

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Behavioristik Terhadap Prilaku Agresif Siswa Kelas 10 SMA Negeri 9 Kota Bengkulu

Kisyah Pimi Auliah¹, Juwanto²

**Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Prof. Dr. Hazairin, S.H. Bengkulu**

e-mail: kisyahpimiauliah@gmail.com

Published: September, 2026

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih ditemukannya siswa yang memiliki perilaku agresif yang tinggi di SMA Negeri 9 Kota Bengkulu. Penelitian bertujuan untuk mengetahui kondisi perilaku agresif siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik serta menguji pengaruh layanan tersebut terhadap perilaku agresif siswa kelas X.2. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimen one group pretest-posttest. Populasi penelitian berjumlah 25 siswa dan 10 siswa dengan kategori perilaku agresif tinggi dipilih sebagai sampel melalui purposive sampling. Instrumen penelitian berupa angket skala Likert yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum perlakuan terdapat 1 siswa (4%) pada kategori sangat tinggi, 9 siswa (36%) kategori tinggi, dan 15 siswa (60%) kategori sedang. Setelah diberikan layanan kepada 10 siswa sampel, 8 siswa (80%) berada pada kategori rendah dan 2 siswa (20%) pada kategori sangat rendah. Hasil uji Wilcoxon memperoleh $Z = -2,809$ dan Asymp. Sig. (2-tailed) = $0,005 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik berpengaruh signifikan terhadap penurunan perilaku agresif siswa kelas X.2 SMA Negeri 9 Kota Bengkulu.

Kata kunci: Perilaku Agresif, Bimbingan Kelompok, Teknik Behavioristik

ABSTRACT

This study was motivated by the presence of students with high levels of aggressive behavior at SMA Negeri 9 Bengkulu City. The study aimed to determine students' aggressive behavior before and after receiving group guidance services using behavioristic techniques and to examine the effect of the service on the aggressive behavior of Grade X.2 students. A quantitative method with a one-group pretest-posttest experimental design was employed. The population consisted of 25 students, while 10 students with high aggressive behavior were selected through purposive sampling. The research instrument was a Likert-scale questionnaire that had undergone validity and reliability testing. Data were analyzed using the Wilcoxon test. Before the intervention, 1 student (4%) was in the very high category, 9 students (36%) in the high category, and 15 students (60%) in the moderate category. After the intervention, 8 students (80%) were in the low category and 2 students (20%) were in the very low category. The Wilcoxon test produced $Z = -2.809$ and an Asymp. Sig. (2-tailed) value of $0.005 < 0.05$; therefore, H_0 was rejected and H_a was accepted. The findings indicate that group guidance services using behavioristic techniques had a significant effect on reducing students' aggressive behavior.

Keywords: Aggressive Behavior, Group Guidance, Behavioristic Technique.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial. Pada tahap ini individu relatif mudah dipengaruhi lingkungan sehingga dapat menunjukkan perilaku yang kurang adaptif. Salah satu bentuk perilaku yang perlu mendapatkan perhatian di lingkungan sekolah adalah perilaku agresif. Perilaku agresif merupakan tindakan yang dilakukan dengan maksud menyakiti, mengganggu, atau memberikan dampak negatif kepada orang lain, baik secara fisik maupun melalui perilaku yang berkaitan dengan penggunaan kekuatan

Perilaku agresif pada siswa dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti memukul, menendang, mendorong, menggunakan kekuatan fisik ketika marah, membanting atau merusak barang, bertindak tanpa berpikir panjang, melakukan tindakan fisik ketika konflik, mengulangi tindakan agresif, serta melakukan tindakan fisik setelah mendapatkan provokasi. Kondisi tersebut berkaitan dengan kemampuan pengendalian diri dan pengelolaan emosi siswa. Hasil observasi awal penelitian di SMA Negeri 9 Kota Bengkulu menunjukkan adanya siswa yang terlibat perilaku seperti berkelahi, memukul, dan mengejek teman serta memiliki kemampuan pengendalian emosi yang masih rendah.

