

## Upaya Mereduksi Agresivitas Melalui Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik Sosiodrama pada Siswa Kelas X IPS SMA Muhammadiyah 1 Ngawi

Anisa Puti<sup>1</sup> Caraka Putra Bhakti<sup>2</sup> Mae Endang Iriastui<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Profesi Guru, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Ahmad Dahlan

Email: [anisaputi96@gmail.com](mailto:anisaputi96@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini dilakukan berdasarkan fenomena perilaku agresif (gresivitas) pada siswa kelas X IPS SMA Muhammadiyah 1 Ngawi tahun ajaran 2021/2022. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi perilaku agresif melalui teknik sosiodrama. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan subyek penelitian 10 orang siswa kelas X IPS yang berperilaku agresif. Validitas instrumen penelitian menggunakan validitas isi. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan observasi. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan teknik sosiodrama dapat mengurangi perilaku agresif. Hal ini terlihat dari hasil penelitian yang mencapai kriteria 30% siswa memiliki kategori rendah. Prosentase pra tindakan kriteria perilaku agresif sedang 90% dan rendah 10%. Siklus I belum mengalami penurunan. Siklus II prosentase mengalami penurunan menghasilkan kriteria perilaku agresif sedang 70%, rendah 20% dan tanpa keterangan 10%. Pada Siklus III prosentase mengalami penurunan menghasilkan kriteria perilaku agresif sedang 60% rendah 30% dan tanpa keterangan 10%.

**Kata kunci:** Perilaku Agresif, Teknik Sosiodrama, PTK

### Abstract

This study was conducted based on the phenomenon of aggressive behavior in X IPS SMA Muhammadiyah 1 Ngawi academic year 2021/2022. This study to reduce aggressive behavior through sociodrama techniques. This research is a classroom action research with research subjects X IPS SMA Muhammadiyah 1 Ngawi who behave aggressively. The validity of research instruments using validitas judgement. The technique of collecting data using questionnaires and observation. Data analysis techniques in this study using quantitative descriptive. Results of research that has been conducted shows sociodramas technique can reduce aggressive behavior. This is evident from criteria of 30% of students have a lower category. Percentage of pre-action aggressive behavior criteria were 90% and 10% lower. Cycle I have not declined. Cycle II percentage decreased generate aggressive behavior criteria were 70%, 20% lower and 10% without any explanation. Cycle III on the percentage decreased generate aggressive behavior criteria were 60% lower 30% and 10% without any explanation.

**Keywords:** Aggressive Behavior, Techniques Sociodrama, Junior High School Students

### PENDAHULUAN

Masalah perilaku agresif anak bukanlah menjadi suatu masalah yang baru bagi orang tua dan guru. Tetapi masalah perilaku merupakan masalah yang sangat penting bagi pertumbuhan, perkembangan dan masa depan anak. Bila tidak ditangani dengan baik dan benar, perilaku agresif dapat berdampak negatif pada kehidupan anak di kemudian hari. Apabila perilaku agresif tidak segera ditangani dan tidak mendapat perhatian dari orang tua maupun pendidikannya, maka akan berpeluang besar menjadi menetap. Anak-anak yang memasuki sekolah tidak semua berwatak baik, dalam sisi lain anak-anak yang masuk sekolah ada yang berasal dari keluarga yang kurang memperhatikan kepentingan anak dalam belajar yang kerap kali berengaruh pada teman lain.

Sesuai dengan keadaan seperti ini sekolah-sekolah sebagai tempat pendidikan anak-anak dapat menjadi sumber konflik psikologis yang menjadikan anak frustrasi dan berperilaku agresif. Anak agresif cenderung ditakuti dan dijauhi teman-temannya dan ini dapat menimbulkan masalah baru karena anak terisolir dari lingkungan disekelilingnya.

Sekolah merupakan pendidikan kedua setelah lingkungan keluarga, manfaat dari sekolah bagi siswa ialah melatih kemampuan akademis siswa, mengembangkan kedisiplinan siswa, memperkenalkan tanggung jawab

siswa, membangun jiwa sosial dan jaringan pertemanan, sarana mengembangkan kreativitas, dan sebagai mengenal identitas diri.

Namun kenyataannya di Indonesia ini perilaku siswa masih banyak yang mengalami ke gagal karena bagi anak remaja, selama mereka masih menempuh pendidikan formal di sekolah akan terjadi interaksi antara remaja dengan sesamanya, suka berkelahi dengan teman sebayanya, suka menghina individu lain dan juga menyakitkan perasaan orang lain.

