

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK
ROLE PLAYING UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA
SMA**

Muhaimin¹⁾

SMA Negeri 1 Aikmel

Email: muhammadlabuhanlombok@gmail.com

Abstrak

Perilaku agresif yang muncul pada remaja mencakup segala tindakan yang dilakukan oleh individu yang merugikan orang. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik bermain peran untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Penelitian ini menggunakan rancangan acak kelompok perbandingan pretest-posttest dan melibatkan 21 siswa yang dibagi menjadi tiga kelompok. Sampel dipilih secara purposive yakni memilih siswa yang tingkat agresifitasnya tinggi. Untuk mengumpulkan data perilaku, peneliti menggunakan skala Aggression Questionnaire yang telah disesuaikan dengan bahasa Indonesia dan diperoleh koefisien alpha sebesar 0,75. Berdasarkan uji Wilcoxon, konseling kelompok yang menerapkan teknik role playing, secara terpisah efektif menurunkan perilaku agresif.

Kata Kunci: konseling kelompok, teknik role playing, perilaku agresif

ABSTRACT

Aggressive behavior that appears in adolescents includes all actions taken by individuals that harm people. Thus, this study aims to test the effectiveness of group counseling with role playing techniques to reduce students' aggressive behavior. This study used a pretest-posttest comparison randomized block design and involved 21 students who were divided into three groups. The sample was selected purposively, namely selecting students with a high level of aggressiveness. To collect behavioral data, the researcher used the Aggression Questionnaire scale which had been adapted to the Indonesian language and obtained an alpha coefficient of 0.75. Based on the Wilcoxon test, group counseling that applies role playing techniques, separately effectively reduces aggressive behavior.

Keywords: group counseling, role playing techniques, aggressive behavior

1. PENDAHULUAN

Manusia dalam melakukan interaksi sosial dengan lingkungan merupakan bagian dari kebutuhannya sebagai individu sosial (Izzaty et al., 2008). Remaja melakukan interaksi sosial sekaligus sebagai bagian dari perkembangannya dalam pencarian jati diri (Ali & Asrori, 2016). Hal lainnya adalah tidak semua individu pada usia remaja dapat nyaman berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Mutahari, 2016). Individu ini cenderung khawatir dan takut akan persepsi negatif dari lingkungan terhadap dirinya sendiri. Masa remaja merupakan fase transisi yang meliputi perubahan fisik, kognisi dan psikososial dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Hurlock, 2012). Pada saat itu, individu yang mengejar identitas aslinya sering melakukan perilaku negatif, seperti agresif. Perilaku agresif merupakan kesalahan yang dialami remaja dalam perkembangannya sebagai akibat dari penyesuaian diri. Perilaku agresif muncul pada saat seseorang menginjak remaja, hal ini dikarenakan rasa ingin tahu dan pencarian jati diri individu tersebut (Gezait et al., 2012).

Perilaku agresif yang muncul pada remaja mencakup segala tindakan yang dilakukan oleh individu yang merugikan orang lain baik secara verbal maupun nonverbal (Anderson & Bushman, 2012; Netrawati et al., 2016). Perilaku agresif yang ditampilkan remaja dapat diwujudkan dalam beberapa bentuk. Seorang siswa dapat melakukan dua atau lebih tindakan agresif berupa kekerasan verbal atau yang lebih parah, seperti memukul, menghina, dan melempari teman sebaya. Berdasarkan beberapa wawancara dengan guru BK di sekolah, salah satu siswa di sekolah mungkin beberapa kali melakukan perilaku agresif yang sama, seperti menghina, mengkritik, dan berkata kasar kepada teman sebaya karena marah dan dendam.

Selama tahap perkembangan remaja, perilaku agresif dapat muncul dalam kuantitas dan kualitas yang berbeda. Misalnya, penolakan dari orang tua dapat meningkatkan agresivitas seseorang, apalagi jika itu terjadi sejak kecil. Secara spesifik penolakan dari orang tua akan mendorong perilaku negatif seseorang yang berhubungan dengan perasaan tidak nyaman, respon emosional dengan perilaku kasar, ketidakamanan terhadap lingkungan yang tidak bersahabat, dan pembelaan diri untuk menutupi kesalahan. Dengan demikian, penerimaan dan kehangatan dari orang tua pada usia dini remaja akan mengurangi pembentukan perasaan tidak nyaman, mencegah mereka dari rasa tidak aman, dan mencegah perasaan terancam dan ragu terhadap individu lain serta lingkungan sekitarnya (Shin & Ryan, 2017).

Terlepas dari prestasi akademik, keamanan, dan kenyamanan bagi orang lain secara psikologis sangat penting. Perilaku agresif yang terjadi pada remaja menjadi awal untuk melakukan kekerasan atau perusakan ketika mereka tumbuh dewasa (Lambregtse-van den Berg et al., 2018). Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang dilakukan di berbagai negara bahwa agresi pada masa kanak-kanak meningkatkan risiko perkembangan negatif berupa kenakalan, kekerasan, dan kejahatan (Broidy et al., 2013; Huesmann et al., 2002).

