

Efektifitas Layanan Konseling Individual dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa Agresif Negatif

Siti Salma Susi Santi¹, Tohirin²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email. sitisalmasusisanti193@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian *Pre-Eksperimental Design* dengan jenis *One Group Pre-test Post-test Disign*. bertujuan untuk mengetahui efektifitas layanan konseling individual dalam meningkatkan *self control* siswa agresif negatif dan mengetahui *self control* siswa agresif negatif di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Reteh Kabupaten Indragiri Hilir. Penelitian ini dilakukan terhadap siswa SMP Negeri 1 Reteh Kabupaten Indragiri Hilir, dengan populasi sebanyak 30 siswa. Jumlah Subjek penelitian ini adalah siswa agresif negatif yang berjumlah 10 orang siswa yang merupakan penelitian sampel dengan mengambil sebagian dari populasi sebagai subjek penelitian. Instrument yang digunakan skala likert. Uji validitas menggunakan SPSS Versi 17. Analisis data, peneliti menggunakan uji Wilcoxon's (*Signed Ranks Test*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self control* siswa sebelum diberikan layanan konseling individual berada pada kategori sedang dengan rata-rata 57.8 dan setelah diberikan layanan konseling individual tentang *self control* siswa mengalami peningkatan menjadi kategori tinggi dengan rata-rata 80.1, Jadi dapat disimpulkan layanan konseling individual efektif untuk meningkatkan *self control* siswa agresif negatif yang dilihat dari hasil analisis data $0.005 < 0.05$, sehingga H_0 ditolak.

Kata Kunci: *Efektifitas, Konseling Individual, Self Control Siswa Agresif Negatif*

The Effectiveness Of Individual Counseling Service In Increasing Self-Control Of Negative Aggressive Students

Siti Salma Susi Santi¹, Tohirin²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email. sitisalmasusisanti193@gmail.com

Abstract

This research was a *pre-experimental design* with the *one group pre-test post-test design*. It aimed at knowing the effectiveness of individual counseling service in increasing *self-control* of negative aggressive students and knowing *self-control* of negative aggressive students at State Junior High School 1 Reteh, Indragiri Hilir Regency. This research was administered at State Junior High School 1 Reteh, Indragiri Hilir Regency. Population of this research were thirty students. The subjects of this research were teen negative aggressive students as the sample of the population. Scale likert was instrument. The validity test by using wilcoxon's test (*signed rank test*). The research findings shows that students *self-control* before giving individual counseling service was on "medium" category, the mean score was 57.8. It was increasing after giving individual counseling service was on "high" category, the mean score was 80.1, So, it could be concluded that individual counseling service effective in increasing *self-control* of negative aggressive students. It could be seen from the data analysis was $0.005 < 0.05$, so that H_0 was rejected.

Keywords: *Effectiveness, Individual Counseling, Self-Control of Negative Aggressive Students*

Pendahuluan

Self control ialah kemampuan individu dalam menahan diri dari stimulus yang dapat mempengaruhi efektifitas seseorang (AT, 2006). pengendalian diri merupakan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk meyakinkan perilaku yang telah disusun guna meningkatkan hasil dan tujuan tertentu sebagaimana yang diinginkan (Thalib, 2010). Kontrol diri menekankan kepada menunda kepuasan sesaat (Nurihsan, 2009). Siswa yang memiliki kemampuan kontrol diri atau *Self Control* tinggi akan mampu membuat keputusan dan mengambil langkah tindakan yang efektif untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan. Surya menambahkan fungsi *self control* mengatur kekuatan dorongan yang menjadi inti tingkat kesanggupan, keinginan, keyakinan dan emosi yang ada dalam diri seseorang (Majid, 2012). Inilah fungsi dari konseling individual didalam bimbingan konseling dalam membantu siswa agar mampu menjaga diri dari godaan dan penyimpangan (Asmani, 2010). Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari lingkungan (Pradina, 2017).

Individu yang memiliki *Self-control* rendah, akan mudah untuk berperilaku menyimpang yang nantinya berwujud pada perilaku agresif (Suryatri, 2015). perilaku agresif yang menyebabkan timbulnya perilaku yang dimaksudkan untuk melukai orang lain baik secara fisik maupun psikis (Rahman, 2013). memiliki ambisi yang berlebihan untuk memaksakan kehendaknya yang dapat menimbulkan konflik dan permusuhan. Merupakan peran guru bimbingan konseling kepada siswa yang mengalami kesulitan-kesulitan, yang tidak dapat diselesaikan sendiri, dan membutuhkan pertolongan dari guru bimbingan konseling (Amin, 2010). Konseling individual memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan tatap muka secara perorangan dengan guru pembimbing dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah pribadi yang dideritanya. Peranan kontrol diri ini sangat penting dalam pembentukan perilaku remaja, dimana jika remaja memiliki kontrol diri yang baik maka remaja akan dapat membentengi diri dari pengaruh buruk, sedangkan remaja yang mempunyai kontrol diri yang lemah maka mereka akan mudah untuk berperilaku menyimpang yang nantinya berwujud pada perilaku agresif.

