

## KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PADA SANTRI (STUDI KASUS KLIEN "A" YANG MENJADI KORBAN *BROKEN HOME*)

**Zahwa Juhi\***

Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas  
Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

[juhi.zahwa@gmail.com](mailto:juhi.zahwa@gmail.com)

**Zhila Janati**

Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas  
Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

**Kommaruddin**

Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas  
Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

### **ABSTRACT**

*Aggressive behavior is an action taken by an individual intentionally to injure or harm another person physically or verbally. This study aims to describe the aggressive behavior of client "A", determine the factors that cause aggressive behavior of client "A", determine the application of individual counseling with self-management techniques to reduce aggressive behavior on client "A" who is a victim of a broken home. , and to find out the description of aggressive behavior in client "A" who was a victim of a broken home after applying individual counseling with self-management techniques. This type of research is field research, this research approach is qualitative with the case study method. The subjects of this study were client "A", friends of client "A" and administrators of the girls' dormitory. Data collection techniques used are observation, interviews and documentation. While the data analysis techniques used are pattern matchmaking, data explanation and time series analysis. The results showed that the description of aggressive behavior experienced by client "A" prior to individual counseling with self-management techniques was that he often ran away from responsibility to himself, students and friends, did not like to socialize, often broke promises or often lied. likes to be praised and cared for, has no awareness of teamwork, likes torturing plants and small animals and often starts fights. There are factors that influence the aggressive behavior of client "A" namely personal conditions, conflicts in the family, community and school environment. The application of individual counseling with self-management techniques is carried out in three stages, namely the initial stage of counseling, the middle stage and the final stage of counseling. The description of aggressive behavior of client "A" after applying individual counseling with self-management techniques experienced a change in behavior where client "A" felt more directed and had goals in living life, and tried to be able to reduce, control and regulate behavior in terms of emotions, speech and action.*

**Keywords:** *Individual Counseling, Aggressive Behavior, Self-Management Techniques*

### **ABSTRAK**

Perilaku agresif merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh seorang individu secara sengaja untuk melukai atau menyakiti orang lain secara fisik ataupun verbal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku agresif klien "A", mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku agresif klien "A", mengetahui penerapan konseling individu dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku agresif pada klien "A" yang menjadi korban *broken home*, dan untuk mengetahui gambaran perilaku agresif pada klien "A" yang menjadi korban *broken home* setelah diterapkan konseling

individu dengan teknik *self-management*. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan, pendekatan penelitian ini adalah kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian ini yaitu klien "A", teman klien "A" dan pengurus asrama putri. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan yaitu perbandingan pola, eksplanasi data dan analisis deret waktu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran perilaku agresif yang dialami oleh klien "A" sebelum dilakukannya konseling individu dengan teknik *self-management* adalah sering melarikan diri dari tanggung jawab kepada diri sendiri, peserta didik maupun teman, tidak suka bergaul, sering ingkar janji atau sering berbohong, senang dipuji dan diperhatikan, tidak memiliki kesadaran dalam bekerja sama, suka menyiksa tumbuhan dan hewan kecil dan sering memulai perkelahian. Terdapat faktor yang mempengaruhi perilaku agresif klien "A" yaitu kondisi pribadi, adanya konflik dalam keluarga, lingkungan masyarakat dan sekolah. Penerapan konseling individu dengan teknik *self-management* dilakukan dengan tiga tahap yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan dan tahap akhir konseling. Gambaran perilaku agresif klien "A" setelah diterapkan konseling individu dengan teknik *self-management* mengalami perubahan perilaku dimana klien "A" merasa lebih terarah dan memiliki tujuan dalam menjalani hidup, serta berusaha untuk dapat mengurangi, mengontrol dan mengatur perilaku dari segi emosi, ucapan maupun tindakan.