Perilaku agresif tidak muncul tanpa sebab. Faktor biologis, temperamen, pergaulan negatif, pola asuh orang tua, paparan tayangan kekerasan, serta cara individu mempersepsikan dan memproses kejadian sosial dapat menjadi pemicu. Lingkungan sosial yang tidak kondusif juga dapat memperkuat perilaku maladaptif. Karena itu, sekolah melalui layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu peserta didik memahami perilaku, mengelola emosi, serta mengembangkan cara penyelesaian masalah yang lebih positif

Layanan bimbingan kelompok memungkinkan sejumlah peserta didik memperoleh pemahaman dan pengalaman melalui dinamika kelompok. Melalui kegiatan tersebut siswa dapat berbagi pengalaman, menyampaikan pendapat, menerima masukan, dan belajar dari pengalaman anggota lain. Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok dipadukan dengan teknik behavioristik yang menekankan perubahan perilaku melalui interaksi dengan lingkungan, pembiasaan, penguatan, pemberian contoh, latihan, dan pengendalian respons terhadap situasi pemicu.

Teknik behavioristik digunakan karena perilaku dapat dipelajari dan diubah melalui proses yang terarah. Dalam pelaksanaannya, siswa dilatih mengenali pemicu perilaku agresif, mengontrol diri dan emosi, berpikir sebelum bertindak, serta merespons konflik tanpa kekerasan. Kegiatan dilakukan melalui diskusi, pemberian contoh, latihan pengendalian diri, simulasi, refleksi, dan penguatan positif. Pendekatan ini sejalan dengan temuan Salsabila Putri (2023) mengenai manfaat bimbingan kelompok dalam membantu siswa mengembangkan perilaku yang lebih efektif serta penelitian Putri (2025) yang menunjukkan penurunan perilaku agresif setelah layanan dengan pendekatan behavioristik.

Penelitian ini diarahkan untuk mengetahui perubahan tingkat perilaku agresif siswa sebelum dan sesudah layanan serta menguji pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik. Kebaruan penelitian terletak pada penerapan intervensi tersebut pada siswa kelas X.2 SMA Negeri 9 Kota Bengkulu dengan fokus pada perilaku agresif fisik. Berdasarkan tujuan tersebut, hipotesis penelitian adalah terdapat pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik terhadap perilaku agresif siswa kelas X.2 SMA Negeri 9 Kota Bengkulu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen one group pretest-posttest. Desain tersebut memberikan pengukuran awal (pretest), perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik, dan pengukuran akhir (posttest) pada kelompok yang sama. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 9 Kota Bengkulu pada semester 2 tahun 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X.2 yang berjumlah 25 siswa. Berdasarkan hasil pretest, 10 siswa yang menunjukkan tingkat perilaku agresif tinggi dipilih sebagai sampel menggunakan purposive sampling. Kriteria pemilihan didasarkan pada kebutuhan siswa terhadap layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik.

Data dikumpulkan menggunakan angket perilaku agresif dengan skala Likert. Instrumen memuat indikator perilaku agresif fisik, antara lain serangan fisik terhadap orang, kontak fisik bermuatan kemarahan, agresi fisik terhadap benda, impulsivitas agresif, pelanggaran fisik terhadap lingkungan atau orang lain, serangan fisik saat konflik, agresi fisik berulang, ancaman fisik yang diwujudkan, agresi fisik karena provokasi, dan agresi fisik untuk mendominasi. Uji validitas menunjukkan sebagian besar butir memenuhi kriteria dengan r hitung $> r$ tabel 0,35, sedangkan butir yang tidak valid dikeluarkan dari instrumen akhir.

Perlakuan diberikan melalui layanan bimbingan kelompok dengan tahapan pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Materi intervensi berfokus pada melatih kontrol diri, belajar mengontrol emosional, serta mengontrol tindakan fisik ketika menghadapi permasalahan. Pada kegiatan inti siswa berdiskusi mengenai pengalaman yang memicu kemarahan, memahami dampak perilaku agresif, melakukan latihan pengendalian diri seperti menarik napas dan menenangkan diri, serta melakukan simulasi penyelesaian masalah tanpa tindakan fisik.

Analisis data dilakukan dengan membandingkan hasil pretest dan posttest serta menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test melalui SPSS versi 27. Uji Wilcoxon dipilih untuk menguji perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan pada sampel penelitian. Keputusan pengujian didasarkan pada nilai Asymp. Sig. (2-tailed) dengan taraf signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. KONDISI PERILAKU AGRESIF SEBELUM PERLAKUAN

Hasil pretest terhadap 25 siswa kelas X.2 menunjukkan bahwa perilaku agresif siswa tersebar pada tiga kategori. Sebanyak 1 siswa (4%) berada pada kategori sangat tinggi, 9 siswa (36%) berada pada kategori tinggi, dan 15 siswa (60%) berada pada kategori sedang. Tidak terdapat siswa pada kategori rendah maupun sangat rendah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perilaku agresif masih menjadi persoalan yang perlu ditangani, terutama pada siswa yang berada pada kategori sangat tinggi dan tinggi.