Hal ini terjadi pada beberapa siswa di SMA Muhammadiyah 1 Ngawi Kabupaten Ngawi. Dari hasil wawancara dan observasi di sekolah diperoleh data bahwa terdapat siswa Kelas X IPS berperilaku agresif dengan melakukan aksi kekerasan terhadap temannya, seperti: berbicara tidak sopan terhadap Bapak/ibu guru, mencaci maki temannya, membantah orang tua, mengejek temannya, berteriak, berkelahi, dan merusak barang milik temannya. Perilaku tersebut bila tidak segera ditangani dapat menimbulkan gangguan proses belajar mengajar dan akan menyebabkan siswa cenderung beradaptasi terhadap kebiasaan buruk tersebut.

Menghadapi fenomena ini konselor harus berinisiatif mengantisipasi ataupun menghadapi tingginya Perilaku Agresif siswa. Salah satu solusi yang diyakini dapat membantu menuntaskan dan mengentaskan masalah yang dihadapi siswa tersebut adalah dengan menerapkan layanan bimbingan klasikal dengan teknik sosiodrama. Berdasarkan permasalahan tersebut, akhirnya peneliti merumuskan ke dalam penelitian yang berjudul "Upaya Mereduksi Agresivitas Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa Kelas X IPS SMA Muhammadiyah 1 Ngawi"

Aspek-aspek Agresivitas menurut Bush dan Perry (1992) mengklasifikasikan agresivitas dalam 4 aspek, yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan. Agresi fisik dan agresi verbal mewakili komponen motorik dalam agresivitas, sedangkan kemarahan dan permusuhan mewakili komponen afektif dan kognitif dalam agresivitas. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut : a. Agresi fisik (Physical Aggression) ialah bentuk perilaku agresif yang dilakukan dengan menyerang secara fisik dengan tujuan untuk melukai 14 atau membahayakan seseorang. Perilaku agresif ini ditandai dengan terjadinya kontak fisik antara agresor dan korbannya. b. Agresi verbal (Verbal Aggression) ialah agresivitas dengan kata-kata. Agresi verbal dapat berupa umpatan, sindiran, fitnah, dan sarkasme. c. Kemarahan (Anger) ialah suatu bentuk indirect aggression atau agresi tidak langsung berupa perasaan benci kepada orang lain maupun sesuatu hal atau karena seseorang tidak dapat mencapai tujuannya. d. Permusuhan (Hostility), merupakan komponen kognitif dalam agresivitas yang terdiri atas perasaan ingin menyakiti dan ketidakadilan.

Teknik sosiodrama merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok di sekolah dengan cara memerankan perilaku yang berkaitan dengan masalah-masalah sosial (Roshita, 2015). Sedangkan menurut Artyarini (2019) ada beberapa tujuan yang diharapkan dari sosiodrama, yaitu: (1) Siswa dapat menghargai dan menghayati perasaan orang lain (2) Siswa dapat belajar bertanggung jawab (3) Dapat belajar mengambil keputusan secara spontan dalam kelompok (4) Merangsang siswa untuk berpikir dan memecahkan masalah

Menurut pendapat Hayuni dan Fluretin (2016) langkah langkah sosiodrama terdiri dari tiga tahapan yaitu:

a. Persiapan

Pada tahap persiapan, konselor mempelajari skenario yang akan dimainkan oleh siswa. Pada pertemuan pertama berisi kegiatan penjelasan tentang sosiodrama tersebut hingga pembentukan kelompok pemain dan penonton

b. pelaksanaan kegiatan

Pada tahap kedua, pelaksanaan kegiatan sosiodrama yang dimana siswa mengharuskan berperan sesuai dengan skenario yang telah ditetapkan oleh konselor, hingga proses diskusi refleksi. Setiap pertemuan terdiri atas tiga kegiatan yaitu pembukaan, inti dan penutup

c. evaluasi atau refleksi

Konselor melaksanakan evaluasi proses dan evaluasi hasil. Konselor melaksanakan evaluasi ini untuk mengukur keberhasilan layanan yang diberikan kepada siswa melalui permainan sosiodrama. Evaluasi proses digunakan konselor untuk mengetahui keterlaksanaan setiap tahapan dalam pelaksanaan sosiodrama. Sedangkan evaluasi hasil digunakan untuk mengetahui keberhasilan layanan dalam hal meningkatkan kepedulian sosial siswa