**Kata Kunci:** Konseling Individu, Perilaku Agresif, Teknik Self-Management.

## PENDAHULUAN

Keluarga adalah lingkungan pertama dalam pembentukan karakter anak. Keluarga memiliki peran penting dalam mempengaruhi perilaku dan perkembangan anak. Dalam keluarga, orangtua berperan dalam pertumbuhan anak sejak bayi hingga dewasa. Kondisi keluarga yang harmonis atau bahagia akan memberikan pengaruh positif pada anak. Namun sebaliknya, kondisi keluarga yang buruk akan memberikan pengaruh negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Menurut Friedman, keluarga adalah sekumpulan orang yang tinggal bersama dalam satu rumah yang dihubungkan dengan suatu ikatan aturan dan emosional serta setiap individunya memiliki peran masing-masing yang merupakan bagian dari keluarga. Keluarga merupakan suatu ikatan hidup yang dibentuk karena terjadinya ikatan perkawinan atau pernikahan yang terdiri dari ayah/suami, ibu/istri dan anak, yang di mana orang tua dan anak tinggal dalam satu atap atau rumah, serta setiap anggota keluarga menjalankan perannya masing-masing. Keluarga juga menjadi tempat pertama bagi anak belajar dalam bertindak melakukan segala sesuatu, membentuk hubungan interaksi sosial anak dan tempat anak belajar dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Dalam hal ini, orangtua berupaya dalam perkembangan fisik, psikis atau mental, emosional serta keadaan sosial anak di tengah masyarakat.

Keluarga yang harmonis atau bahagia adalah keluarga yang mampu menciptakan suasana yang aman, nyaman dan tentram bagi anggota keluarganya. Menurut Gunarsa dan Gunarsa, suasana keluarga yang harmonis ditandai dengan adanya keakraban, saling pengertian, persahabatan, toleransi dan saling menghargai. Anggota keluarga yang utuh akan menciptakan keharmonisan dalam keluarganya, yang terdiri dari ayah, ibu dan anak. Kondisi keluarga yang harmonis di mana terjalinnya cinta, kasih sayang, dukungan antar keluarga,

waktu bersama antar anggota keluarga dan adanya komunikasi yang baik antar anggota keluarganya.

Seiring berjalannya waktu, kehidupan berkeluarga tidak selalu berjalan dengan baik, banyak keluarga yang mengalami berbagai tantangan dan tekanan, baik dari luar atau dari dalam dirinya. Menurut Dwyer, konflik dalam sebuah hubungan antar individu merupakan sesuatu yang tidak dapat dihindari, karena semakin tinggi saling ketergantungan maka semakin meningkat juga kemungkinan terjadinya konflik. Konflik ini dapat terjadi karena kondisi ekonomi, hadirnya orang ketiga, mertua yang ikut campur dalam masalah keluarga dan anak yang merasa kurang kasih sayang. Masalah tersebut dapat membuat keluarga tidak harmonis dan tidak utuh lagi. Kondisi yang demikian dapat disebut dengan istilah keluarga yang *broken home*.

Istilah *broken home* sering digunakan untuk menggambarkan keluarga yang berantakan akibat kedua orang tua yang tidak lagi peduli dan memperhatikan kondisi serta keadaan keluarga di rumah. Orang tua juga tidak perhatian terhadap anak-anaknya, baik masalah di rumah, di sekolah hingga pada perkembangan pergaulan anak di tengah masyarakat. *Broken home* merupakan suatu kondisi keluarga yang mengalami perpecahan atau keluarga yang tidak harmonis karena tidak ada rasa cinta dan sayang, serta tidak ada kebaikan dalam suatu keluarga. Orang tua juga kurang memperhatikan perkembangan anak, baik ketika anak berada di rumah, di sekolah dan pergaulan sosial anak dengan teman dan lingkungannya. Kondisi ini akan menyebabkan hubungan orang tua dan anak menjadi renggang atau tidak erat lagi.

