

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS

A. Kajian Pustaka

1. Layanan Konseling Kelompok Teknik *Shaping*

a. Pengertian Layanan Konseling Kelompok Teknik *Shaping*

Hasnida (2016) Konseling kelompok merupakan upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecah masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada klien. Menurut Rasimin & Hamdi (2018) konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu memberi umpan balik (*feedback*), dan pengalaman belajar. Menurut Satirah (2017) konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok dengan menyampaikan informasi ataupun aktivitas kelompok yang diarahkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri untuk mengubah sikap dan perilakunya selaras dengan lingkungannya.

Menurut Auliazalsini dkk, (2024) konseling kelompok merupakan pendekatan strategis yang bertujuan mendukung perkembangan potensi dan keterampilan individu, implementasi dalam layanan konseling kelompok mencakup penanganan berbagai masalah. Corey (2009:240) salah satu kontribusi yang

unik dari konseling kelompok pendekatan behavior adalah sistem yang jelas tentang prosedur dalam praktek. Kedua konselor dan konseli mempunyai peran yang menekankan pentingnya kesadaran konseli dan partisipasi dalam proses konseling. Konseli merubah perilaku yang maladaptif menjadi perilaku yang adaptif melalui proses konseling.

Pendekatan Behavior mengacu pada penerapan berbagai macam teknik salah satunya teknik *Shaping*. Menurut Muliyah dkk., (2020) teknik *shaping* merupakan prosedur yang digunakan untuk membentuk perilaku individu yang diinginkan dengan memberikan dukungan untuk setiap tindakan yang ditunjukkan. Teknik *shaping* adalah adalah teknik yang dapat membentuk perilaku baru secara bertahap dengan memberikan penguatan secara berkala terhadap stimulus yang diberikan secara berkala samapai individu menanggapi hingga perilaku akhir (Isnugrahani, 2020)

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang dilaksanakan secara dinamika kelompok, dengan tujuan membantu peserta didik memahami diri, mengubah sikap, dan berperilaku lebih positif. Dalam prosesnya konselor dan konseli secara aktif saling memberikan umpan balik, serta memfasilitasi pembelajaran sosial. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah pendekatan

behavior yang berfokus pada perubahan perilaku melalui prosedur secara sistematis. Teknik *shaping* merupakan salah satu teknik dalam pendekatan behavior, yang dilakukan dengan memberikan penguatan secara bertahap untuk membentuk perilaku baru yang diinginkan.

b. Tujuan Konseling Kelompok Teknik *Shaping*

Menurut Setiawan (2018) tujuan umum konseling kelompok dengan pendekatan behavior adalah untuk meningkatkan pilihan dan untuk menciptakan kondisi belajar yang baru. Konseli, dengan bantuan konselor mendefinisikan tujuan yang lebih spesifik di awal sesi konseling. Konseling kelompok pendekatan behavior menekankan pada peran aktif konseli dalam menentukan penyelesaian masalah mereka, konselor membantu konseli dalam merumuskan tujuan yang terukur, tujuan harus jelas, konkret, mudah dipahami, dan disetujui oleh kedua belah pihak. Berdasarkan tujuan dari konseling kelompok pendekatan behavior adalah pembentukan tingkah laku baru yang lebih bisa diterima (*adaptif*) melalui proses belajar sebagai pengganti tingkah laku (*maladaptif*).

Menurut Sahara & Isro'i (2020) tujuan konseling kelompok adalah untuk membangun kolaborasi antar individu untuk mencapai penyesuaian pribadi yang lebih baik. Konseling kelompok juga dapat menekankan masalah perkembangan,

perlibatan pilihan, nilai, dan sikap yang bersifat pencegahan dan penyembuhan. Layanan konseling kelompok juga bertujuan untuk membantu konseli dalam memecahkan permasalahan dengan dinamika kelompok, yang memungkinkan anggota kelompok saling berbagi atau memberikan pendapat masing-masing.

