushman & Bartholow, 2010).

Ada 4 unsur dalam agresi, yaitu :

1. Adanya tujuan untuk mencelakakan
2. Ada individu yang menjadi pelaku
3. Ada individu yang menjadi korban
4. Ketidakinginan si korban menerima tingkah laku si pelaku
5. **Jenis Agresi**

Jenis Agresi digolongkan menjadi dua, yaitu (1) agresi permusuhan (hostile aggression) semata- mata dilakukan dengan maksud menyakiti orang lain atau sebagai ungkapan kemarahan dan ditandai dengan emosi yang tinggi. Perilaku agresif dalam jenis pertama ini adalah tujuan dari agresi itu sendiri dan (2) agresi instrumental (instrumental aggression) pada umumnya tidak disertai emosi. Perilaku agresif hanya merupakan sarana untuk mencapai tujuan lain selain penderitaan korbannya. Agresi instrumental mencakup perkelahian untuk membela diri, penyerangan terhadap seseorang ketika terjadi perampokan, perkelahian untuk membuktikan kekuasaan atau dominasi seseorang (Myers dalam Sarwono,2002). Perbedaan kedua jenis agresi ini terletak pada tujuan yang mendasarinya. Jenis pertama semata-mata untuk melampiaskan emosi, sedangkan agresi jenis kedua dilakukan untuk mencapai tujuan lain.

1. **Bentuk Agresi**

Bentuk atau ekspresi agresi dapat berupa fisik maupun verbal. Agresi yang berbentuk fisik seperti memukul, menendang, melempar, merusak serta bentuk- bentuk lain yang dapat mengakibatkan sakit/luka pada objek atau sumber frustasi. Sedangkan bentuk agresi yang bersifat verbal seperti mencaci-maki, berteriak-teriak, mengeluarkan kata-kata yang kasar/kotor dan bentuk-bentuk lain yang sifatnya verbal/lisan.

1. **Penyebab Timbulnya Perilaku Agresi**
2. Faktor Amarah

Marah merupakan emosi yang memiliki ciri-ciri aktivitas sistem saraf parasimpatik yang tinggi dan adanya perasaan tidak senang yang sangat kuat yang disebabkan adanya kesalahan, yang mungkin salah atau pun juga tidak. Pada saat marah, ada perasaan ingin menyerang, meninju, menghancurkan, atau melempar sesuatu dan timbul pikiran yang kejam. Apabila hal-hal tersebut disalurkan, terjadilah perilaku agresi.

Agresi adalah respons terhadap marah. Kekecewaan, sakit fisik, penghinaan, atau ancaman sering memancing amarah dan akhirnya memancing agresi.

1. Faktor Biologis

Beberapa faktor biologis yang memengaruhi perilaku agresi, adalah sebagai berikut:

1. Gen berpengaruh pada pembentukan sistem neural otak yang mengatur perilaku agresi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap hewan, mulai dari yang sulit sampai yang paling mudah dipancing amarahnya, faktor keturunan tampaknya membuat hewan jantan yang berasal dari berbagai jenis lebih mudah marah dibandingkan dengan betinanya.
2. Sistem otak yang tidak terlibat dalam agresi ternyata dapat memperkuat atau menghambat sirkuit neural yang mengendalikan agresi. Pada hewan sederhana, marah dapat dihambat atau ditingkatkan dengan merangsang sistem limbik (daerah yang menimbulkan kenikmatan pada manusia) sehingga muncul hubungan timbal balik antara kenikmatan dan kekejaman. Prescott menyatakan bahwa orang yang berorientasi pada kenikmatan akan sedikit melakukan agresi, sedangkan orang yang tidak pernah mengalami kesenangan atau kegembiraan cenderung untuk melakukan kekejaman dan penghancuran (agresi). Prescott meyakini bahwa keinginan yang kuat untuk menghancurkan disebabkan oleh ketidakmampuan untuk menikmati sesuatu hal yang disebabkan cedera otak karena kurang rangsangan sewaktu bayi.
3. Kimia darah. Kimia darah (khususnya hormon seks yang sebagian ditentukan faktor keturunan) juga dapat memengaruhi perilaku agresi. Dalam suatu eksperimen, ilmuwan menyuntikkan hormon testosteron pada tikus dan beberapa hewan lain (testosteron merupakan hormon androgen utama yang memberikan ciri kelamin jantan) maka tikus-tikus tersebut berkelahi semakin sering dan lebih kuat. Saat testosteron dikurangi, tikus tersebut menjadi lembut. Kenyataan menunjukkan bahwa anak banteng jantan yang sudah dikebiri (dipotong alat kelaminnya) akan menjadi jinak. Pada wanita yang sedang mengalami masa haid, kadar hormon kewanitaan, yaitu estrogen dan progresteron menurun jumlahnya sehingga perasaan mereka mudah tersinggung, gelisah, dan tegang. Banyak wanita yang melakukan pelanggaran hukum (melakukan tindakan agresi) pada saat berlangsungnya siklus haid ini.
4. Kesenjangan Generasi

Adanya perbedaan atau jurang pemisah (gap) antar generasi anak dan orangtuanya dapat terlihat dalam bentuk hubungan komunikasi yang semakin minimal dan sering tidak nyambung. Kegagalan komunikasi orangtua dan anak diyakini sebagai salah satu penyebab timbulnya perilaku agresi pada anak. Permasalahn *generation gap* ini harus diatasi dengan segera, mengingat bahwa selain agresi, masih banyak permasalahan lain yang dapat muncul, seperti masalah kebergantungan narkotika, kehamilan diluar nikah, seks bebas, dan lain-lain.