*Broken home* yang terjadi didalam keluarga akan dapat memberikan pengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak, baik perkembangan fisik maupun psikis anak. Dampak tersebut anak akan berubah sikap dengan sendirinya seperti frustrasi, suka menyendiri, perasaan marah dan kecewa, putus asa, kurang motivasi, merasa tidak aman atau merasa takut, perubahan emosional dan sulit untuk terbuka dengan lingkungan di sekitarnya. Akibat dari keluarga *broken home* ini memberikan pengaruh buruk, seperti mudah stress, tekanan, perubahan fisik serta mental, dan hal ini juga dapat dialami oleh semua anggota keluarga, baik orang tua dan anak-anak. Keluarga *broken home* dapat berdampak pada psikologis anak baik ketika ia berada di rumah maupun ketika berada di sekolah. Dampak yang terjadi akibat dari anak yang menjadi korban *broken home* yang sering ditemui di sekolah seperti, membolos, sikap emosional, lebih sensitif, sulit beradaptasi, malas belajar dan perilaku agresif. Anak yang menjadi korban *broken home* akan menyebabkan perilaku negatif karena kondisi mental dan jiwa dari anak tersebut mudah dipengaruhi oleh hal-hal dan pikiran negatif. Adapun salah satu perilaku negatif yang dapat disebabkan oleh keluarga yang *broken home* adalah perilaku agresif.

## **METODE PENELITIAN**

Metodologi penelitian merupakan suatu pendekatan sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan keseluruhan kegiatan dalam penelitian. Permasalahan atau pertanyaan penelitian ini dapat diselesaikan dengan pendekatan metodologis tertentu. Metodologi penelitian ini mempelajari bagaimana proses dan tahapan dalam suatu kegiatan penelitian.

### **Pendekatan Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Henink, penelitian kualitatif merupakan suatu pendekatan yang mengizinkan peneliti untuk mengamati

pengalaman secara mendetail atau mendalam, dengan menggunakan metode yang spesifik seperti wawancara, observasi, analisis isi, metode virtual dan sejarah hidup atau biografis seseorang. Pendekatan kualitatif digunakan untuk memahami keadaan yang dialami oleh klien secara menyeluruh seperti perilaku dan persepsi atau pandangan klien yang dideskripsikan dalam bentuk kata-kata. Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan pengamatan dengan cara mengumpulkan informasi secara langsung ke lapangan atau tempat penelitian.

### **Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Menurut Djumhur, studi kasus merupakan suatu teknik mempelajari individu secara mendalam untuk membantunya memperoleh penyesuaian diri yang lebih baik. Sedangkan menurut Sukardi, studi kasus merupakan suatu metode atau cara pengumpulan data yang bersifat *integrative* dan *komprehensif*.

### **Data dan Sumber Data**

Adapun jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

#### **Data Primer**

Data primer adalah sumber data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya (Sandu Siyoto & Muhammad Ali Sodik, 2015). Dalam penelitian ini, sumber data primer diperoleh dari hasil wawancara pada santri yaitu klien "A" yang menjadi korban *broken home*.

#### **Data Sekunder**

Data sekunder adalah sumber data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti dari berbagai sumber yang telah ada (peneliti sebagai tangan kedua) (Sandu Siyoto & Muhammad Ali Sodik, 2015). Dalam penelitian ini, sumber data sekunder yang digunakan yaitu seperti buku, jurnal, skripsi, dan karya ilmiah yang berkaitan dengan penelitian ini. Selain itu, sumber data sekunder diperoleh dari teman klien "A" dan pengurus asrama putri.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah:

#### **Observasi**

Menurut Sugiyono, observasi adalah sebuah pengamatan dan pencatatan yang dilakukan dengan cara sistematis pada gejala-gejala yang tampak di objek penelitian. Peneliti melakukan pengamatan peristiwa dalam observasi dan pengamatan tersebut diamati secara langsung (Sugiyono, 2019). Observasi merupakan teknik pengumpulan data supaya memperoleh informasi dengan pengamatan langsung terhadap kegiatan serta perilaku santri. Dalam penelitian ini, observasi ini dilakukan untuk memperoleh data mengenai konseling individu dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku agresif pada klien "A" yang menjadi korban *broken home*.

#### **Wawancara**

Menurut Moleong, wawancara adalah suatu interaksi yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewee*) yang

memberikan jawaban atas pertanyaan. Wawancara merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi penelitian. Dalam penelitian ini, wawancara yang dilakukan oleh peneliti digunakan untuk mendapatkan informasi lebih mendalam mengenai permasalahan yang dialami oleh santri dengan menerapkan konseling individu dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku agresif pada klien “A” yang menjadi korban *broken home*.