Berdasarkan pendapat di atas tujuan utama konseling kelompok adalah untuk membantu konseli menciptakan pengalaman belajar baru yang dapat membentuk perilaku yang lebih positif. Dalam prosesnya, konseli berperan secara aktif dalam merumuskan tujuan secara spesifik, terukur, dan disepakati bersama dengan konselor. Konseling kelompok juga bertujuan membangun kerjasama antar individu dalam kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri, menyelesaikan permasalahan, dan mendukung perkembangan nilai serta sikap melalui interaksi kelompok.

c. Peran dan Fungsi Kelompok Teknik *Shaping*

Menurut Marpaung (2022) konseling kelompok berfungsi sebagai wadah untuk membantu siswa dalam mengembangkan potensinya, selain itu konseling kelompok juga berfungsi untuk meningkatkan kemandirian, pemahaman, pencegahan, dan pengembangan diri. Peran konselor diharapkan konselor bisa mengidentifikasi kondisi dengan mengumpulkan informasi secara sistematis tentang masalah perilaku dan konsekuensi dari masalah,

konselor dalam pendekatan ini aktif dan direktif berfungsi sebagai konsultan dan membantu memecahkan masalah, konselor harus memiliki keterampilan, kepekaan, dan kecerdasan dalam pemberian treatment sehingga terciptanya hubungan yang baik (Setiawan, 2018).

Menurut Darmayanti (2024) konseling kelompok memiliki kontribusi yang signifikan dalam membantu aspek emosional, sosial, dan pribadi siswa, siswa dapat memperoleh pengalaman yang berharga dan membangun keterampilan sosial serta membangun rasa percaya diri melalui interaksi bersama orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok berperan penting bagi siswa dalam membantu mengembangkan potensi diri, meningkatkan kemandirian, pemahaman, serta mencegah dan menangani masalah. Konselor berperan aktif dalam mengidentifikasi dan menangani perilaku bermasalah, serta harus memiliki keterampilan dan kepekaan agar tercipta hubungan yang efektif.

d. Tahapan Konseling Kelompok Teknik *Shaping*

Menurut Hermina & Hariyono (2018). Ada beberapa tahapan dalam proses layanan konseling kelompok yaitu:

- 1) Tahap pembentukan, anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan tujuan yang akan dicapai

- 2) Tahap peralihan, pada tahap ini meningkatkan keterlibatan anggota dengan membahas suasana yang muncul, pada tahap ini diharapkan masalah yang dihadapi setiap anggota didefinisikan akibatnya.
- 3) Tahap kegiatan, dalam tahap ini topik atau masalah yang dirasakan, dialami secara bebas dibahas secara mendalam dan anggota kelompok berpartisipasi secara aktif dalam berdiskusi kelompok.
- 4) Tahap pengakhiran, pada tahap ini proses konseling akan segera berakhir, kemudian konselor bersama anggota kelompok mengungkapkan kesan dan hasil kegiatan, kemudian membahas tindak lanjut dari kegiatan konseling.

Menurut Nasution dkk., (2023). Ada beberapa tahapan dalam layanan konseling kelompok yaitu:

- 1) Tahap pembentukan, tahap pembentukan adalah tahap pengenalan terhadap layanan konseling kelompok yang membahas tentang pengertian, fungsi, tujuan, cara pelaksanaan, serta asas-asas dalam layanan konseling kelompok
- 2) Tahap peralihan adalah tahap dimana proses pembentukan bergabung dengan fase kegiatan. Pada tahap ini konselor harus tanggap dalam melihat dan memahami kondisi kelompok

- 3) Tahap kegiatan merupakan tahapan yang sangat menentukan keberhasilan layanan konseling kelompok
- 4) Tahap pengakhiran merupakan tahapan penutup dari kegiatan layanan konseling kelompok.