Melihat fenomena di atas, penting untuk menemukan strategi intervensi untuk mengurangi agresif anak sehingga di masa depan mereka dapat bersosialisasi dan menghadapi tantangan. Salah satu upaya yang mungkin dilakukan adalah melalui layanan konseling kelompok dimana layanan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada siswa dalam mengatasi permasalahan dan kebiasaan baru mereka (Khodakarami, 2018; Ristianti et al., 2019). Dalam kegiatan layanan konseling kelompok terdapat berbagai pendekatan dan teknik konseling yang dapat diterapkan.

Penelitian ini menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik bermain peran untuk mengurangi perilaku agresif. Purwati et al., (2019) menjelaskan role playing terbukti efektif menurunkan perilaku agresif siswa. Di sini dinyatakan bahwa pelaksanaan role playing dapat meningkatkan perasaan anggota kelompok, memperkaya wawasan tentang sikap, nilai, persepsi, dan mengembangkan keterampilan pemecahan masalah, belum lagi teknik ini tidak memiliki efek samping.

Berdasarkan penjelasan di atas konseling kelompok sebagai layanan yang dapat mengatasi, mencegah atau meningkatkan kesadaran pribadi, pembelajaran sosial dan karir. Selain itu juga konseling kelompok dapat berbagi pengalaman bagi individu dengan berbagai pengalaman kelompok yang membantu mereka belajar secara efektif, mengembangkan toleransi, dan menemukan jati diri serta dapat hidup dengan orang lain. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti bertujuan untuk melihat keefektifan konseling kelompok menggunakan teknik role playing untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMA Negeri 1 Aikmel.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Populasi dari penelitian ini adalah keseluruhan dari siswa kelas XI SMAN 1 Aikmel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik purposive sampling untuk

memilih 21 subjek penelitian dari 215 siswa. Mereka yang menjadi sampel dianggap memiliki perilaku agresif yang tinggi. Kemudian, mereka dikelompokkan menjadi tiga kelompok eksperimen.

Data siswa dikumpulkan dengan menggunakan skala *Agression Questionnaire* yang diadaptasi dari Buss & Perry (1992). Dalam adaptasinya, yang diterjemahkan kembali untuk memenuhi bahasa yang sesuai untuk digunakan. Selain itu, skala ini memiliki 29 item dengan 4 indikator dan koefisien alpha 0,75.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *Randomized Pretest-Posttest Comparison Group Design* dan melibatkan tiga kelompok eksperimen. Beberapa prosedur dilakukan selama penyelidikan. Pertama, peneliti melakukan pretest untuk mengukur tingkat perilaku agresif siswa sebelum mendapatkan perlakuan. Kedua, ada pemberian intervensi dengan teknik *role layling* sebanyak enam kali dengan waktu 2x45 menit untuk setiap pertemuan. Ketiga, diberikan posttest untuk mengetahui adanya pengurangan perilaku. Kemudian, data yang terkumpul dari pretest dan posttest dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk melihat penurunan dan *Kruskal-Wallis* untuk melihat perbedaan yang signifikan pada semua intervensi.

3.HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa, tingkat perilaku agresif siswa sebelum mendapat perlakuan *role playing* cenderung tinggi, dibandingkan dengan setelah diberikan perlakuan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 1. sebagai berikut:

Tabel 1. Skor pretes dan postes

	Pretes	Postes
Rata-rata	109	73
Satandar Deviasi	7,071	10,606

Dari hasil di atas menunjukkan bahwa penurunan rata-rata dari pretes dan postes dengan selisih sebesar 36. Jika dilihat dari standar deviasi dari pretes dan postes yakni sebesar 7,071 untuk pretes dan 10,606 untuk postes, lebih besar standar deviasi untuk postes dibandingkan dengan standar deviasi untuk pretes, hal ini menunjukkan bahwa semakin besar nilai standar deviasi maka semakin rendah tingkat agresif siswa dari rata-rata. Setelah hasil ditinjau secara deskriptif sebagaimana yang telah dijelaskan di atas, maka selanjutnya dilakukan analisis dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Teknik ini digunakan untuk menguji efektivitas role playing dalam mengurangi tingkat agresif pada pretest dan posttest. Hasil ini ditunjukkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Wilcoxon Test Rank

Teknik	Pretes		Postes		Z	P-Value
	Rata-rata	Standar Deviasi	Rata-rata	Standar Deviasi		
Role Playing	25,3	4,73	18,34	6,13	-2,371	0,000

Pada tabel 2. di atas menunjukkan bahwa nilai Z hitung adalah -2.371, sedangkan nilai Z tabel diperoleh sebesar -1.645. jika dibandingkan nilai z hitung sebesar -2, 371 lebih kecil dari harga Z tabel sebesar -1,645, menunjukkan bahwa H_0 ditolak, hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan tingkat agresifitas siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Jika dilihat dari nilai p-Value sebesar 0,00 lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 maka dapat disimpulkan bawa pemberian perlakuan dengan menggunakan teknik role playing dalam konseling kelompok dapat menurunkan tingkat agresif siswa.