### **Dokumentasi**

Menurut Hikmawati, dokumentasi adalah suatu catatan peristiwa yang sudah berlalu yang berbentuk gambar, tulisan atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumentasi dapat ditujukan untuk memperoleh data secara langsung dari tempat penelitian. Dokumentasi yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu berupa foto pada saat peneliti melakukan kegiatan penelitian.

### **Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Al-Islam Kemuja. Lokasi Penelitian ini terletak di Desa Kemuja, Kecamatan Mendo Barat, Kabupaten Bangka, Kepulauan Bangka Belitung.

### **Teknik Analisis Data**

Analisis data merupakan proses menganalisis data-data yang telah terkumpul. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam analisis data selama di lapangan menggunakan model Yin. Analisis data yang dijelaskan oleh Yin yaitu terdapat tiga teknik analisis data, yaitu: Perjodohan Pola

Perjodohan pola adalah teknik dengan menggunakan logika perjodohan pola. Logika ini membandingkan pola yang didasarkan atas data empirik dengan pola yang diprediksikan (atau dengan beberapa prediksi alternatif). Jika kedua pola ini terdapat persamaan, maka hasilnya akan dapat menguatkan validitas internal studi kasus yang bersangkutan.

#### **Eksplanasi Data**

Suatu cara atau strategi analisis yang menjelaskan suatu fenomena, yaitu mencari hubungan fenomena dengan fenomena lainnya. Selanjutnya hubungan tersebut diinterpretasikan dengan gagasan yang bersumber dari literatur, yang bertujuan untuk menganalisis data studi kasus dengan cara membuat suatu eksplanasi tentang kasus yang bersangkutan.

#### **Analisis Deret Waktu**

Deret waktu dimungkinkan hanya ada satu variabel tunggal dependen atau independen. Dalam hal ini, yang banyak digunakan untuk studi kasus yang menggunakan pendekatan eksperimen dan kuasi eksperimen.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pondok Pesantren Al-Islam Kemuja diperkirakan berdiri pada tahun 1930-an atau awal abad ke 20 Masehi. Cikal bakal berdirinya berawal dari kegiatan pengajian (Kitab Kuning) dari rumah ke rumah guru ngaji. Berdasarkan fakta sejarah, pengajian tersebut berlangsung di Desa

Kemuja, dari daerah Katon kemudian pindah ke Kampung Baru. Guru-guru tersebut sebelumnya lama menetap (naon) di Mekkah pasca ibadah haji.

Begitu banyak putra Desa Kemuja yang melakukan naon dan kemudian mengamalkan ilmu mereka ditanah kelahiran yaitu, KH. Abdurrasyid, KH. Adam (1956-1965), KH. Yunus, KH. Derasak dan KH. Abdus Somad, mereka adalah tokoh yang menggagas pembangunan sekolah agama di Desa Kemuja.

Berkaitan dengan semangat pendirian Pondok Pesantren Al-Islam, beberapa tokoh kharismatik putra Kemuja yaitu, KH. Abdurrasyid, KH. Adam, KH. Abdus Somad, KH. Ahmad bin H. Ladi, KH. Ahmad bin Abu Bakar, KH. Azhari, KH. Sanusi, KH. Mahrob bin H. Aban, KH. Junaidi bin H. Mad. Amin dan KH. Abdul Latif dan lainnya. Di pulau Bangka, mereka lebih diapresiasi sebagai guru (ulama atau yang dituakan), karena mereka sangat kompeten atau ahli dalam bidang ilmu agama Islam, kekuatan kepribadian dan integritas diri mereka memberikan sentuhan tersendiri bagi masyarakat Kemuja dan sekitarnya, khususnya bagi penguatan ruh (jiwa) dan tradisi kepesantrenan Pondok Pesantren Al-Islam Kemuja.