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat. Dalam pelaksanaannya, penelitian tindakan kelas ini menggunakan model Kurt Lewin bahwa satu siklus terdiri dari empat langkah pokok yaitu Perencanaan (planning), Pelaksanaan Tindakan (acting), Observasi (Observing) dan Refleksi (Reflecting). Penelitian ini menggunakan teknik sosiodrama dengan bentuk layanan bimbingan klasikal. Penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 1 Ngawi. Populasi adalah seluruh kelas X IPS serta sampel terdiri dari 25 siswa, 15 siswa perempuan dan 10 siswa laki-laki. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah teknik angket dan observasi. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala Likert terdiri atas lima jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini memiliki rentang skor 1-4, skor tertinggi adalah 4 dan skor terendah adalah 1. Dalam penelitian ini, ada satu instrumen yaitu skala perilaku agresif yang terdiri dari 58 item. Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan uji validitas dengan menggunakan uji validitas konten/isi dengan expert judgement. Selanjutnya, uji reliabilitas item maupun uji reliabilitas instrumen dilakukan bersamaan dengan pengambilan data.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi deskriptif kuantitatif. Adapun untuk menghitung kategorisasi mengacu pada pendapat Saifuddin Azwar (2013: 147-150), langkah-langkah pengkategorian tiap-tiap variabel sebagai berikut: 1. Menentukan skor tertinggi dan terendah Skor tertinggi= 4 x jumlah item Skor terendah= 1 x jumlah item 2. Menghitung mean ideal (M)  $M = \frac{1}{2} (\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah})$  3. Menghitung standar deviasi (SD)  $SD = \frac{1}{6} (\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah})$  Hasil penghitungan tersebut digunakan untuk menentukan kategorisasi pada tiap-tiap variabel dengan menggunakan ketentuan sebagai berikut: Kategori tinggi :  $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$  Kategori sedang :  $(\mu + 1,0\sigma) > X > (\mu - 1,0\sigma)$  Kategori rendah :  $X < (\mu - 1,0\sigma)$  Keterangan: X= jumlah skor nilai tes  $\mu$  = mean ideal  $\sigma$  = standar deviasi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan tiga kali siklus dalam penelitian tindakan ini, perilaku agresif siswa di Kelas X IPS SMA Muhammadiyah 1 Ngawi dapat dikurangi melalui teknik sosiodrama. Melalui sosiodrama siswa memahami perilaku agresif baik secara kognitif, dan afektif yang selanjutnya mempengaruhi berkurangnya perilaku agresif.

NO	Kategori Perilaku	Angket Nilai	Pra Tindakan		Siklus I		Siklus II		Siklus III	
			F	%	F	%	F	%	F	%
1	Tinggi	$X \geq 193,33$	-	-	-	-	-	-	-	-
2	Sedang	$96,67 - 193,33$	9	90%	9	90%	7	70%	6	60%
3	Rendah	$> 96,67$	1	10%	1	10%	2	20%	3	30%
	Tanpa Keterangan		-	-	-	-	1	10%	1	10%

Perilaku agresif pada pra tindakan memiliki prosentase kriteria perilaku agresif sedang 90% dan rendah 10%. Pada Siklus I prosentase belum mengalami perubahan. Pada Siklus II prosentase mengalami perubahan menghasilkan kriteria perilaku agresif sedang 70% rendah 20% dan tanpa keterangan 10%. Pada Siklus III prosentase mengalami perubahan menghasilkan kriteria perilaku agresif sedang 60% rendah 30% dan tanpa keterangan 10%. Hasil prosentase Siklus III telah mencapai kriteria keberhasilan penelitian.

Melalui sosiodrama pada siklus III remaja melakukan pembahasan materi siklus I -siklus III. Pada siklus III perbedaannya adalah tindakan lebih ditekankan pada penanaman nilai secara kognitif, afektif dan psikomotorik yang selanjutnya mempengaruhi berkurangnya perilaku agresif. Perubahan perkembangan kognitif remaja dapat dilihat dalam usaha menangkap mengetahui arti, contoh dan akibat perilaku agresif. Secara afeksi remaja

dapat dilihat dalam menangkap perasaan orang lain seperti perasaan tidak nyaman, sakit hati dan merasa terganggu jika ada orang yang berperilaku agresif. Selain itu remaja menangkap munculnya perasaan merasa bersalah ketika berperilaku agresif. Secara psikomotorik remaja dapat dilihat dalam perilaku tidak membalas perilaku agresif dengan perilaku agresif, meminta maaf, menaati peraturan sekolah dan berjanji tidak mengulangi perilaku agresif. Pembahasan ini memberi dampak pada siswa lebih berempati dan mulai mempraktekkan respon positif.

Hasil penelitian menunjukkan 12 dari 15 indikator perilaku agresif mengalami perubahan. Indikator tersebut yaitu perilaku menghina, mengancam, menolak bicara, menyebarkan fitnah, mengadu domba, tidak memberi dukungan, tidak menggunakan hak berpendapat, memukul, mendorong, mencubit, menyuruh memukul dan tidak peduli. Hal ini didukung oleh pendapat Purwandari pada Jurnal Pendidikan Khusus (2005) bahwa 6 E-Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 11 Tahun ke-4 2015 perilaku menyimpang anak tunalaras dapat dikurangi dengan pretend play. Siswa yang memiliki perilaku mengancam teman, memaki, memukul, membantah, melanggar peraturan sekolah dan membolos akan berkurang setelah melaksanakan bermain peran. Perkembangan afeksi anak dapat dilihat dalam menangkap keinginan teman bermain dalam memainkan peran dan mengekspresikan emosi. Sedang dalam perkembangan kognitifnya dapat dilihat dalam usaha menangkap arti kata-kata yang diucapkan oleh temannya. Ada hal penting yang juga menjadi perhatian dari hasil penelitian ini, adanya indikator perilaku agresif siswa yang tidak berubah pada tiga kali siklus penelitian yaitu mengancam, demonstrasi dan merusak barang orang.