1. Lingkungan
2. Kemiskinan

Menurut Byod Mc Candless, “seorang anak yang dibesarkan dalam lingkungan kemiskinan, perilaku agresinya secara alami mengalami penguatan.” Hal ini dapat dilihat dalam kehidupan di ibu kota Jakarta misalnya. Di perempatan jalan dalam antrean lampu merah, pengamen cilik yang jumlahnya lebih dari satu orang berdatangan silih berganti kepada pengendara mobil dan motor. Apabila salah satu dari mereka mendapat uang, anak yang lain akan datang meminta uang. Jika tidak diberi, mereka akan mencaci-maki bahkan memukul pintu mobil. Hal ini sudah menjadi pemandangan yang seolah-olah biasa.

1. Anonimitas

Kota besar seperti Jakarta, Bandung, Surabaya menyajikan berbagai suara, cahaya, dan bermacam informasi yang besarnya sangat luar biasa. Orang cenderung berusaha untuk beradaptasi dengan melakukan penyesuaian diri terhadap rangsangan yang berlebihan tersebut.

Terlalu banyak rangsangan indra dan kognitif membuat dunia menjadi sangat impersonal, artinya antara satu orang dengan orang lain tidak lagi saling mengenal atau mengetahui secara baik. Lebih jauh lagi, setiap individu cenderung menjadi anonim (tidak mempunyai identitas diri). Apabila seseorang merasa anonim, ia cenderung berperilaku semaunya sendiri karena ia merasa tidak lagi terikat dengan norma masyarakat dan kurang bersimpati kepada orang lain.

1. Suhu udara yang panas

Jika diperhatikan dengan seksama, tawuran yang terjadi di Jakarta sering terjadi pada siang hari saat terik matahari, tetapi apabila musim hujan relatif tidak ada peristiwa tersebut. Begitu juga dengan aksi-aksi demonstrasi yang berujung pada bentrokan dengan petugas keamanan yang biasa terjadi pada cuaca yang terik dan panas.

Hal ini sesuai dengan pandangan bahwa suhu suatu lingkungan yang tinggi mengalami dampak terhadap tingkah laku sosial berupa peningkatan agresivitas. Fisher et.al. pada tahun 1968 US Riot Comision pernah melaporkan bahwa pada musim panas, rangkaian kerusuhan dan agresivitas massa lebih banyak terjadi di Amerika Serikat dibandingkan dengan musim lainnya.

1. Peran Belajar Model Kekerasan

Saat ini, anak-anak dan remaja banyak belajar menyaksikan adegan kekerasan melalui televisi dan “games” atau mainan yang bertema kekerasan. Acara-acara yang menampilakn adegan kekerasan hampir setiap saat dapat ditemui dalam tontonan yang disajikan di televisi mulai dari film kartun, sinetron, sampai film laga. Selain itu, ada pula acara-acara televisi yang menyajikan acara khusus perkelahian yang sangan popular di kalangan remaja atau sejenisnya. Walaupun pembawa acara berulang kali mengingatkan penonton untuk tidak mencontoh adegan yang mereka saksikan, diyakini bahwa tontonan tersebut akan berpengaruh terhadap perkembangan jiwa penontonnya.

Pendapat ini sesuai dengan yang diutarakan Davidoff dalam Arifin (2015:267) bahwa menyaksikan perkelahian dan pembunuhan meskipun sedikit pasti akan menimbulkan rangsangan dan memungkinkan untuk meniru model kekerasan tersebut.

1. Frustasi

Frustasi terjadi apabila seseorang terhalang oleh sesuatu hal dalam mencapai suatu tujuan, kebutuhan, keinginan, pengharapan, atau tindakan tertentu. Agresi merupakan salah satu cara berespons terhadap frustasi. Remaja miskin yang nakal merupakan akibat dari frustasi yang berkaitan dengan banyaknya waktu menganggur, keuangan yang kurang dan adanya kebutuhan yang harus segera terpenuhi, tetapi sulit sekali tercapai. Akibatnya, mereka menjadi mudah marah dan berperilaku agresi .

Frustrasi yang berujung pada perilaku agresi sangat banyak contohnya. Beberapa waktu yang lalu, di sebuah sekolah di Jerman terjadi penembakan guru-guru oleh seorang siswa yang baru di skorsing akibat membuat surat izin palsu. Hal ini menunjukkan anak tersebut merasa frustrasi dan penyaluran agresi dilakukan dengan cara menembaki guru-gurunya.

1. Proses Pendisiplinan yang Keliru

Pendidikan disiplin yang otoriter dengan penerapan yang keras, terutama dilakukan dengan memberikan hukuman fisik, dapat menimbulkan berbagai pengaruh yang buruk bagi remaja. Pendidikan disiplin seperti itu akan membuat remaja menjadi seorang penakut, tidak ramah dengan orang lain, dan membenci orang yang memberikan hukuman, kehilangn spontanitas serta inisiatif, dan pada akhirnya melampiaskan kemarahannya dalam bentuk agresi kepada orang lain.

Hubungan dengan lingkungan sosial berorientasi kepada kekuasaan dan ketakutan. Siapa yang lebih berkuasa dapat berbuat sekehendak hatinya, sedangkan yang tidak berkuasa menjadi tunduk. Pola pendisiplinan tersebut dapat pula menimbulkan pemberontakan apabila larangan-larangan yang bersanksi hukuman tidak diimbangi dengan alternatif (cara) lain yang dapat memenuhi kebutuhan yang mendasar (contohnya, dilarang untuk keluar main, tetapi didalam rumah tidak diperhatikan oleh kedua orangtuanya karena kesibukan mereka).