Kegiatan pengajian (sekolah agama) awalnya berlangsung di beberapa rumah pribadi, yaitu rumah kosong Akek Umar di Katon selama 5 tahun (masa penjajahan Jepang), rumah Amang Aser (H. Tajo) dari tahun 1948-1952. Kemudian pindah kegedung dua tingkat dibengkel tahun 1952-1960. Pendidikan agama tersebut juga disebut “sekolah Arab”. Terbentuk juga saat itu Diniyah Istimewa berlangsung dari tahun 1962-1964 yang dikepalai oleh KH. Abdus Somad. Materi pelajarannya adalah tauhid dan fiqih (ilmu ibadah dan amalan), nahwu dan sharaf (ilmu alat), ilmu balaghah, ilmu tafsir dan hadits. Pengorbanan dan ketulusan para pendahulu yang kemudian menginspirasi pendirian Pondok Pesantren di Desa Kemuja.

Dari tahun ke tahun suasana Desa Kemuja bertambah maju, diantaranya pendirian beberapa lembaga pendidikan. Pertama, Madrasah Ibtidaiyah yang sebelumnya bernama Al-Khairiyah berdiri pada tahun 1968 yang didirikan oleh Ilyas Ya’kub dengan maksud memfasilitasi putra putri Desa Kemuja agar dapat memperoleh ijazah setelah tamat dan dapat meneruskan pendidikan ke jenjang berikutnya. Kedua, pada tahun 1976 berdirilah Madrasah Tsanawiyah yang dikepalai oleh Zaman Zahri. Kemudian pada tanggal 25 Mei 1976 kedatangan Drs. H. Sanusi dijadikan sebagai deklarasi beberapa lembaga agama di Desa Kemuja menjadi Pondok Pesantren Al-Islam Kemuja. Ketiga, pada tahun 1982 berdirilah Madrasah Aliyah yang dikepalai oleh Sugiono, BA., dengan maksud diharapkan masyarakat Desa Kemuja dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Pada tahun 2005 Pondok Pesantren menjadi lembaga pendidikan yang bernaung dibawah Kementerian Agama RI.

Agar terarah sesuai dengan harapan masyarakat, Pondok Pesantren Al-Islam Kemuja memiliki visi yaitu “Mencetak santri yang berakhlak mulia atau terpuji (*Al-Akblaaq Al-Kariimah* atau *Al-Akblaaq Al-Manmuudab*), berwawasan luas, berilmu, beramal dan bertaqwa menuju keridhaan Allah SWT. (*‘alaa Mardbaatillaah*)”.

Adapun misi yang telah dirumuskan oleh para pendahulu, yaitu:

1. Mencerdaskan kehidupan bangsa dalam rangka membentuk pendidikan yang berkesinambungan (*long-life education*)

2. Meningkatkan kualitas pendidikan dalam rangka mewujudkan sumber daya manusia yang berakhlak mulia, berilmu, cakap, mandiri dan komunikatif
3. Melahirkan generasi Islam yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT. dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggungjawab

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di lapangan terhadap klien "A" mengenai gambaran perilaku agresif pada klien "A" dari berbagai aspek dapat diketahui yaitu pada aspek cenderung melarikan diri dari tanggung jawab, baik tanggung jawab diri sendiri, peserta didik maupun sebagai teman, klien "A" sering tidak menjaga kebersihan dan kesehatan dirinya sendiri, sering bolos, sering mengabaikan tugas yang diberikan oleh guru dan sering melamun didalam kelas serta tidak ingin membantu teman yang sedang susah, tidak ingin menasehati teman yang membuat kesalahan dan memberikan respon yang tidak baik jika teman bercerita. Pada aspek tidak suka bergaul dengan teman-temannya, klien "A" tidak suka jika teman bercanda yang membawa masalah keluarga, sering berkata kasar dan dengan suara yang keras, memanggil teman dengan sebutan yang jelek dan jarang tersenyum jika tidak suka atau kesal. Pada aspek suka berbohong, klien "A" sering ingkar janji dan sering berbohong kepada teman maupun ustadzah. Pada aspek sangat suka dipuji dan selalu ingin diperhatikan, klien "A" senang dipuji karena bisa pencak silat dan suka dipuji yang berkaitan dengan fisik terutama wajah, suka mengejek teman dan membuat kegaduhan di kelas serta sangat ingin diperhatikan penampilannya. Pada aspek tidak memiliki inisiatif untuk bekerja sama dengan teman-teman, klien "A" tidak memiliki keinginan dan kesadaran dalam mengerjakan tugas atau kerja kelompok dan lebih sering mengobrol. Pada aspek suka menyiksa tumbuhan dan binatang, klien "A" suka merusak tumbuhan, bunga dan mengambil buah-buahan orang dengan sembarangan serta menyiksa binatang dengan batu atau kayu dan suka membunuh hewan kecil. Sedangkan pada aspek sering memulai perkelahian, klien "A" sering menantang orang lain dan sering membuat hal yang tidak suka orang lain untuk memulai perkelahian.