Penelitian Yustisi Maharani Syahadat (2013) menyebutkan bahwa bentuk perilaku agresif yang paling sering dilakukan disebabkan karena adanya kemarahan. Perilaku agresif dapat diturunkan dengan regulasi emosi dengan 5 sesi. 5 sesi tersebut yaitu sesi pertama menilai, mengatur dan mengungkapkan emosi. Sesi kedua role play mengatur emosi, sesi ketiga role play mengungkapkan emosi, sesi keempat contoh kasus.

Sesi kelima pengukuhan kelulusan dari agresi. Selain itu setiap akhir pertemuan subyek diberi tugas rumah. Hal ini dijelaskan pula oleh Laela Siddiqah dalam jurnal psikologinya (2010) bahwa perlu adanya kegiatan lain yang memperkuat agar perilaku agresif menurun setelah sebelumnya melakukan pencegahan dan penanganan. Kegiatan lain yang memperkuat tersebut perlu dilakukan secara berkala dan berkelanjutan. Indikator perilaku agresif yang tidak mengalami perubahan perlu ditindaklanjuti secara khusus melalui beberapa tahap tindakan. Pada penelitian tersebut menjelaskan perilaku agresif dapat dikurangi dengan 5 sesi yang merupakan desain tahapan untuk mengurangi perilaku agresif yang disebabkan kemarahan.

Berdasarkan pendapat dan penelitian terkait indikator perilaku agresif yang tidak mengalami perubahan di atas, diketahui bahwa penanganan khusus perlu diberikan karena perilaku agresif yang disebabkan adanya kemarahan. Selain itu terdapat faktor hasil belajar yang mempengaruhi perilaku agresif.

## **SIMPULAN**

Setelah dilakukan analisis terhadap hasil penelitian, diketahui bahwa perilaku agresif dapat dikurangi melalui teknik sosiodrama pada siswa kelas X IPS SMA Muhammadiyah 1 Ngawi. Hal ini terlihat dari hasil penelitian yang telah mencapai kriteria 30% siswa memiliki tingkat kategori rendah. Prosentase pada pra tindakan kriteria perilaku agresif sedang 90% dan rendah 10%. Siklus I prosentase belum mengalami penurunan. Siklus II prosentase mengalami penurunan menghasilkan kriteria perilaku agresif sedang 70% rendah 20% dan tanpa keterangan 10%. Siklus III prosentase mengalami penurunan menghasilkan kriteria perilaku agresif sedang 60% rendah 30% dan tanpa keterangan 10%.

Melalui sosiodrama siswa secara kognitif, afektif dan psikomotorik siswa mampu memahami perilaku agresif, belajar empati, menanamkan nilai-nilai dari naskah drama dan memiliki model respon positif untuk mengurangi perilaku agresif. Selain itu, sosiodrama mengarahkan siswa mempraktekkan perilaku positif di kehidupan nyatanya. Pada penelitian ini, terdapat 12 indikator yang mengalami penurunan dan 3 indikator perilaku agresif siswa yang tidak mengalami perubahan pada tiga kali siklus.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anwar Sutoyo, DYP, Sugiharto dan Nur Aini. (2014). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. Jurnal 8 E-Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 11 Tahun ke-4 2015 Bimbingan Konseling 3 (2). Diakses dari <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk> pada tanggal 24 Agustus 2015 jam 14.30 WIB Example:
- Roshita, I. (2015). Upaya meningkatkan perilaku sopan santun melalui layanan bimbingan kelompok dengan

- teknik sosiodrama. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling*, 1(2).
- Yusuf, M. A. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Kusuma, D. C., & Sri Hartini, S. H. (2022). Penerapan Metode Sosiodrama Sebagai Upaya Peningkatan Keterampilan Berbicara Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 01 Sawahan Kecamatan Juwiring (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Laela Siddiqah. (2010). Pencegahan dan Penanganan Perilaku Agresif Remaja melalui Pengelolaan Amarah (Anger Management). *Jurnal Psikologi UGM* 37.
- Yustisi Maharani Syahadat. (2013). Pelatihan Regulasi Emosi untuk Menurunkan Perilaku Agresif pada Anak. *Jurnal Humanitas*, Vol. X No. 1 Januari.
- Rikard Rahmat. (2008). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang* (Ormrod, Jeanne Ellis). Jakarta: Erlangga