1. **Dampak yang akan timbul**

Dampak perilaku agresi berdasarkan bentuk dari agresi itu sendiri dijelaskan sebagai berikut (Awilson, 2006) :

|  |  |
| --- | --- |
| Bentuk Agresi | Contoh |
| Fisik, aktif, langsung | Menikam, memukul, atau menembak orang lain |
| Fisik, aktif, tak langsung | Membuat perangkap untuk orang lain, menyewa seorang pembunuh untuk membunuh. |
| Fisik, pasif, langsung | Secara fisik mencegah orang lain memperoleh tujuan atau tindakan yang diinginkan (seperti aksi duduk dalam demonstrasi) |
| Fisik, pasif, tak langsung | Menolak melakukan tugas-tugas yang seharusnya |
| Verbal, aktif, langsung | Menghina orang lain |
| Verbal, aktif, tak langsung | Menyebarkan gosip atau rumor jahat tentang orang lain |
| Verbal, pasif, langsung | Menolak berbicara kepada orang lain, menolak menjawab pertanyaan, dll |
| Verbal, pasif, tak langsung | Tidak mau membuat komentar verbal (misal:menolak berbicara ke orang yang menyerangdirinya bila dia dikritik secara tidak fair) |

**LAMPIRAN X**

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

**BIMBINGAN DAN KONSELING (RPL)**

1. **Sekolah** : SMK Harapan Bangsa Tanjung Morawa
2. **Tahun Ajaran** : 2016/2017
3. **Sasaran Layanan/Semester** : Kelas X/Ganjil
4. **Tempat penyelenggaraan** : Ruang kelas
5. **Materi/Topik Layanan** : Mengenal Bahaya Perilaku Agresi
6. **Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
7. **Pendekatan** : Behavioral
8. **Bidang Bimbingan** : Pribadi dan Sosial
9. **Fungsi Layanan** : Pemahaman dan Pencegahan
10. **Waktu Penyelenggaraan** : Tanggal : April 2017

Waktu : 2 X 45 menit

1. **Tujuan/Arah Pengembangan**

a. Pengembangan KES

* Agar siswa memahami pengertian agresi, jenis agresi, bentuk agresi, faktor penyebab dan dampak yang akan timbul dari perilaku agresi.
1. Penanganan KES-T
* Agar siswa menghindari, mencegah dan menghilangkan kebiasaan berperilaku agresi baik verbal maupun non verbal dan siswa mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.
1. **Uraian Kegiatan** :
2. **Langkah Pengantaran : Tahap Pembentukan**
3. Mengucapkan salam, selamat datang dan berterima kasih kepada anggota yang telah bersedia hadir untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok serta menerima secara terbuka.
4. Mengajak anggota kelompok berdo’a bersama sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing yang dipimpin oleh pemimpin kelompok (PK).
5. Menjelaskan pengertian, tujuan, asas-asas dan proses kegiatan layanan KKp yang dilaksanakan.
6. Melakukan perkenalan, dilanjutkan dengan permainan pengakraban.
7. **Langkah Penjajakan : Tahap Peralihan**
8. Mengarahkan perhatian anggota kelompok dari suasana pembentukan ke suasana kegiatan, dan PK menjelaskan kembali tentang pengertian, tujuan, asas-asas dan proses kegiatan layanan KKp.
9. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan.
10. Memahami suasana kelompok apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian masih belum siap untuk melanjutkan tahap berikutnya.
11. Memberi contoh masalah sosial yang dapat dikemukan dan dibahas dalam kelompok.
12. **Langkah Penafsiran dan Pembinaan : Tahap Kegiatan**
13. Pemimpin kelompok (PK) memberikan topik yang akan dibahas dalam kelompok yaitu mengenai perilaku agresi.
14. Semua anggota diminta mengemukakan pendapat mengenai perilaku agresi tersebut.
15. Setiap anggota diminta memberikan respon terhadap pendapat anggota lainnya, dengan pola penyampaian pikiran, perasaan dan sikap dalam kategori positif (tidak merendahkan, mengejek atau membesar-besarkan). Respon positif ini dikuatkan dan ditegaskan oleh pemimpin kelompok, disertai contoh-contoh konkrit.
16. Terkait dengan perilaku agresi siswa dibahas lebih mendalam tentang perlunya sikap dan atau peran yang perlu diperbaharui dan dikembangkan dengan menggunakan pendekatan behavioral.
17. Dalam kegiatan ini PK lebih menekankan pendekatan behavioral yang berfokus pada perilaku/sikap siswa maladaptif, PK berusaha memberikan pendekatan behavioral dalam kegiatan ini yang nantinya dapat mengurangi sikap agresi siswa SMK HARAPAN BANGSA khususnya kelas X yang memiliki sikap agresi kategori tinggi. Dalam kegiatan ini tidak hanya mengurangi sikap agresi tetapi juga PK memberikan penguatan untuk membangun semangat berdinamika kelompok diantara anggota serta menegaskan komitmen anggota tentang perilaku agresi yang telah dibahas (apa yang akan dilakukan berkenaan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya)sehingga anggota memperoleh wawasan dengan makna yang lengkap dan benar.
18. Apabila diperlukan dapat dilakukan kegiatan selingan atau *ice breaking.*
19. **Langkah Penilaian : Tahap Kesimpulan dan Penutup**
20. PK menjelaskan bahwa kegiatan KKp akan diakhiri dan mengambil kesimpulan tentang topik yang telah dibahas.
21. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing, pesan, harapan serta tanggapan anggota kelompok.
22. Membahas rencana kegiatan lanjutan bersama anggota kelompok yang akan dilakukan dilain waktu dengan topik yang sama sesuai kesepakatan anggota kelompok,
23. PK mengucapkan terima kasih kepada anggota kelompok.
24. Do’a penutup, salam.
25. **Rencana Penilaian** :

**Penilaian hasil**

 Masing-masing anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal baru berkenaan topik yang dibahas dengan pola BMB3 dalam kaitannya dengan akurs :

1. Berfikir : Siswa memahami dan berfikir tentang dampak dari

 perilaku agresi

1. Merasa : Siswa merasakan manfaat mengikuti layanan

 konseling kelompok tersebut

1. Bersikap : Siswa berusaha dengan sungguh-sungguh untuk

 menghindari berperilaku agresi

1. Bertindak : Siswa berkomitmen dan bersikap tegas untuk mampu

 menghindari dan mencegah berperilaku agresi

1. Bertanggung Jawab : Bertanggung jawab pada dirinya sendiri untuk bisa

 menerapkan tidak berperilaku agresi dalam

 kehidupannya sehari-hari.