### **Faktor Penyebab Perilaku Agresif Pada Klien "A"**

Adapun faktor-faktor yang menjadi pengaruh perilaku agresif pada klien "A" yaitu terbagi menjadi dua faktor, faktor internal dan eksternal. Faktor internal pada klien "A" disebabkan karena lemahnya kontrol diri terhadap pengaruh lingkungan dan klien "A" juga tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Sedangkan dari faktor eksternal berasal dari lingkungan rumah atau keluarga, lingkungan masyarakat dan lingkungan sekolah. Lingkungan rumah atau keluarga disebabkan karena kurangnya kasih sayang dan perhatian dari orang tua, keadaan ekonomi keluarga, kurangnya komunikasi antar keluarga dan keadaan keluarga yang kurang baik atau harmonis yang dimana disebabkan perceraian orang tua yang menjadi penyebab utama anak berperilaku agresif. Lingkungan masyarakat disebabkan masyarakat yang kurang sehat dan pengaruh lingkungan sekolah yang disebabkan karena tata cara disiplin yang terlalu kaku di sekolah.

Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock, yang mengatakan faktor penyebab perilaku agresif yaitu identitas diri, kontrol diri, usia, harapan terhadap pendidikan dan nilai-nilai di sekolah, adanya konflik didalam suatu keluarga, pengaruh pergaulan, kelas sosial ekonomi dan kualitas tempat ia tinggal.

## **Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Santri (Studi Kasus Klien “A” yang Menjadi Korban *Broken Home*)**

Penerapan konseling individu dengan teknik *self-management* menggunakan langkah-langkah yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan *follow up*. Dalam tahapan proses konseling ini terbagi menjadi tiga tahapan yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan (tahap kerja) dan tahap akhir konseling (tahap tindakan). Pelaksanaan kegiatan konseling individu dengan teknik *self-management* ini diharapkan klien “A” dapat mengatur, merencanakan, mengelola serta mengontrol dirinya sendiri dalam melakukan sesuatu atau kebiasaan terutama perilaku agresif. Peneliti melakukan teknik *self-management* kepada klien “A” yang berperilaku agresif dengan tiga tahapan yaitu pertama, tahap monitor diri yang dimana klien “A” sengaja diminta untuk mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. kedua, tahap evaluasi diri yang dimana peneliti membantu mengarahkan klien “A” untuk mencatat target atau capaian perilaku yang ingin dicapai, hal ini bertujuan sebagai perbandingan dari hasil catatan tingkah laku yang dibuat klien “A”. dan ketiga, tahap pemberian penguatan, penghapusan atau hukuman. Jika klien “A” berhasil tidak melakukan perilaku agresif, maka ia akan diberikan sebuah penguatan atau *reward* dan apabila klien “A” tetap melakukan perilaku agresif maka ia akan mendapatkan hukuman atau *punishment*.

Ada beberapa perubahan peningkatan perilaku yang terjadi pada klien “A” setelah diterapkan konseling individu dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku agresif, klien “A” mengungkapkan bahwa klien “A” bisa mengontrol untuk tidak berperilaku agresif selama proses konseling berlangsung, klien “A” juga mengungkapkan bahwa setelah melakukan kegiatan konseling individu dengan teknik *self-management* ini klien “A” akan terus mencoba mengontrol dan mengatur pikiran dan perilakunya sendiri dalam bersikap. Peneliti juga memberikan masukan dan harapan pada klien “A” supaya kedepannya klien “A” terus dapat mengatur perilakunya sendiri, hal ini agar membuat hati dan pikiran klien “A” selalu merasa tenang serta membuat hubungan klien “A” dengan teman-temannya akan selalu terjalin dengan baik, sehingga klien “A” dapat menyesuaikan diri agar terhindar dari hal-hal negatif.