Tingginya perilaku agresif dalam penelitian ini berkaitan dengan kecenderungan siswa menggunakan tindakan fisik ketika marah atau menghadapi konflik serta belum optimalnya kemampuan mengendalikan respons terhadap situasi yang memicu emosi. Kondisi tersebut memperkuat kebutuhan akan intervensi yang tidak hanya memberikan pemahaman, tetapi juga melatih siswa untuk mengubah respons perilaku secara langsung. Hal ini sesuai dengan indikator instrumen penelitian yang menekankan tindakan fisik, impulsivitas, konflik, pengulangan agresi, provokasi, dan dominasi.

Tabel 1. Distribusi Hasil Pretest Perilaku Agresif (n=25)

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat tinggi	1	4%
Tinggi	9	36%
Sedang	15	60%
Rendah	0	0%
Sangat rendah	0	0%
Jumlah	25	100%

Sumber: Data penelitian, 2026.

2. PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK BEHAVIORISTIK

Sebanyak 10 siswa yang berada pada kategori sangat tinggi dan tinggi ditetapkan sebagai sampel. Layanan diberikan dengan pendekatan kelompok agar siswa dapat memperoleh pengalaman belajar melalui interaksi, diskusi, dan umpan balik antaranggota. Tahapan kegiatan diawali dengan pembentukan kelompok dan pengenalan tujuan serta asas kegiatan, dilanjutkan tahap peralihan untuk memastikan kesiapan anggota, kemudian kegiatan inti dan pengakhiran.

Pertemuan layanan diarahkan pada tiga fokus utama. Pertama, siswa dilatih mengontrol diri untuk mengurangi perilaku agresif. Kedua, siswa belajar mengontrol emosional dengan mengenali penyebab munculnya emosi dan cara mengelolanya secara positif. Ketiga, siswa dilatih mengontrol tindakan fisik ketika menghadapi permasalahan melalui diskusi pengalaman, latihan menarik napas,

menenangkan diri, berpikir sebelum bertindak, serta simulasi merespons konflik tanpa kekerasan. Pada tahap akhir, konselor memberikan penguatan dan motivasi agar siswa menerapkan keterampilan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa anggota kelompok mampu menjawab pertanyaan mengenai pengendalian emosi dan pengurangan perilaku agresif, terlihat lebih tenang selama kegiatan, aktif berdiskusi, saling memberikan solusi, menyadari pentingnya kontrol diri, dan menunjukkan komitmen untuk mengurangi tindakan fisik ketika menghadapi masalah. Temuan proses tersebut memberikan gambaran bahwa intervensi tidak berhenti pada penyampaian materi, tetapi melibatkan latihan dan pengalaman langsung.

3. KONDISI PERILAKU AGRESIF SETELAH PERLAKUAN

Hasil posttest menunjukkan perubahan yang jelas pada 10 siswa sampel. Tidak ada lagi siswa yang berada pada kategori sangat tinggi, tinggi, maupun sedang. Sebanyak 8 siswa (80%) berada pada kategori rendah dan 2 siswa (20%) berada pada kategori sangat rendah. Skor posttest berkisar antara 103 sampai 156, lebih rendah dibandingkan skor pretest yang berada pada rentang 207 sampai 255.

Tabel 2. Perbandingan Skor Pretest dan Posttest Sampel

Responden	Pretest	Posttest	Penurunan
R1	209	103	106
R2	255	153	102
R3	207	105	102
R4	212	152	60
R5	209	154	55
R6	209	156	53
R7	208	155	53
R8	213	153	60
R9	209	151	58
R10	210	148	62

Sumber: Data penelitian, 2026.

4. PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK BEHAVIORISTIK

Pengujian hipotesis menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test menghasilkan nilai Z sebesar -2,809 dan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,005. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil daripada 0,05 ($0,005 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik terhadap perilaku agresif siswa kelas X.2 SMA Negeri 9 Kota Bengkulu.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon

Statistik	Nilai
Z	-2,809
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,005
Taraf signifikansi	0,05
Keputusan	H_0 ditolak; H_a diterima

Sumber: Output SPSS 27, data penelitian 2026.