**Penilaian Proses**

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pembelajaran/pelayanan yang telah diselenggarakan.

 **Peneliti**

 **ESSY TRI AYUNI DEVI**

 **NPM.131484016**

**Mengenal Bahaya Perilaku Agresi**

**a. Pengertian Agresi**

Secara sepintas setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak orang lain dapat disebut sebagai perilaku agresif. Agresi walaupun merupakan konsep yang sangat familiar tetapi tampaknya tidak mudah untuk mendefinisikannya. Menurut Murray dalam Arifin (2015:262), agresi adalah suatu cara untuk melawan dengan sangat kuat, berkelahi, melukai, menyerang, membunuh, atau menghukum orang lain. Secara singkat, agresi adalah tindakan yang dimaksudkan untuk melukai orang lain atau merusak milik orang lain.

 Agresi merupakan perilaku yang bertujuan menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikis. Jika menyakiti orang lain karena unsur ketidaksengajaan, perilaku tersebut tidak dikategorikan perilaku agresi. Rasa sakit akibat tindakan medis misalnya, walaupun sengaja dilakukan, bukan termasuk agresi. Sebaliknya, niat menyakiti orang lain tetapi tidak berhasil, hal ini dapat dikatakan sebagai perilaku agresi. Pengertian agresi merujuk pada perilaku yang bermaksud untuk membuat objeknya mengalami bahaya atau kesakitan.

Agresi sering kali diartikan sebagai perilaku yang dimaksudkan untuk melukai orang lain baik secara fisik ataupun psikis. Baron dan Bryne dalam Abdul Rahman (2014:197) mendefenisikan agresi sebagai perilaku yang diarahkan dengan tujuan untuk membahayakan orang lain. Selain agresi, ada istilah lain yang sering kali dipakai, yaitu kekerasan atau violence. Kekerasan sebetulnya agresi juga, tapi dengan intensitas dan efek yang lebih berat daripada agresi (Bushman & Bartholow, 2010).

Ada 4 unsur dalam agresi, yaitu :

1. Adanya tujuan untuk mencelakakan
2. Ada individu yang menjadi pelaku
3. Ada individu yang menjadi korban
4. Ketidakinginan si korban menerima tingkah laku si pelaku
5. **Jenis Agresi**

Jenis Agresi digolongkan menjadi dua, yaitu (1) agresi permusuhan (hostile aggression) semata- mata dilakukan dengan maksud menyakiti orang lain atau sebagai ungkapan kemarahan dan ditandai dengan emosi yang tinggi. Perilaku agresif dalam jenis pertama ini adalah tujuan dari agresi itu sendiri dan (2) agresi instrumental (instrumental aggression) pada umumnya tidak disertai emosi. Perilaku agresif hanya merupakan sarana untuk mencapai tujuan lain selain penderitaan korbannya. Agresi instrumental mencakup perkelahian untuk membela diri, penyerangan terhadap seseorang ketika terjadi perampokan, perkelahian untuk membuktikan kekuasaan atau dominasi seseorang (Myers dalam Sarwono,2002). Perbedaan kedua jenis agresi ini terletak pada tujuan yang mendasarinya. Jenis pertama semata-mata untuk melampiaskan emosi, sedangkan agresi jenis kedua dilakukan untuk mencapai tujuan lain.

1. **Bentuk Agresi**

Bentuk atau ekspresi agresi dapat berupa fisik maupun verbal. Agresi yang berbentuk fisik seperti memukul, menendang, melempar, merusak serta bentuk- bentuk lain yang dapat mengakibatkan sakit/luka pada objek atau sumber frustasi. Sedangkan bentuk agresi yang bersifat verbal seperti mencaci-maki, berteriak-teriak, mengeluarkan kata-kata yang kasar/kotor dan bentuk-bentuk lain yang sifatnya verbal/lisan.

1. **Penyebab Timbulnya Perilaku Agresi**
2. Faktor Amarah

Marah merupakan emosi yang memiliki ciri-ciri aktivitas sistem saraf parasimpatik yang tinggi dan adanya perasaan tidak senang yang sangat kuat yang disebabkan adanya kesalahan, yang mungkin salah atau pun juga tidak. Pada saat marah, ada perasaan ingin menyerang, meninju, menghancurkan, atau melempar sesuatu dan timbul pikiran yang kejam. Apabila hal-hal tersebut disalurkan, terjadilah perilaku agresi.

Agresi adalah respons terhadap marah. Kekecewaan, sakit fisik, penghinaan, atau ancaman sering memancing amarah dan akhirnya memancing agresi.