### **Gambaran Perilaku Agresif Pada Klien “A” Setelah Diterapkan Konseling Individu Dengan Teknik *Self-Management***

Setelah pelaksanaan konseling individu dengan teknik *self-management* selesai dari awal pertemuan sampai akhir, tahapan layanan sudah dilewati dari tahap awal konseling, tahap pertengahan (tahap kerja) dan tahap akhir konseling (tahap tindakan). Berdasarkan hasil wawancara mengenai perilaku agresif pada klien “A” setelah diterapkan konseling individu dengan teknik *self-management* dalam membantu dan mengurangi perilaku agresif klien “A” didapat dari berbagai aspek dapat diketahui yaitu pada aspek cenderung melarikan diri dari tanggung jawab, baik tanggung jawab diri sendiri, peserta didik maupun sebagai teman, klien “A” yang sudah bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri seperti dapat menjaga kebersihan diri dan kesehatan diri, klien “A” juga sudah bertanggung jawab sebagai peserta didik, hal ini diketahui bahwa klien “A” dapat mengerjakan tugas sekolah dan mengerjakan PR sendiri

tanpa menyontek, serta sudah tidak bolos sekolah, sedangkan pada tanggung jawab sebagai teman, klien "A" mengungkapkan akan mencoba membantu teman jika kesusahan dan selalu mencoba memahami perasaan mereka. Pada aspek tidak suka bergaul dengan teman-temannya, klien "A" berusaha untuk selalu berteman baik dengan teman-temannya, berusaha mengontrol untuk tidak berkata kasar dan dengan suara yang keras serta tidak memanggil teman dengan sebutan yang jelek. Pada aspek suka berbohong, klien "A" berusaha untuk menunjukkan hal-hal yang sebenarnya terjadi dan akan berkata dengan jujur. Pada aspek sangat suka dipuji dan selalu ingin diperhatikan, klien "A" akan berusaha untuk merubah perilakunya yang sombong atau riya' karena selalu ingin dipuji dan juga akan berusaha untuk tidak mencari perhatian orang lain dengan membuat masalah dengan memperhatikan sikap kedepannya. Pada aspek tidak memiliki inisiatif untuk bekerja sama dengan teman-teman, klien "A" sudah dapat bekerja sama dengan teman untuk membantu dan menyelesaikan tugas kelompok. Pada aspek suka menyiksa tumbuhan dan binatang, klien "A" akan mengubah perilakunya untuk tidak menyiksa tumbuhan dan memetik buah secara sembarangan serta berusaha untuk tidak menyiksa atau membunuh binatang kecil. Sedangkan pada aspek sering memulai perkelahian, klien "A" berusaha untuk dapat mengontrol dirinya supaya tidak menantang orang lain untuk memulai berkelahi dan tidak membuat masalah dengan orang lain serta mencoba mengontrol emosi.

Selama proses konseling klien "A" memberikan respon yang baik dan positif. Dengan adanya konseling individu ini membuat klien "A" perlahan dapat merubah atau mengurangi kebiasaan buruk yang tanpa sadar membuat ia berperilaku agresif. Klien "A" merasa lebih terarah dalam melakukan sesuatu, berusaha untuk lebih bisa mengontrol, mengatur diri dan emosinya serta lebih sabar lagi dalam berucap atau bertindak.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan mengenai "Konseling Individu dengan Teknik *Self-Management* Untuk Mengurangi Perilaku Agresif pada Santri (Studi Kasus Klien "A" yang Menjadi Korban *Broken Home*)" dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran perilaku agresif pada klien "A" sebelum diterapkannya konseling individu dengan teknik *self-management* yaitu sering melarikan diri dari tanggung jawab kepada diri sendiri seperti tidak menjaga kebersihan dan kesehatan diri, sering melarikan diri dari tanggung jawab sebagai peserta didik seperti sering bolos dan malas belajar, sering melarikan diri dari tanggung jawab sebagai teman seperti tidak ingin membantu teman, tidak ingin menasehati teman serta memberikan respon yang tidak baik pada teman, tidak suka bergaul dengan teman seperti sering berkata kasar, berkata dengan suara yang keras dan memanggil teman dengan nama yang jelek, sering ingkar janji dan sering berbohong, sangat senang dipuji dan selalu ingin diperhatikan ketika melakukan sesuatu, tidak memiliki keinginan dan kesadaran untuk bekerja sama dalam kelompok, suka menyiksa tumbuhan dan hewan kecil serta sering memulai dan menantang orang lain berkelahi.
2. Faktor penyebab perilaku agresif pada klien "A" adalah disebabkan karena lemahnya kontrol diri terhadap pengaruh lingkungan, kurang mampu menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan lingkungan, adanya konflik didalam keluarga, lingkungan masyarakat yang kurang sehat, dan penerapan tata cara disiplin yang terlalu kaku di sekolah.

