

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Sekolah adalah lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan kegiatan pembelajaran, membimbing, mendidik, melatih, dan mengarahkan siswa agar mencapai tujuan pendidikan dan membantu peserta didik untuk mengembangkan potensinya baik menyangkut aspek moral-spiritual, intelektual, emosional maupun sosial.

Selama siswa menempuh pendidikan di sekolah terjadi interaksi antara siswa dengan siswa dan dengan guru di sekolah yang membawa dampak dalam proses belajar dan perkembangan mental siswa seperti berperilaku agresif verbal. Perilaku agresif verbal yang dilakukan oleh siswa seperti menghina, menyerang dengan kata-kata, mengancam dan berteriak. Perilaku agresif verbal yang dilakukan siswa dapat menimbulkan dampak negatif bagi perkembangan mental siswa.

Menurut Buss (Dayakisni, 2009:44) “Perilaku agresif verbal adalah suatu perilaku yang ditunjukkan untuk menyakiti, mengancam atau membahayakan individu-individu atau objek-objek yang menjadi sasaran tersebut secara verbal atau melalui kata-kata langsung.

Salah satu teknik yang digunakan untuk mengurangi perilaku agresif verbal ialah teknik *restrukturisasi kognitif*. Teknik *restrukturisasi kognitif* memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-

pikiran atau pernyataan diri negatif dan keyakinan- keyakinan konseli yang tidak rasional. Teknik ini menggunakan asumsi bahwa respon- respon perilaku dan emosional yang tidak adaptif dipengaruhi oleh keyakinan, sikap, dan persepsi konseli. Penerapan teknik ini dapat dilakukan melalui kegiatan konseling kelompok sehingga dapat membantu siswa yang mengalami perilaku agresif verbal. Penerapan teknik *restrukturisasi kognitif* dilakukan dalam layanan konseling kelompok.

Konseling kelompok adalah suatu upaya pemberian bantuan kepada individu dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapi secara bersama- sama (Latipun, 2001:147).

Sementara Rusmana (2009:29), mengatakan bahwa konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada individu (konseli) yang dilakukan dalam suasana kelompok, bersifat pencegahan dan penyembuhan serta bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti dengan guru BK, wali kelas dan guru mata pelajaran pada tanggal 15 Oktober - 23 November 2019 diketahui bahwa ada siswa yang berperilaku agresif verbal ketika berada di lingkungan sekolah dan ketika pelajaran sedang berlangsung. Perilaku agresif verbal yang sering dilakukan siswa di lingkungan sekolah dan saat mengikuti pelajaran yaitu menyerang dengan kata-kata, mengancam dan berteriak atau berbicara keras yang tidak pantas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Penerapan teknik

*restrukturisasi kognitif* dalam konseling kelompok untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa kelas IX<sup>A</sup> SMP Negeri 4 Kupang.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan teknik *restrukturisasi kognitif* dalam konseling kelompok efektif mengurangi perilaku agresif verbal pada siswa kelas IX<sup>A</sup> SMP Negeri 4 Kupang tahun pelajaran 2019/2020?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan teknik *restrukturisasi kognitif* dalam konseling kelompok untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa kelas IX<sup>A</sup> SMP Negeri 4 Kupang tahun pelajaran 2019/2020.

D. Batasan Istilah / Definisi Konseptual

Batasan istilah bertujuan untuk menyamakan persepsi sehingga tidak terjadi perbedaan penafsiran dari para pembaca terkait topik penelitian ini. Istilah-istilah yang dimaksudkan adalah :

1. Teknik *Restrukturisasi Kognitif*

Menurut Murk, (Damayanti & Nurjanah 2016:291), Teknik *restrukturisasi kognitif* yaitu teknik yang menghasilkan kebiasaan baru pada konseli dalam berfikir, merasa, bertindak dengan cara mengidentifikasi kebiasaan bermasalah, memberi label pada kebiasaan tersebut, dan menggantikan tanggapan/ persepsi diri yang negatif/ irasional menjadi lebih rasional/ realistis.

Ramli (2005:435) menyatakan bahwa teknik *restrukturisasi kognitif* merupakan teknik yang memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran dan perilaku negatif dan keyakinan yang tidak irasional menjadi keyakinan yang rasional.

Dari kedua pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik *restrukturisasi kognitif* adalah teknik yang digunakan untuk membantu konseli menghasilkan kebiasaan baru pada konseli dalam berfikir, merasa, bertindak dengan cara mengidentifikasi kebiasaan bermasalah, memberi label pada kebiasaan tersebut, dan menggantikan tanggapan/persepsi diri yang negatif/irasional menjadi lebih rasional/realistis.

## 2. Konseling Kelompok

Menurut Latipun (2001:147) “Konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada individu dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapi secara bersama- sama”.

Menurut Nurihsan (Kurnanto, 2013:7) “Konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan kepada kemudahan dalam perkembangan dan kemudahannya”.

Berdasarkan kedua pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu upaya pemberian bantuan kepada individu (konseli), yang dilakukan dalam suasana kelompok, bersifat pencegahan dan penyembuhan serta memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya.

### 3. Perilaku agresif Verbal

Menurut Buss (dalam Dayakisni 2009:44)

Perilaku agresif verbal merupakan suatu perilaku yang ditunjukkan untuk menyakiti, mengancam atau membahayakan individu-individu atau objek-objek yang menjadi sasaran tersebut secara verbal atau melalui kata-kata langsung ataupun tidak langsung seperti menghina dan memaki.

Sementara Berkowitz mengatakan bahwa perilaku agresif verbal merupakan bentuk perilaku atau aksi agresif yang diungkapkan untuk menyakiti orang lain, perilaku agresif verbal dapat berbentuk celaan atau makian dan mengancam melalui kata-kata.

Berdasarkan kedua pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif verbal merupakan perilaku yang ditunjukan untuk menyakiti, mengancam dan berteriak individu-individu yang menjadi sasaran tersebut secara verbal atau melalui kata-kata langsung.

#### E. Manfaat Penelitian

##### a. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah sebagai pimpinan tertinggi diharapkan dapat meningkatkan kerja sama dengan seluruh personil sekolah khususnya dengan guru bimbingan dan konseling untuk dapat mengatasi siswa yang mengalami masalah perilaku agresif verbal.

##### b. Bagi guru BK

Guru bimbingan dan konseling diharapkan lebih intensif dalam memberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *restrukturisasi kognitif* bagi para siswa yang mengalami masalah perilaku agresif verbal.

##### c. Bagi siswa

Siswa diharapkan lebih aktif dalam mengikuti dan memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan konseling kelompok dengan teknik *restrukturisasi kognitif* untuk mengurangi perilaku agresif verbal.