

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah tahap peralihan yang sangat penting dalam kehidupan manusia, yang ditandai oleh berbagai perubahan pada aspek fisik, kognitif, dan psikososial pada setiap individu. Secara fisik, remaja mengalami pertumbuhan pesat pada bentuk tubuh yang mulai menyerupai orang dewasa. Kemudian pada aspek kognitif, terjadi perkembangan dalam cara berpikir, memahami, menalar, dan memecahkan masalah. Sementara itu dari aspek psikososial, remaja mengalami perubahan dalam kepribadian, pengelolaan emosi, serta hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya.

Aspek psikososial menjadi salah satu aspek yang memiliki peranan penting dalam tahap perkembangan remaja, karena pada tahap inilah remaja mencari dan membentuk jati diri serta identitas diri sebagai bekal memasuki kehidupan dewasa. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan psikososial yang disampaikan oleh Erik Erikson, mengenai *identity vs role confusion* pada masa remaja yang menjelaskan tentang krisis identitas yang harus dihadapi oleh setiap individu.¹ Pada fase ini, pembentukan konsep

¹ Abdullah Syamsidar, Dinda Larasati Ariyanto, and Junta Rachmayandy Ishak, 'Analisis Identitas Diri Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Berdasarkan Teori Perkembangan

diri yang matang sangat dipengaruhi oleh hubungan dan hubungan sosial bersama teman sebaya dan lingkungan di sekitarnya

Dalam proses pembentukan jati diri pada remaja, terdapat perilaku dan karakter ideal yang harus dimiliki sebagai hasil dari perkembangan psikososial yang baik. Remaja yang mampu mengendalikan emosi, bertanggung jawab, dan membangun pergaulan yang sehat dan harmonis dengan teman sebaya maupun lingkungan sekitar akan lebih mudah mengembangkan kepribadian yang matang. Namun kenyataannya, tidak semua remaja menunjukkan perilaku ideal tersebut. Banyak remaja masih kesulitan mengelola emosi, mudah terprovokasi, dan mengalami konflik dengan teman sebaya. Kondisi ini sering muncul dalam bentuk perilaku agresif, seperti pertengkaran, perundungan, dan tindakan lainnya yang dapat membawa dampak negatif bagi diri sendiri maupun orang lain

Menurut Meydiningrum, perilaku agresif merupakan tindakan yang sengaja dilakukan dengan tujuan melukai orang lain, baik secara fisik maupun psikologis.² Sedangkan menurut Anderson, perilaku agresif adalah bentuk pelampiasan emosi yang muncul sebagai reaksi atas kegagalan individu, yang diwujudkan melalui tindakan merusak terhadap orang lain atau benda secara sengaja, baik melalui ucapan maupun

Psikososial', *Encyclopedia of Child Behavior and Development*, 7.2 (2024), p. 151 <https://doi.org/10.1007/978-0-387-79061-9_1447>.

² Meydiningrum and Eko Darminto, 'Perilaku Agresif Ditinjau Dari Perspektif Teori Belajar Sosial Dan Kontrol Diri', *Jurnal BK UNESA*, 11.4 (2020), p. 555 <<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/34436/30637>>.

perbuatan.³ Kedua pendapat tersebut menunjukkan bahwa perilaku agresif memiliki unsur kesengajaan dan berkaitan erat dengan kondisi emosi individu. Oleh karena itu, pengendalian emosi dan lingkungan yang suportif sangat penting untuk mencegah munculnya perilaku agresif.

Berdasarkan hasil observasi di SMKN 1 Tana Toraja, fenomena perilaku agresif ini terlihat cukup sering muncul dikalangan siswa. Bentuk perilaku agresif yang muncul seperti saling mengejek, berdebat dengan nada tinggi, intimidasi, hingga perkelahian fisik. Perilaku ini sering kali disebabkan oleh perbedaan pendapat, persaingan antar siswa, atau pengaruh teman sebaya yang memberikan contoh perilaku agresif. Keadaan ini mengindikasikan bahwa masih cukup banyak siswa yang kesulitan mengelola emosi dan mengekspresikan perasaan secara positif, sehingga interaksi sosial di sekolah menjadi kurang harmonis dan berpotensi menghambat pembentukan identitas diri yang sehat.