1. Faktor Biologis

Beberapa faktor biologis yang memengaruhi perilaku agresi, adalah sebagai berikut:

1. Gen berpengaruh pada pembentukan sistem neural otak yang mengatur perilaku agresi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap hewan, mulai dari yang sulit sampai yang paling mudah dipancing amarahnya, faktor keturunan tampaknya membuat hewan jantan yang berasal dari berbagai jenis lebih mudah marah dibandingkan dengan betinanya.
2. Sistem otak yang tidak terlibat dalam agresi ternyata dapat memperkuat atau menghambat sirkuit neural yang mengendalikan agresi. Pada hewan sederhana, marah dapat dihambat atau ditingkatkan dengan merangsang sistem limbik (daerah yang menimbulkan kenikmatan pada manusia) sehingga muncul hubungan timbal balik antara kenikmatan dan kekejaman. Prescott menyatakan bahwa orang yang berorientasi pada kenikmatan akan sedikit melakukan agresi, sedangkan orang yang tidak pernah mengalami kesenangan atau kegembiraan cenderung untuk melakukan kekejaman dan penghancuran (agresi). Prescott meyakini bahwa keinginan yang kuat untuk menghancurkan disebabkan oleh ketidakmampuan untuk menikmati sesuatu hal yang disebabkan cedera otak karena kurang rangsangan sewaktu bayi.
3. Kimia darah. Kimia darah (khususnya hormon seks yang sebagian ditentukan faktor keturunan) juga dapat memengaruhi perilaku agresi. Dalam suatu eksperimen, ilmuwan menyuntikkan hormon testosteron pada tikus dan beberapa hewan lain (testosteron merupakan hormon androgen utama yang memberikan ciri kelamin jantan) maka tikus-tikus tersebut berkelahi semakin sering dan lebih kuat. Saat testosteron dikurangi, tikus tersebut menjadi lembut. Kenyataan menunjukkan bahwa anak banteng jantan yang sudah dikebiri (dipotong alat kelaminnya) akan menjadi jinak. Pada wanita yang sedang mengalami masa haid, kadar hormon kewanitaan, yaitu estrogen dan progresteron menurun jumlahnya sehingga perasaan mereka mudah tersinggung, gelisah, dan tegang. Banyak wanita yang melakukan pelanggaran hukum (melakukan tindakan agresi) pada saat berlangsungnya siklus haid ini.
4. Kesenjangan Generasi

Adanya perbedaan atau jurang pemisah (gap) antar generasi anak dan orangtuanya dapat terlihat dalam bentuk hubungan komunikasi yang semakin minimal dan sering tidak nyambung. Kegagalan komunikasi orangtua dan anak diyakini sebagai salah satu penyebab timbulnya perilaku agresi pada anak. Permasalahn *generation gap* ini harus diatasi dengan segera, mengingat bahwa selain agresi, masih banyak permasalahan lain yang dapat muncul, seperti masalah kebergantungan narkotika, kehamilan diluar nikah, seks bebas, dan lain-lain.

1. Lingkungan
2. Kemiskinan

Menurut Byod Mc Candless, “seorang anak yang dibesarkan dalam lingkungan kemiskinan, perilaku agresinya secara alami mengalami penguatan.” Hal ini dapat dilihat dalam kehidupan di ibu kota Jakarta misalnya. Di perempatan jalan dalam antrean lampu merah, pengamen cilik yang jumlahnya lebih dari satu orang berdatangan silih berganti kepada pengendara mobil dan motor. Apabila salah satu dari mereka mendapat uang, anak yang lain akan datang meminta uang. Jika tidak diberi, mereka akan mencaci-maki bahkan memukul pintu mobil. Hal ini sudah menjadi pemandangan yang seolah-olah biasa.

1. Anonimitas

Kota besar seperti Jakarta, Bandung, Surabaya menyajikan berbagai suara, cahaya, dan bermacam informasi yang besarnya sangat luar biasa. Orang cenderung berusaha untuk beradaptasi dengan melakukan penyesuaian diri terhadap rangsangan yang berlebihan tersebut.

Terlalu banyak rangsangan indra dan kognitif membuat dunia menjadi sangat impersonal, artinya antara satu orang dengan orang lain tidak lagi saling mengenal atau mengetahui secara baik. Lebih jauh lagi, setiap individu cenderung menjadi anonim (tidak mempunyai identitas diri). Apabila seseorang merasa anonim, ia cenderung berperilaku semaunya sendiri karena ia merasa tidak lagi terikat dengan norma masyarakat dan kurang bersimpati kepada orang lain.

1. Suhu udara yang panas

Jika diperhatikan dengan seksama, tawuran yang terjadi di Jakarta sering terjadi pada siang hari saat terik matahari, tetapi apabila musim hujan relatif tidak ada peristiwa tersebut. Begitu juga dengan aksi-aksi demonstrasi yang berujung pada bentrokan dengan petugas keamanan yang biasa terjadi pada cuaca yang terik dan panas.

Hal ini sesuai dengan pandangan bahwa suhu suatu lingkungan yang tinggi mengalami dampak terhadap tingkah laku sosial berupa peningkatan agresivitas. Fisher et.al. pada tahun 1968 US Riot Comision pernah melaporkan bahwa pada musim panas, rangkaian kerusuhan dan agresivitas massa lebih banyak terjadi di Amerika Serikat dibandingkan dengan musim lainnya.

1. Peran Belajar Model Kekerasan

Saat ini, anak-anak dan remaja banyak belajar menyaksikan adegan kekerasan melalui televisi dan “games” atau mainan yang bertema kekerasan. Acara-acara yang menampilakn adegan kekerasan hampir setiap saat dapat ditemui dalam tontonan yang disajikan di televisi mulai dari film kartun, sinetron, sampai film laga. Selain itu, ada pula acara-acara televisi yang menyajikan acara khusus perkelahian yang sangan popular di kalangan remaja atau sejenisnya. Walaupun pembawa acara berulang kali mengingatkan penonton untuk tidak mencontoh adegan yang mereka saksikan, diyakini bahwa tontonan tersebut akan berpengaruh terhadap perkembangan jiwa penontonnya.