Berdasarkan penjelasan di atas tahapan proses konseling kelompok terdiri dari empat tahap yaitu: tahap pembentukan (saling mengenal satu sama lain dan menentukan tujuan), peralihan (membangun keterlibatan dan mengidentifikasi masalah), kegiatan (berdiskusi aktif), tahap pengakhiran (menyimpulkan hasil dan merencanakan tindak lanjut).

e. Langkah-langkah Konseling Kelompok Teknik *Shaping*

Menurut Isnugrahani (2020) ada beberapa langkah-langkah dalam teknik *shaping* yaitu:

- 1) Identifikasi permasalahan melalui analisis ABC.
- 2) Penetapan pada perilaku konseli yang spesifik
- 3) Menentukan penguatan yang akan digunakan dalam konseling
- 4) Membuat tahapan pencapaian perilaku
- 5) Modifikasi perilaku yang akan dicapai selama berlangsungnya proses konseling
- 6) Penerapan waktu pemberian penguatan

Menurut Mulvariani dkk., (2021) ada beberapa langkah-langkah dalam teknik *shaping*

- 1) Menspesifikasikan perilaku target

- 2) Mengidentifikasi respon yang dapat digunakan sebagai titik awal
- 3) Menguatkan perilaku awal sehingga semakin mendekati perilaku target yang diinginkan

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa teknik *shaping* dapat dilakukan dengan cara mengendalikan masalah, menentukan perilaku yang ingin diubah, memberikan penguatan secara tepat, membuat langkah-langkah perubahan secara bertahap sampai perilaku yang diinginkan.

2. Perilaku Agresif

a. Pengertian Perilaku Agresif

Menurut Ainni & Rusli, (2022). Perilaku agresif merupakan kecenderungan untuk menyakiti orang lain secara fisik maupun secara psikologis, perilaku yang diniatkan dan dilakukan secara sengaja untuk melukai dan melecehkan orang lain juga disebut sebagai perilaku agresif, perilaku ini adalah perilaku negatif yang disebabkan oleh stimulus lingkungan. Menurut Putri (2019). Perilaku agresif didefinisikan sebagai perilaku dimana siswa berusaha melukai, menyakiti, atau merugikan orang lain secara verbal, fisik. Menurut Panie (2022) Perilaku agresif merupakan perilaku yang dilakukan serta memiliki tujuan untuk melukai korban, motif utama perilaku agresif sendiri adalah keinginan untuk menyakiti orang lain atau melukai orang lain yang tidak disadari,

tidak memperdulikan realitas, tidak menyensor diri sendiri dan bekerja atas dasar prinsip kesenangan untuk mengekspresikan perasaan-perasaan negatif.

Perilaku agresif merupakan respon emosi yang tidak terkendali yang menyebabkan perilaku merusak, menyerang, dan melukai, perilaku ini dapat ditujukan pada diri sendiri atau orang lain yang disebabkan oleh frustrasi yang mendalam dan kekecewaan yang terjadi pada diri individu (Marini dkk., 2024). Tindakan agresif sering dilakukan oleh orang yang lebih kuat terhadap orang yang lemah secara fisik maupun secara mental (Subqi 2019). Perilaku agresif merupakan sikap yang menentang, kasar, dan menyerang orang lain yang mengakibatkan permusuhan, orang yang memiliki perilaku agresif selalu ingin menang dengan mengintimidasi orang lain (Ashidiq 2019).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif merupakan tindakan yang dilakukan secara sengaja untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun secara verbal. Perilaku agresif bisa ditujukan kepada diri sendiri maupun kepada orang lain dan sering muncul tanpa kontrol diri.

b. Jenis Perilaku Agresif

Buss & Perry (1992) berpendapat bahwa ada empat bentuk pola perilaku agresif yang bisa dilakukan oleh individu, yaitu:

- 1) Agresif fisik: perilaku agresif yang dilakuakn untuk melukai orang lian secara fisik, seperti memukul, menendang, dan lain sebagainya.
- 2) Agresif verbal: perilaku agresif yang dilakukan secara verbal kepada orang lain, seperti mengumpat, menyebarkan cerita yang tidak mengenakkan tentang korban kepada orang lain, memaki, mengejek, dan lain sebagainya.
- 3) Agresif benci: perilaku agresif yang semata mata yang dilakuakn sebagai bentuk pelampiasan keinginan untuk melukai orang lain tanpa tujuan.
- 4) Agresif instrumental: perilaku agresif yang dilakukan oleh orgganisme atau individu sebagai alat atau cara untuk mencapai tujuan tertentu.

c. Faktor yang mempengaruhi perilaku agresif

Menurut Khaira dkk, (2022) ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif yaitu:

- 1) Amarah meruapakan emosi dengan emosi yang tinggi dan perasaan tidak suka yang kuat yang biasanya disebabkan oleh kesalahan.
- 2) Provokasi, perilaku agresif sering terjadi karena adanya provokasi dari sekelompok orang sehingga beranggapan lebih baik menyerang daripada diserang sebagai bentuk pembelaan diri.