Layanan konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dan seorang konseli. Layanan konseling individual dirasa paling tepat dan efektif dalam meningkatkan *self control* siswa yang agresif negatif. yang memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan tatap muka secara perorangan dengan guru pembimbing dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah pribadi yang dideritanya (Aqib, 2012).

Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Reteh merupakan sekolah yang telah menetapkan program bimbingan dan konseling sebagai sesuatu yang sangat penting. Merupakan penanganan efektif memberikan gambaran tentang “apanya” dari individu yang perlu dipahami, yang terus menerus perlu dibuktikan dan diuji serta dikembangkan teknik-teknik pemahaman individu (Ridwan, 2008). di dalam sekolah, terdapat satu orang guru bimbingan dan konseling yang bertanggung jawab untuk mengarahkan siswa menjadi siswa yang baik dan menjadi pribadi yang mandiri. Akan tetapi masih ada siswa yang mengalami masalah tentang pengendalian diri *self control* sehingga sedikit banyaknya dapat mempengaruhi efektifitasnya.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, peneliti menemukan gejala-gejala yang pertama, masih ada sebagian siswa yang tidak bisa mengendalikan diri untuk mengejek temannya. Kedua, masih ada sebagian siswa yang tidak dapat mengendalikan diri sehingga berkelahi. Ketiga, masih ada sebagian siswa yang bersikap tidak sopan merusak

benda milik temannya. masih ada sebagian siswa yang memaksa untuk memiliki benda milik temannya yang bukan miliknya. Yang terakhir, masih ada sebagian siswa yang bersikap tidak baik kepada guru dengan tidak mematuhi guru. Dengan banyaknya masalah dimaksudkan pembahasannya dapat mengenai sasaran dan tidak mengambang, maka peneliti membatasi masalah pada “Efektifitas Layanan Konseling Individual Dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa Agresif Negatif Disekolah Menengah Pertama Negeri 1 Reteh Kabupaten Indragiri Hilir”.

Metode Penelitian

Lokasi penelitian ini di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Reteh Kabupaten Indragiri Hilir. Dimulai pada bulan juli sampai dengan agustus 2017. Jenis penelitian yang Penulis gunakan yakni menggunakan jenis penelitian *Pre-Eksperimental Design* dengan jenis *One Group Pre-test Post-test Disign*. Instrument yang digunakan skala likert. Uji validitas menggunakan SPSS *versi 17*. Adapun untuk analisis data, peneliti menggunakan uji *Wilcoxon's (Signey Ranks Test)*. dalam penelitian ini pengumpulan data dengan menggunakan angket dan dokumentasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 orang, jumlah subjek penelitian ini adalah berjumlah 10 orang siswa yang merupakan penelitian sampel dengan mengambil sebagian dari populasi sebagai subjek penelitian.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian yang dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Reteh Kabupaten Indragiri hilir yang bertujuan untuk mendapatkan data tentang Efektifitas Layanan Konseling Individual Dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa Agresif . Untuk menentukan nilai r_{tabel} digunakan rumus $df = N - 2$ ($30 - 2 = 28$). Dengan nilai signifikan 1%, maka r_{tabel} dalam uji validitas ini adalah sebesar 0,463. Hasil dari uji validitas data angket *self control* siswa agresif negatif sebanyak sebanyak 21 item pernyataan yang valid dan terdapat 3 item pernyataan yang tidak valid karna dinilai $r_{hitung} < r_{tabel}$.

Tabel. 1
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Item Pertanyaan	Cronbach Alpha	Kesimpulan
<i>Self control</i>	21	0,913	Reliabel

Sumber: Data Olahan, 2019

Tabel. 2
Interpretasi Nilai R

No	Besar Nilai r	Interpretasi
1	0,8 – 1,0	Tinggi
2	0,6 – 0,8	Cukup
3	0,4 – 0,6	Agak Rendah
4	0,2 – 0,4	Rendah
5	0,00 – 0,2	Sangat Rendah

Sumber: (Sugiyono, 2014)

Peneliti menggunakan teknik korelasi *cronbach* alpha sebesar 0,913 yang artinya lebih besar dari pada 0,60. hasil uji tersebut maka dapat diketahui bahwa reliabilitas instrumen yang digunakan sebesar 0,913 rentang 0,8 sampai dengan 1,0 termasuk kedalam kategori tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrument dapat dikatakan reliable dan dapat digunakan untuk mengumpulkan data di lapangan.