Pendapat ini sesuai dengan yang diutarakan Davidoff dalam Arifin (2015:267) bahwa menyaksikan perkelahian dan pembunuhan meskipun sedikit pasti akan menimbulkan rangsangan dan memungkinkan untuk meniru model kekerasan tersebut.

1. Frustasi

Frustasi terjadi apabila seseorang terhalang oleh sesuatu hal dalam mencapai suatu tujuan, kebutuhan, keinginan, pengharapan, atau tindakan tertentu. Agresi merupakan salah satu cara berespons terhadap frustasi. Remaja miskin yang nakal merupakan akibat dari frustasi yang berkaitan dengan banyaknya waktu menganggur, keuangan yang kurang dan adanya kebutuhan yang harus segera terpenuhi, tetapi sulit sekali tercapai. Akibatnya, mereka menjadi mudah marah dan berperilaku agresi .

Frustrasi yang berujung pada perilaku agresi sangat banyak contohnya. Beberapa waktu yang lalu, di sebuah sekolah di Jerman terjadi penembakan guru-guru oleh seorang siswa yang baru di skorsing akibat membuat surat izin palsu. Hal ini menunjukkan anak tersebut merasa frustrasi dan penyaluran agresi dilakukan dengan cara menembaki guru-gurunya.

1. Proses Pendisiplinan yang Keliru

Pendidikan disiplin yang otoriter dengan penerapan yang keras, terutama dilakukan dengan memberikan hukuman fisik, dapat menimbulkan berbagai pengaruh yang buruk bagi remaja. Pendidikan disiplin seperti itu akan membuat remaja menjadi seorang penakut, tidak ramah dengan orang lain, dan membenci orang yang memberikan hukuman, kehilangn spontanitas serta inisiatif, dan pada akhirnya melampiaskan kemarahannya dalam bentuk agresi kepada orang lain.

Hubungan dengan lingkungan sosial berorientasi kepada kekuasaan dan ketakutan. Siapa yang lebih berkuasa dapat berbuat sekehendak hatinya, sedangkan yang tidak berkuasa menjadi tunduk. Pola pendisiplinan tersebut dapat pula menimbulkan pemberontakan apabila larangan-larangan yang bersanksi hukuman tidak diimbangi dengan alternatif (cara) lain yang dapat memenuhi kebutuhan yang mendasar (contohnya, dilarang untuk keluar main, tetapi didalam rumah tidak diperhatikan oleh kedua orangtuanya karena kesibukan mereka).

1. **Dampak yang akan timbul**

Dampak perilaku agresi berdasarkan bentuk dari agresi itu sendiri dijelaskan sebagai berikut (Awilson, 2006) :

|  |  |
| --- | --- |
| Bentuk Agresi | Contoh |
| Fisik, aktif, langsung | Menikam, memukul, atau menembak orang lain |
| Fisik, aktif, tak langsung | Membuat perangkap untuk orang lain, menyewa seorang pembunuh untuk membunuh. |
| Fisik, pasif, langsung | Secara fisik mencegah orang lain memperoleh tujuan atau tindakan yang diinginkan (seperti aksi duduk dalam demonstrasi) |
| Fisik, pasif, tak langsung | Menolak melakukan tugas-tugas yang seharusnya |
| Verbal, aktif, langsung | Menghina orang lain |
| Verbal, aktif, tak langsung | Menyebarkan gosip atau rumor jahat tentang orang lain |
| Verbal, pasif, langsung | Menolak berbicara kepada orang lain, menolak menjawab pertanyaan, dll |
| Verbal, pasif, tak langsung | Tidak mau membuat komentar verbal (misal:menolak berbicara ke orang yang menyerangdirinya bila dia dikritik secara tidak fair) |

**LAMPIRAN XI**

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

**BIMBINGAN DAN KONSELING (RPL)**

1. **Sekolah** : SMK Harapan Bangsa Tanjung Morawa
2. **Tahun Ajaran** : 2016/2017
3. **Sasaran Layanan/Semester** : Kelas X/Ganjil
4. **Tempat penyelenggaraan** : Ruang kelas
5. **Materi/Topik Layanan** : Menghindari Perilaku Agresi
6. **Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
7. **Pendekatan** : Behavioral
8. **Bidang Bimbingan** : Pribadi dan Sosial
9. **Fungsi Layanan** : Pemahaman dan Pencegahan
10. **Waktu Penyelenggaraan** : Tanggal : April 2017