PEMBAHASAN

Penurunan perilaku agresif setelah perlakuan menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik dapat membantu siswa mengubah respons ketika menghadapi situasi yang memicu kemarahan. Dinamika kelompok memberi ruang bagi siswa untuk mengungkapkan pengalaman, mendengarkan pengalaman anggota lain, memperoleh perspektif baru, dan mencoba strategi penyelesaian masalah yang lebih adaptif. Perubahan tersebut terlihat dari berpindahnya seluruh sampel dari kategori sangat tinggi dan tinggi pada pretest menjadi kategori rendah dan sangat rendah pada posttest.

Secara konseptual, hasil tersebut sejalan dengan pandangan bahwa perilaku merupakan sesuatu yang dapat dipelajari dan diubah melalui lingkungan serta pengalaman. Teknik behavioristik dalam penelitian ini diterapkan melalui pemberian contoh, latihan, simulasi, diskusi, dan penguatan. Siswa tidak hanya diminta memahami bahwa perilaku agresif berdampak negatif, tetapi juga dilatih untuk menghentikan respons impulsif, mengelola emosi, dan memilih tindakan yang tidak menggunakan kekerasan.

Temuan penelitian juga sejalan dengan penelitian Salsabila Putri (2023) yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat membantu mengurangi perilaku agresif melalui dinamika kelompok yang mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap. Hasil ini juga konsisten dengan Putri (2025) dan Iskandar dan Isba (2025) yang melaporkan adanya penurunan perilaku agresif setelah penerapan layanan atau pendekatan behavioristik.

Dengan demikian, keberhasilan intervensi dalam penelitian ini tidak hanya terlihat pada perubahan angka statistik, tetapi juga pada proses layanan. Anggota kelompok menunjukkan kemampuan memahami dampak perilaku agresif, mengontrol emosi, berpikir sebelum bertindak, dan menggunakan cara yang lebih positif ketika menghadapi masalah. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik dapat menjadi salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling untuk membantu menurunkan perilaku agresif siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif siswa kelas X.2 SMA Negeri 9 Kota Bengkulu sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik masih berada pada tingkat tinggi, yaitu 1 siswa (4%) kategori sangat tinggi dan 9 siswa (36%) kategori tinggi. Setelah diberikan layanan, seluruh siswa sampel mengalami penurunan tingkat perilaku agresif, dengan 8 siswa (80%) berada pada kategori rendah dan 2 siswa (20%) pada kategori sangat rendah. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $Z = -2,809$ dan Asymp. Sig. (2-tailed) = $0,005 < 0,05$, sehingga terdapat pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik behavioristik terhadap perilaku agresif siswa kelas X.2 SMA Negeri 9 Kota Bengkulu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, W., Rifani, E., & Prasetyo, A. (2023). Faktor-faktor penyebab perilaku agresif pada remaja: Studi literatur. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 4(1), 39–44.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Erlangga.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459.
- Corey, G. (2019). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Cengage Learning.
- Creswell, J. W. (2021). *Research design: Pendekatan metode kualitatif, kuantitatif, dan campuran*. Pustaka Pelajar.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2015). *Psikologi sosial*. UMM Press.
- Ferdiansa, G., & Neviyarni. (2020). Analisis perilaku agresif siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5(2), 8–12.
- Iskandar, I., & Isba, H. N. (2025). Pengaruh konseling individual menggunakan teknik behavioral terhadap perilaku agresif pada remaja di lingkungan sosial.
- Latipun. (2006). *Psikologi konseling*. UMM Press.
- Pradana. (2020). *Pengertian layanan bimbingan kelompok dalam bimbingan dan konseling*.

- Prayitno. (2017). Layanan bimbingan dan konseling kelompok. Universitas Negeri Padang Press.
- Putri, N. I. (2025). Pengaruh layanan bimbingan individu dengan pendekatan behavioristik terhadap perilaku agresif siswa kelas XI SMK Dwija Praja Pekalongan.
- Putri, S. (2023). Pengaruh layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif pada siswa di SMP N 16 Kota Jambi.
- Putri, S. (2019). Penelitian tentang perilaku agresif remaja.
- Sugiyono. (2021). Metode penelitian kuantitatif. Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. Alfabeta.
- Suryani. (2017). Pengertian bimbingan kelompok sebagai aktivitas kelompok untuk membantu individu mengatasi masalah.
- Wibowo, M. E., dkk. (2019). Tujuan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kemampuan sosial dan komunikasi peserta didik.
- Willis, S. S. (2019). Konseling individual: Teori dan praktik. Alfabeta.