- 3) Teman sebaya, perilaku agresif remaja di sekolah disebabkan oleh solidaritas geng, emosi yang belum matang, keinginan untuk mendapatkan pengakuan sosial agar dapat dihormati dan berkuasa dalam kelompok
- 4) Lingkungan keluarga, orang tua yang sering memberikan hukuman secara fisik kepada anak dikarenakan gagal dalam memenuhi standar yang telah ditetapkan oleh orang tua akan membuat anak merasa marah dan kesal dan anak tidak berani mengungkapkan kemarahannya, yang berakibat anak akan melampiaskan kepada orang lain.
- 5) Lingkungan sekolah, kondisi sekolah yang tidak kondusif, keadaan guru dan sistem pembelajaran yang tidak menarik akan menyebabkan anak cepat bosan. Untuk mengatasi ketidakpuasan mereka akan membolos dan meninggalkan kelas dan bergabung dengan anak-anak yang tidak bereskolah, yang dimana mereka hanya berkeliaran tanpa tujuan yang jelas.

Menurut Sekar (2021) faktor yang mempengaruhi perilaku agresif sebagai berikut:

- 1) Frustrasi: frustrasi merupakan situasi dimana seseorang dihalangi atau tidak dapat mencapai tujuan tertentu yang diinginkannya, atau mengalami hambatan untuk bebas bertindak dalam rangka mencapai tujuan yang diinginkannya.

- 2) Gangguan Berfikir: gangguan berfikir merupakan pemikiran dan keyakinan yang negatif dan dapat menyebabkan berbahasa kasar, menghina, mengejek, dan marah-marah. Seseorang yang memiliki gangguan dalam berfikir seperti ini dapat mendorong seseorang untuk berkata kasar kepada orang lain.
- 3) Gangguan Emosional: salah satu pemicu perilaku agresif yaitu gangguan emosional yang tidak stabil pada individu, ketika seseorang mengalami hal yang tidak menyenangkan, maka emosi yang terlihat yaitu kemarahan.
- 4) Keluarga: keluarga merupakan tempat yang paling nyaman bagi remaja, sehingga keluarga juga berfungsi sebagai sumber perilaku agresif bagi remaja. Pola asuh tertentu dari orang tua adalah salah satu faktor yang diduga mendorong tingkah laku agresif pada remaja.
- 5) Teman Sebaya: teman sebaya dapat memberikan dampak positif dan negatif bagi remaja. Teman sebaya yang positif dapat memberikan motivasi dan dorongan untuk mengembangkan diri dan menunjukkan kreativitas, begitupun sebaliknya teman yang membawa dampak buruk kemungkinan besar akan terpengaruh berbuat negatif.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif dapat dipengaruhi dari berbagai faktor dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar. Faktor dalam diri individu

seperti rasa emosi dan amarah yang tidak bisa terkendali, rasa frustrasi karena keinginan yang terhambat, serta gangguan berfikir yang tidak stabil. Sedangkan faktor dari lingkungan seperti teman sebaya, keluarga, lingkungan sekolah.

d. Aspek perilaku agresif

Menurut Buss & Perry (1992) mengemukakan bahwa ada tiga aspek untuk mengukur kecenderungan perilaku agresif di antaranya:

- 1) Agresif fisik dan verbal: perilaku agresif secara fisik adalah perilaku yang bertujuan untuk menyerang, melukai dan melanggar hak orang lain yang dilakukan secara fisik. Sedangkan perilaku agresif secara verbal adalah perilaku yang bertujuan untuk menyerang, melukai dan melanggar hak orang lain berupa perkataan atau ucapan.
- 2) Kemarahan: reaksi emosional akut ditimbulkan oleh sejumlah situasi yang merangsang termasuk ancaman, reaksi yang ditimbulkan seperti frustrasi, kekecewaan, serangan lisan. Secara implisit disebabkan oleh reaksi serangan yang bersifat somatik atau jasmaniah maupun verbal atau lisan.
- 3) Permusuhan: kecenderungan ingin menimbulkan kerugian, kejahatan, gangguan atau kerusakan pada orang lain. Kecenderungan melontarkan rasa kemarahan pada orang lain.