Waktu : 2 X 45 menit

1. **Tujuan/Arah Pengembangan**
2. Pengembangan KES
* Agar siswa memahami pengertian agresi, jenis agresi, bentuk agresi, faktor penyebab dan dampak yang akan timbul dari perilaku agresi.
1. Penanganan KES-T
* Agar siswa menghindari, mencegah dan menghilangkan kebiasaan berperilaku agresi baik verbal maupun non verbal dan siswa mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.
1. **Uraian Kegiatan** :
2. **Langkah Pengantaran : Tahap Pembentukan**
3. Mengucapkan salam, selamat datang dan berterima kasih kepada anggota yang telah bersedia hadir untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok serta menerima secara terbuka.
4. Mengajak anggota kelompok berdo’a bersama sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing yang dipimpin oleh pemimpin kelompok (PK).
5. Menjelaskan pengertian, tujuan, asas-asas dan proses kegiatan layanan KKp yang dilaksanakan.
6. Melakukan perkenalan, dilanjutkan dengan permainan pengakraban.
7. **Langkah Penjajakan : Tahap Peralihan**
8. Mengarahkan perhatian anggota kelompok dari suasana pembentukan ke suasana kegiatan, dan PK menjelaskan kembali tentang pengertian, tujuan, asas-asas dan proses kegiatan layanan KKp.
9. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan.
10. Memahami suasana kelompok apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian masih belum siap untuk melanjutkan tahap berikutnya.
11. Memberi contoh masalah sosial yang dapat dikemukan dan dibahas dalam kelompok.
12. **Langkah Penafsiran dan Pembinaan : Tahap Kegiatan**
13. Pemimpin kelompok (PK) memberikan topik yang akan dibahas dalam kelompok yaitu mengenai perilaku agresi.
14. Semua anggota diminta mengemukakan pendapat mengenai perilaku agresi tersebut.
15. Setiap anggota diminta memberikan respon terhadap pendapat anggota lainnya, dengan pola penyampaian pikiran, perasaan dan sikap dalam kategori positif (tidak merendahkan, mengejek atau membesar-besarkan). Respon positif ini dikuatkan dan ditegaskan oleh pemimpin kelompok, disertai contoh-contoh konkrit.
16. Terkait dengan perilaku agresi siswa dibahas lebih mendalam tentang perlunya sikap dan atau peran yang perlu diperbaharui dan dikembangkan dengan menggunakan pendekatan behavioral.
17. Dalam kegiatan ini PK lebih menekankan pendekatan behavioral yang berfokus pada perilaku/sikap siswa maladaptif, PK berusaha memberikan pendekatan behavioral dalam kegiatan ini yang nantinya dapat mengurangi sikap agresi siswa SMK HARAPAN BANGSA khususnya kelas X yang memiliki sikap agresi kategori tinggi. Dalam kegiatan ini tidak hanya mengurangi sikap agresi tetapi juga PK memberikan penguatan untuk membangun semangat berdinamika kelompok diantara anggota serta menegaskan komitmen anggota tentang perilaku agresi yang telah dibahas (apa yang akan dilakukan berkenaan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya)sehingga anggota memperoleh wawasan dengan makna yang lengkap dan benar.
18. Apabila diperlukan dapat dilakukan kegiatan selingan atau *ice breaking.*
19. **Langkah Penilaian : Tahap Kesimpulan dan Penutup**
20. PK menjelaskan bahwa kegiatan KKp akan diakhiri dan mengambil kesimpulan tentang topik yang telah dibahas.
21. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing, pesan, harapan serta tanggapan anggota kelompok.
22. Membahas rencana kegiatan lanjutan bersama anggota kelompok yang akan dilakukan dilain waktu dengan topik yang sama sesuai kesepakatan anggota kelompok,
23. PK mengucapkan terima kasih kepada anggota kelompok.
24. Do’a penutup, salam.
25. **Rencana Penilaian** :

**Penilaian hasil**

 Masing-masing anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal baru berkenaan topik yang dibahas dengan pola BMB3 dalam kaitannya dengan akurs :

1. Berfikir : Siswa memahami dan berfikir tentang dampak dari

 perilaku agresi

1. Merasa : Siswa merasakan manfaat mengikuti layanan

 konseling kelompok tersebut

1. Bersikap : Siswa berusaha dengan sungguh-sungguh untuk

 menghindari berperilaku agresi

1. Bertindak : Siswa berkomitmen dan bersikap tegas untuk mampu

 menghindari dan mencegah berperilaku agresi

1. Bertanggung Jawab : Bertanggung jawab pada dirinya sendiri untuk bisa

 menerapkan tidak berperilaku agresi dalam

 kehidupannya sehari-hari.

**Penilaian Proses**

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pembelajaran/pelayanan yang telah diselenggarakan.

 **Peneliti**

 **ESSY TRI AYUNI DEVI**

 **NPM.131484016**

**Menghindari Perilaku Agresi**

1. **Pengertian Agresi**

Secara sepintas setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak orang lain dapat disebut sebagai perilaku agresif. Agresi walaupun merupakan konsep yang sangat familiar tetapi tampaknya tidak mudah untuk mendefinisikannya. Menurut Murray dalam Arifin (2015:262), agresi adalah suatu cara untuk melawan dengan sangat kuat, berkelahi, melukai, menyerang, membunuh, atau menghukum orang lain. Secara singkat, agresi adalah tindakan yang dimaksudkan untuk melukai orang lain atau merusak milik orang lain.

 Agresi merupakan perilaku yang bertujuan menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikis. Jika menyakiti orang lain karena unsur ketidaksengajaan, perilaku tersebut tidak dikategorikan perilaku agresi. Rasa sakit akibat tindakan medis misalnya, walaupun sengaja dilakukan, bukan termasuk agresi. Sebaliknya, niat menyakiti orang lain tetapi tidak berhasil, hal ini dapat dikatakan sebagai perilaku agresi. Pengertian agresi merujuk pada perilaku yang bermaksud untuk membuat objeknya mengalami bahaya atau kesakitan.

Agresi sering kali diartikan sebagai perilaku yang dimaksudkan untuk melukai orang lain baik secara fisik ataupun psikis. Baron dan Bryne dalam Abdul Rahman (2014:197) mendefenisikan agresi sebagai perilaku yang diarahkan dengan tujuan untuk membahayakan orang lain. Selain agresi, ada istilah lain yang sering kali dipakai, yaitu kekerasan atau violence. Kekerasan sebetulnya agresi juga, tapi dengan intensitas dan efek yang lebih berat daripada agresi (Bushman & Bartholow, 2010).