Temuan dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh konseling kelompok dengan teknik role play terhadap perilaku agresif. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Gezait, et al. (2012). Disamping adanya pengaruh maka hasil ini juga menunjukkan bahwa teknik role playing pada konseling kelompok efektif dalam menurunkan tingkat agresif siswa. Teknik role playing dijadikan sebagai proses identifikasi dan reidentifikasi berdasarkan struktur permasalahan. Artinya bermain peran merupakan kegiatan bernuansa sosial yang memungkinkan peserta mengidentifikasi berbagai keterampilan sosial melalui permainan imajiner yang dilakukan secara berkelompok. Bermain peran adalah cara yang dianggap tepat untuk mengembangkan inisiatif, komunikasi, pemecahan masalah, dan melatih keterampilan kerja tim (Tahmores, 2011). Ini akan membantu siswa untuk lebih siap menghadapi tantangan zaman.

Penelitian ini mengandung makna bahwa teknik role playing dilakukan untuk sedikit menggambarkan suatu topik masalah diikuti dengan proses mengidentifikasi berbagai situasi yang terjadi dalam prosesnya dengan tujuan untuk mengurangi perilaku agresif siswa. Oleh karena itu, diharapkan peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk melakukan penelitian lebih lanjut sehingga dapat memperkaya dan mendukung apa

yang telah dicapai sebelumnya serta dapat melibatkan sampel penelitian yang lebih banyak.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang sudah dijabarkan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa (1) terdapat perbedaan sikap agresif siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan teknik role playing dan (2) penerapan konseling kelompok dengan teknik role playing efektif untuk menurunkan tingkat agresifitas siswa kelas XI SMA Negeri 1 Aikmel.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2016). *Psikologi remaja : perkembangan peserta didik*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Anderson, C. a, & Bushman, B. J. (2012). Uman aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, 27–51. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11752478>
- Broidy, L. M., Nagin, D. S., Tremblay, R. E., Bates, J. E., Brame, B., Dodge, K. A., Fergusson, D., Horwood, J. L., Loeber, R., Laird, R., Lynam, D. R., Moffitt, T. E., Pettit, G. S., & Vitaro, F. (2013). Developmental Trajectories of Childhood Disruptive Behaviors and Adolescent Delinquency: A Six-Site, Cross-National Study. *Developmental Psychology*, 39(2), 222–245. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.39.2.222>
- Gezait, K. M., Mey, S. S. C., & Abdullah, M. N. L. Y. (2012). The role of psychodrama techniques to decrease the level of school violence in the Arab world. ... *Journal of Family ...*, XVII(2), 165–185. <https://ijfs.padovauniversitypress.it/2012/2/51%0Ahttps://ijfs.padovauniversitypress.it/system/files/papers/19-khaled-paper-conference-school-violence-12-7.pdf>
- Huesmann, L. R., Eron, L. D., & Dubow, E. F. (2002). Childhood predictors of adult criminality: Are all risk factors reflected in childhood aggressiveness? *Criminal Behaviour and Mental Health*, 12(3), 185–208. <https://doi.org/10.1002/cbm.496>
- Hurlock, E. B. (2012). *Psikologi perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (Edisi 5)*. Jakarta: Erlangga.
- Izzaty, R. E., Suardiman, S. P., Ayriza, Y., Purwandar, Hiryanto, & Kusmaryani, R. E. (2008). *Perkembangan Pesedrtta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Khodakarami, B. (2018). The Effect of Group Counseling on Premenstrual Syndrome in

High School Girls in Hamadan, 2017: A Clinical Trial. *Scientific Journal of Hamadan Nursing & Midwifery Faculty*, 26(5), 306–314.
<https://doi.org/10.30699/sjhnmf.26.a5.306>

Lambregtse-van den Berg, M. P., Tiemeier, H., Verhulst, F. C., Jaddoe, V., Tindall, E., Vlachos, H., Aumayer, K., Iles, J., & Ramchandani, P. G. (2018). Early childhood aggressive behaviour: Negative interactions with paternal antisocial behaviour and maternal postpartum depressive symptoms across two international cohorts. *European Psychiatry*, 54, 77–84. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2018.07.007>

Netrawati, Furqon, Yusuf, S., & Rusmana, N. (2016). Solving Adolescent Verbal Aggressions through Transactional Analysis Counseling Approach. *Journal of Education and Practice*, 7(18), 169–177.
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eric&AN=EJ1105915&site=ehost-live>

Purwati, Amrul Haq, A. L., & Qomariyah, L. (2019). The effectiveness of play therapy and role playing in reducing children's aggressive behavior. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 7(1), 209–222.

Risianti, D. H., Danim, S., Winarto, H., & Dharmayana, I. W. (2019). The development of group counselling assessment instruments. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 8(10), 267–272.

Shin, H., & Ryan, A. M. (2017). Friend influence on early adolescent disruptive behavior in the classroom: Teacher emotional support matters. *Developmental Psychology*, 53(1), 114–125. <https://doi.org/10.1037/dev0000250>

Tahmores, A. H. (2011). Role of play in social skills and intelligence of children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 2272–2279.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.444>