B. Kerangka Berpikir

Keadaan remaja Indonesia sangat memprihatinkan, hal ini dapat dilihat dari keadaan Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Terdapat 3300 kasus tawuran remaja pada tahun 2022, pada tahun 2016, terdapat 206 tawuran pada remaja yang berusia 13-19 tahun. Remaja memiliki sifat yang cenderung agresif, tidak stabil dalam emosional dan tidak dapat menahan nafsu, remaja banyak mengalami pengaruh pergaulan dari lingkungan luar selama masa pubertas atau pada masa menjelang dewasa yang menyebabkan mereka terbawa pengaruh dari lingkungan luar. Hal ini menyebabkan remaja tidak dapat menyesuaikan atau beradaptasi dengan lingkungan yang selalu berubah ubah dan akan melakukan perilaku yang maladaptif, seperti perilaku agresif yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain (yanizon & Sesriani 2019). Fenomena perilaku agresif juga terjadi pada siswa Kelas VIII SMP Negeri 02 Kebonsari dimana siswa sering melakukan kekerasan baik secara verbal maupun non verbal seperti memukul, menendang, mengumpat, menyebarkan cerita yang tidak mengenakkan tentang korban kepada orang lain, memaki, membenci, mengejek, teman dengan alasan hanya gurauan atau bercandaan.

Perilaku agresif yang ditujukan oleh siswa Kelas VIII di SMP Negeri 02 Kebonsari telah menjadi perhatian khusus dari pihak sekolah. Meskipun berbagai upaya telah dilakukan termasuk penanganan langsung oleh Guru BK, perilaku agresif tersebut masih sering terjadi dalam interaksi siswa sehari-hari. Salah satu langkah yang diambil oleh Guru

BK untuk mereduksi perilaku agresif siswa yaitu dengan memberikan layanan koonseling kelompok, namun pelaksanaan layanan konseling kelompok yang dilakukan di SMP Negeri 02 Kebonsari hingga saat ini masih belum maksimal. Hhal ini ditandai dengan masih adanya siswa yang perilaku agresif baik di dalam maupun di luar kelas, yang menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok yang diberikan belum sepenuhnya efektif untuk mengatasi permasalahan berikut.

Pemberian laynanan konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif siswa SMP Negeri 02 Kebonsari masih belum efektif, maka peneliti dalam penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok agar lebih maksimal salah satunya dengan menggunakan teknik *shaping*, merupakan pendekatan yang efektif untuk mereduksi perilaku agresif pada siswa. Pembetulan dinamika konseling kelompok untuk memecahkan permasalahan siswa dengan teknik *shaping* berfokus pada pembentukan tingkah laku yang baru, sebelumnya tidak pernah ditampilkan, lalu konselor memberikan reinforcment terhadap perubahan perilaku agresif siswa dengan apa yang dikondisikan pada kegiatan konseling kelompok (Putro dkk., 2024). Setelah siswa diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *shaping* perilaku agresif siswa Kelas VIII SMP Negeri 02 Kebonsari semakin menurun. Dari siswa yang sering memukul menjadi lebih bisa mengendalikan amarahnya, dari yang suka mengejek, memaki temanya sekarang lebih bisa berkomunikasi menggunakan kalimatt yang sopan dan positif, lebih empati dan memahami perasaan orang lain.

C. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono 2017). Berdasarkan uraian di atas peneliti menggunakan hipotesis sebagai berikut:

Ha: Penerapan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Shaping* berpengaruh terhadap perilaku agresif siswa Kelas VIII SMP Negeri 02 Kebonsari.

Ho: Penerapan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Shaping* tidak berpengaruh terhadap perilaku agresif siswa Kelas VIII SMP Negeri 02 Kebonsari.