Ada 4 unsur dalam agresi, yaitu :

1. Adanya tujuan untuk mencelakakan
2. Ada individu yang menjadi pelaku
3. Ada individu yang menjadi korban
4. Ketidakinginan si korban menerima tingkah laku si pelaku
5. **Dampak yang akan timbul**

Dampak perilaku agresi berdasarkan bentuk dari agresi itu sendiri dijelaskan sebagai berikut (Awilson, 2006) :

|  |  |
| --- | --- |
| **Bentuk Agresi** | **Contoh** |
| Fisik, aktif, langsung | Menikam, memukul, atau menembak orang lain |
| Fisik, aktif, tak langsung | Membuat perangkap untuk orang lain, menyewa seorang pembunuh untuk membunuh. |
| Fisik, pasif, langsung | Secara fisik mencegah orang lain memperoleh tujuan atau tindakan yang diinginkan (seperti aksi duduk dalam demonstrasi) |
| Fisik, pasif, tak langsung | Menolak melakukan tugas-tugas yang seharusnya |
| Verbal, aktif, langsung | Menghina orang lain |
| Verbal, aktif, tak langsung | Menyebarkan gossip atau rumor jahat tentang orang lain |
| Verbal, pasif, langsung | Menolak berbicara kepada orang lain, menolak menjawab pertanyaan, dll |
| Verbal, pasif, tak langsung | Tidak mau membuat komentar verbal (misal: menolak berbicara ke orang yang menyerang dirinya bila dia dikritik secara tidak fair) |

1. **Pencegahan**

Sikap agresi tersebut diharapkan dapat diambil tindakan pencegahan yang efektif agar setidak-tidaknya dapat meminimalisir perilaku agresi pada individu atau pelajar, disamping hal tersebut beberapa tindakan pencegahan yang dapat dilakukan antara lain :

1. Orang tua

Orang tua merupakan faktor utama dalam membentuk kepribadian anak oleh sebab itu penanaman sikap positif dalam diri hendaknya dimulai dari keluarga yang merupakan bagain terdekat dalam diri setiap individu mulai sejak dini sampai akhir.

1. Lingkungan

Mengusahakan selalu berada dalam lingkungan yang positif dan cukup mendukung proses perkembangan diri menjadi alternatif pencegahan yang cukup efektif mengingat faktor lingkungan memiliki peranan yang cukup penting dalam membentuk perilaku.

1. Bergaul dengan orang-orang yang memiliki pola pikir yang sama dan berorientasi pada hal yang positif.
2. Pribadi

a.       Selalu berpikir positif dalam segala hal yang dihadapi.

b.      Mencoba bersikap toleran, mau menghargai orang lain dan pribadi

c.       Mendekatkan diri kepada tuhan dan Agama.

1. **Pemecahan Masalah**

Terdapat beberapa strategi untuk mengendalikan dan mengurangi perilaku agresi. Strategi-strategi tersebut adalah:

1. **Hukuman**

Menurut kaum behaviorisme, hukuman dapat dipakai untuk mengurangi perilaku yang tidak diharapkan, yang dalam hal ini adalah perilaku agresi. Namun agar dapat efektif mengurangi suatu tingkah laku, hukuman harus memenuhi tiga syarat: (1) diberikan sesegera mungkin setelah perilaku yang ingin dikurangi muncul, (2) setimpal dengan perilaku yang muncul, (3) diberikan setiap kali perilaku yang ingin dikurangi timbul.

**2.** **Katarsis**

Katarsis merupakan pelepasan ketegangan dan kecemasan dengan jalan melampiaskannya dalam dunia nyata. Teori katarsis menyatakan bahwa pemberian kesempatan kepada individu yang memiliki kecenderungan pemarah untuk berperilaku keras (dalam aktivitas katarsis), tapi dalam cara yang tidak merugikan, akan mengurangi tingkat rangsang emosional dan tendensi untuk melakukan perilaku agresi. Sedikit bertentangan dengan teori katarsis, Baron dan Byrne (dalam Hanurawan, 2004) menyatakan bahwa katarsis bukanlah merupakan instrumen yang efektif untuk mengurangi agresi yang bersifat terbuka. Penelitian Robert Arms dan kawan-kawan melaporkan bahwa penonton sepak bola gaya Amerika, gulat, dan hoki ternyata malah semakin menunjukkan sifat kekerasan setelah menonton pertandingan olah raga itu dibanding sebelum menonton.

Pada konteks katarsis itu, partisipasi individu dalam aktivitas katarsis non agresi ternyata hanya memiliki pengaruh yang bersifat sementara terhadap rangsang emosional dan tendensi berperilaku agresi dalam dirinya. Setelah melewati jangka waktu tertentu, rangsang dan tendensi itu kemudian akan muncul kembali apabila individu itu bertemu atau berpikir tentang orang yang sebelumnya menyebabkan dirinya marah.

**3.** **Pengenalan Terhadap Model Non Agresif**

Menurut teori belajar sosial Albert Bandura, pengenalan terhadap model non agresif dapat mengurangi dan mengendalikan perilaku agresi individu. Dalam penelitian Baron pada tahun 1972 (dalam Hanurawan, 2004) dan penelitian Donnerstein dan Donnerstein pada tahun 1976 (dalam Hanurawan, 2004) ditemukan bahwa individu yang mengamati perilaku model non agresif menunjukkan tingkat agresi yang lebih rendah daripada individu yang tidak mengamati perilaku model non agresif.

**4.** **Pelatihan Ketrampilan Sosial**

Pelatihan ketrampilan sosial dapat mengurangi timbulnya perilaku agresi. Pelatihan ketrampilan ini dimaksudkan untuk mengurangi frustrasi yang timbul akibat ketidakmampuan dalam mengekspresikan dan mengomunikasikan keinginan kepada orang lain, gaya bicara yang kaku, dan kurang sensitif terhadap simbol-simbol emosional orang lain.