Dari rekapitulasi angket tingkat *self control* siswa agresif negatif, nilai rata-rata sebelum perlakuan (*pre-test*) adalah 57.80 dan nilai rata-rata setelah diberikan perlakuan (*post-test*) adalah 80.10. ini menunjukkan bahwa *self control* siswa agresif negatif mengalami peningkatan.

Untuk mengetahui la yanan konseling individual efektif dalam meningkatkan *self control* siswa agresif negatif, yakni dengan menggunakan uji *wilcoson's* dengan rumus z untuk sampel ($N \leq 30$). Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut (Hartono, 2008)

$$Z = \frac{T - \left[\frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N+1)(2N+1)}}$$

Keterangan:

N = banyak data yang berubah setelah diberi perlakuan berbeda berbeda.

T = jumlah rangking dari nilai selisih yang negatif (apabila banyak selisih yang positif lebih banyak dari selisih negatif).

Tabel.3
Arah Perbedaan Pre-Test dan Post-Test dalam meningkatkan Self-Control Siswa Agresif Negatif

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Test	Positive Ranks	10 ^b	5.50	55.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

Sumber: *Data Olahan, 2019*

Dari tabel.3 terlihat dari 10 subjek penelitian mengalami penurunan tingkat agresif negatif sisw setelah diberikan layanan konseling individual hal itu dilihat pada *positif ranks*, sedangkan *mean rank* peringkat rata-rata adalah 5.50 dan *sum of rank* (jumlah dari peringkat) adalah 55.00.

Uji *wilcoxon's* terhadap data *pre-test* dan *post-tes*. Adapun hipotesis yang diuji dalam penelitian ini adalah.

1. $H_0 = (Asym.Sig) > \alpha 0.05$

2. $H_a = (Asym.Sig) < \alpha 0.05$

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menganalisis hasil uji *Wilcoxon's* terhadap data *pre-test* dan *post-test*. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel.4
Hasil Uji *wilcoxon signed ranks pre-tes dan pos-test self control* siswa
Test Statistic^b

	Post Test – Pre Test
Z	-2.805 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

Sumber: Data Olahan 2019

Berdasarkan tabel.4 diperoleh angka probabilitas *Asymp. Sig (2-tailed) self control* siswa subjek penelitian saat sebelum dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 0.005, dengan demikian H_a diterima karena $0.005 < 0.05$, sehingga dapat dikatakan layanan Konseling individual efektif untuk meningkatkan *Self-Control* siswa yang agresif negatif di SMPN 1 Reteh Kabupaten Indragiri Hilir.

Kesimpulan

Berdasarkan data atau hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan pada halaman-halaman sebelumnya sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa *Self-Control* siswa yang agresif negatif sebelum diberikan perlakuan dengan layanan konseling individual secara rata-rata berada dikategori sedang yaitu sebesar 57.8 dan *Self-Control* siswa agresif negatif setelah diberikan perlakuan yaitu layanan konseling individual mengalami peningkatan yang awalnya berada pada kategori sedang menjadi berada pada kategori tinggi dengan rata-rata 80.1. sedangkan dari Hasil uji *wilcoxon's* terdapat data *pre test* dan *post tes* diperoleh angka probabilitas *Asymp. Sig (2-tailed) self control* siswa agresif negatif saat sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individual sebesar $0.005 < 0.05$, sehingga dapat dikatakan layanan konseling individual efektif untuk meningkatkan *self control* siswa agresif negatif di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Reteh Kabupaten Indragiri Hilir.

Daftar Pustaka

- Amin, S. M. (2010). *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Aqib, Z. (2012). *Iktisar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Yrama Widya.
- Asmani, J. M. (2010). *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press.
- AT, A. M. (2006). *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Hartono, J. (2008). *Teori Porfolio dan Analisis Investasi. Edisi Kelima*. Yogyakarta: BPFE.
- Majid, A. N. (2012). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Procrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa FTIK. *jurusan PAI A angkatan 2012 IAIN Salatiga*, <http://erepositori.perpus.iainsalatiga.ac.id/1636/1/ahklis1.pdf>.
- Nurihsan, A. J. (2009). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Pradina, T. (2017). Hubungan Antara Pengendalian Diri(self control) dengan Kematangan Emosi . *Siswa Kelas XI di SMK Pelayaran Hangtuh Kediri*, Sim.ki.unp.kediri.ac.id/mahasiswa/file-artikel/2017/12.1.01.0029.pdf.
- Rahman, A. A. (2013). *Psikogi Sosial Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik*. Jakarta: Pt. Raja Grafindo Persada.
- Ridwan. (2008). *Penanganan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suryatri. (2015). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif Remaja. *Skripsi Psikologi UIN Suska* , repository.uin-suska.ac.id.
- Thalib, S. B. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.