Selain itu hasil wawancara dan studi dokumentasi yang diperoleh dari catatan guru BK di SMKN 1 Tana Toraja, diketahui bahwa kasus perkelahian antar siswa tergolong cukup tinggi dan terjadi hampir setiap hari. Guru BK sering kali harus menangani berbagai kasus konflik yang berujung pada perkelahian fisik. Bahkan, dalam satu hari pernah tercatat

³ Rina Rahayu Siregar and Rina Rahayu Siregar, 'Moral Disengagement Sebagai Prediktor Terhadap Perilaku Agresif Remaja', *Jurnal Ecopsy*, 7.1 (2020), p. 8 <<https://doi.org/10.20527/ecopsy.v7i1.6068>>.

hingga 10 kasus perkelahian yang sebagian besar dipicu oleh hal-hal sepele, seperti saling mengejek antar siswa yang kemudian berkembang menjadi perilaku agresif. Data dokumentasi juga menunjukkan bahwa pada tahun lalu jumlah kasus perkelahian yang ditangani mencapai sekitar 80 kasus, sedangkan pada tahun ini dalam kurun waktu 4 bulan sudah tercatat sekitar 30 kasus. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku agresif di kalangan siswa masih menjadi permasalahan yang serius dan memerlukan penanganan yang tepat.

Perilaku agresif yang berlangsung berkelanjutan berpotensi menimbulkan berbagai konsekuensi yang merugikan bagi siswa, baik secara individu maupun dalam lingkungan sekolah. Perilaku agresif dapat memberikan dampak berupa penurunan prestasi belajar, terganggunya hubungan sosial, munculnya kecemasan, serta perasaan depresi. Akibat tersebut tidak hanya dirasakan oleh pihak yang menjadi korban, tetapi juga oleh individu yang melakukan tindakan tersebut. Pada pelaku, perilaku agresif dapat menyebabkan dijauhi oleh lingkungan karena dianggap tidak menyenangkan. Sementara itu, korban dapat mengalami penderitaan secara fisik maupun psikologis.⁴ Dampak ini tidak sekadar menghambat berlangsungnya proses pembelajaran, tetapi juga

⁴ Candra Prasiska Rahmat and others, 'Perilaku Agresif Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya', *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7.3 (2024), 20–26 (p. 23) <<https://doi.org/10.26539/teraputik.732700>>.

menghambat perkembangan psikososial siswa, termasuk pembentukan identitas diri yang sehat dan kemampuan untuk menjalin interaksi sosial yang harmonis.

Untuk mengatasi tindakan agresivitas yang ditunjukkan oleh siswa, diperlukan intervensi yang mampu membantu mereka mengenali emosi, memahami penyebab konflik, dan belajar mengekspresikan perasaan secara positif. Salah satu metode yang dapat diterapkan adalah konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan suatu bentuk bantuan yang bersifat preventif dan bertujuan mengembangkan kemampuan individu dalam menyelesaikan masalah secara bersama-sama, antara klien dengan konselor maupun antar sesama anggota kelompok.⁵ Konseling kelompok membantu siswa berbagi pengalaman, mengekspresikan perasaan, dan belajar dari teman dalam suasana aman, sehingga meningkatkan empati, keterampilan sosial, dan pengelolaan emosi.

Untuk memperkuat efektivitas konseling kelompok, maka diperlukan suatu teknik yang dapat membantu siswa menghadapi konflik dan mengekspresikan emosi dengan lebih positif, salah satunya adalah teknik kursi kosong. Teknik kursi kosong merupakan metode konseling yang memanfaatkan kursi kosong sebagai media untuk membantu

⁵ Namora Lumongga and Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Kencana, 2016), p. 20.

individu menyelesaikan konflik yang sedang dihadapinya, sehingga pada akhirnya konseli. Teknik ini berupa aktivitas simulasi peran, dimana konseli dapat memerankan dirinya, orang lain, atau sisi tertentu dari kepribadiannya yang dibayangkan berada pada kursi kosong tersebut. Penggunaan teknik kursi kosong bertujuan untuk memperdalam kesadaran diri konseli serta membantu menelusuri berbagai polaritas, proyeksi, dan introyeksi yang ada dalam dirinya.⁶ Dengan penerapan teknik ini dalam konseling kelompok, diharapkan konseli dapat meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi dan interaksi sosial yang lebih sehat.

Beberapa penelitian terdahulu telah menunjukkan efektivitas konseling kelompok dan teknik kursi kosong dalam menangani perilaku negatif pada remaja. Misalnya, penelitian oleh Muhaimin dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok menggunakan Teknik *Role Playing* untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa”, penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *role playing* mampu menurunkan perilaku agresif siswa SMA.⁷ sedangkan studi tinjauan oleh Intan Prawitasari dengan judul “Studi Kepustakaan Penerapan Terapi Kursi Kosong (*Empty Chair*) dalam Terapi Gestalt”, membahas penerapan teknik

⁶ Mochamad Nursalim and Sherrin Nurlita Widya, *Teknik-Teknik Konseling Yang Efektif* (Jakarta Timur: PT Bumi Aksara, 2024), p. 54.

⁷ Muhaimin, ‘Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Role Playing* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMA’, *Jurnal Konseling Pendidikan*, 6.2 (2022).

kursi kosong (*empty chair*) dalam konseling Gestalt sebagai metode untuk membantu siswa mengenali dan mengekspresikan emosi secara lebih sehat.⁸ Pendekatan-pendekatan tersebut menjadi dasar penting bagi penelitian ini untuk mengembangkan intervensi yang lebih terfokus dalam menurunkan perilaku agresif siswa melalui kombinasi konseling kelompok dan teknik kursi kosong.

Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh Susanti Dyastuti berjudul “Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku *Bullying* Melalui Pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong” menunjukkan bahwa penerapan teknik kursi kosong dapat membantu menurunkan perilaku agresif pada siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya perubahan perilaku pada klien setelah mengikuti proses konseling, sehingga teknik kursi kosong dinilai efektif dalam membantu siswa menyadari konflik yang dialami dan mengurangi perilaku agresif.⁹ Oleh karena itu, pendekatan tersebut menjadi dasar penting bagi penelitian ini untuk mengembangkan intervensi yang lebih terfokus dalam menurunkan perilaku agresif siswa melalui penerapan konseling kelompok dengan teknik kursi kosong.

⁸ Intan Prawitasari, ‘Studi Kepustakaan Penerapan Terapi Kursi Kosong (Empty Chair) Dalam Terapi Gestalt’, *Counselor Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 1.1 (2021) <<https://doi.org/10.32923/couns.v1i1.1724>>.

⁹ Susanti Dyastuti, ‘Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku ing Melalui Pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong’, *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 1.1 (2012).

Meskipun beberapa penelitian sebelumnya telah membahas cara mengurangi perilaku agresif pada siswa, masih ada hal yang belum banyak diteliti. Penelitian yang dilakukan oleh Muhaimin menggunakan teknik *role playing* dalam konseling kelompok, sehingga belum membahas penggunaan teknik kursi kosong dalam layanan tersebut. Sementara itu, kajian yang dilakukan oleh Intan Prawitasari hanya berupa studi kepustakaan yang membahas teknik kursi kosong secara teoritis, sehingga belum menunjukkan penerapannya secara langsung kepada siswa. Selain itu, penelitian oleh Susanti Dyastuti menggunakan pendekatan konseling Gestalt untuk menangani perilaku *bullying* dengan metode penelitian tindakan. Berbeda dengan penelitian-penelitian tersebut, penelitian ini secara khusus menguji pengaruh konseling kelompok dengan teknik kursi kosong terhadap perilaku agresif siswa melalui pendekatan kuantitatif. Penelitian ini juga dilakukan langsung pada siswa SMKN 1 Tana Toraja untuk memperoleh data empiris mengenai pengaruh konseling kelompok dengan teknik kursi kosong terhadap perilaku agresif siswa.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengukur secara sistematis sejauh mana konseling kelompok dengan teknik kursi kosong berpengaruh terhadap perilaku agresif siswa SMKN 1 Tana Toraja. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh data kuantitatif mengenai perubahan tingkat perilaku agresif sebelum dan sesudah intervensi, sehingga efektivitas metode dapat dianalisis secara objektif.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian ini bagaimana pengaruh konseling kelompok teknik kursi kosong terhadap perilaku agresif siswa SMKN 1 Tana Toraja?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok teknik kursi kosong terhadap perilaku agresif siswa SMKN 1 Tana Toraja.

D. Manfaat Penelitian

Secara umum, penelitian ini memberikan dua jenis manfaat, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis. Adapun secara lebih rinci, manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu di bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya terkait penerapan konseling kelompok dengan teknik kursi kosong dalam menangani perilaku agresif siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi bagi guru BK dalam menerapkan konseling kelompok

dengan teknik kursi kosong sebagai salah satu alternatif untuk membantu mengurangi perilaku agresif siswa.

b. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa mengenali dan mengelola emosi dengan lebih baik serta mengekspresikan perasaan secara positif dalam interaksi sosial.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi sekolah dalam meningkatkan layanan bimbingan dan konseling serta menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengkaji konseling kelompok, kursi kosong, maupun perilaku agresif pada siswa.

E. Sistematika Penulisan

Berdasarkan pokok masalah yang telah dirumuskan, maka sistematika penulisan ini terdiri atas 5 bab, yaitu:

- | | |
|--------|---|
| BAB I | Pendahuluan yang berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan. |
| BAB II | Kajian Teori berisi landasan teori yang meliputi konseling kelompok teknik kursi kosong, perilaku agresif beserta |

bentuk, faktor penyebab, dan dampaknya, serta kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

- BAB III Metode Penelitian menjelaskan jenis dan pendekatan penelitian, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, instrumen, prosedur penelitian, serta teknik analisis data.
- BAB IV Berisi hasil penelitian dan pembahasan yang menguraikan temuan penelitian serta analisis dan interpretasi data yang diperoleh di lapangan.
- BAB V Merupakan bagian penutup yang memuat kesimpulan dari hasil penelitian serta saran-saran yang diajukan berdasarkan temuan penelitian.