3. Penerapan konseling individu dengan teknik *self-management* dilakukan selama enam kali pertemuan dengan menggunakan langkah-langkah yakni identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment dan evaluasi dan *follow up*. Dalam tahapan proses konseling terbagi menjadi tiga tahapan yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan (tahap kerja) dan tahap akhir konseling (tahap tindakan).
4. Setelah dilaksanakannya konseling individu dengan teknik *self-management* dalam mengurangi perilaku agresif pada klien "A" menunjukkan adanya respon yang baik dari klien "A", di mana klien "A" sudah dapat bertanggung jawab dengan dirinya sendiri, peserta didik maupun teman, berusaha untuk mengontrol perkataan, berusaha untuk selalu berkata jujur, berusaha untuk tidak sombong, sudah dapat membantu teman dalam menyelesaikan tugas kelompok, berusaha untuk tidak menyiksa tumbuhan dan binatang kecil, serta berusaha untuk mengontrol diri dari segi emosi,ucapan maupun tindakan.

## SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, adapun saran dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi Pondok Pesantren Al-Islam Kemuja, diharapkan agar dapat menerapkan konseling individu dengan teknik *self-management* agar para santri di Pondok Pesantren Al-Islam Kemuja dapat mengurangi perilaku agresifnya.
2. Bagi Klien "A", diharapkan agar terus dapat mengurangi perilaku agresif supaya dapat berhubungan baik dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari.
3. Bagi peneliti selanjutnya, meneliti mengenai konseling individu dengan teknik *self-management* dengan ranah yang lebih beragam dan lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriany, F., Alfarisi, I., & Sofa, A. (2019). Agresif Verbal di Media Sosial Instagram. *Jurnal Administrasi Sosial dan Humaniora* , 3 (3), 25.
- Amaliasari, R. D., & Zulfiana, U. (2019). Hubungan Antara *Self Management* Dengan Perilaku Agresi Pada Siswa SMA. *Cognicia* , 7 (3), 312.
- Amalia, A. Z. (2018). *Efektifitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Korban Broken Home Kelas VIII SMP Negeri 1 Seputih Agung Lampung Tengah*. Skripsi. Lampung: UIN Raden Intan.
- Arizona, Nurlela, Harapan, E., Surtiyono, E., & Maulidina, P. (2022). Penerapan *Cybercounseling* Menggunakan Layanan Konseling Individual Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* , 4 (1), 85.
- Ashidiq, K. (2019). Perilaku Agresif Siswa SMP : Studi Kasus Pada Kelas VIII SMP Negeri 3 Pengadengan Purbalingga. *Jurnal Studi Islam, Gender dan Anak* , 14 (1), 141.
- Baron, R. A., & Byrne, D. *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Faradillah, S. S., & Amriana. (2020). *Cognitive-Behavioral Therapy* Dengan Teknik *Thought Stopping* Untuk Menangani Trauma Psikologis Mahasiswa yang Mengalami *Broken Home*. *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journa* , 3 (1), 84.
- Fatimah. I. E. (2019). *Konseling Islam Dengan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Anak Broken Home Di Desa Sukowati, Kecamatan Kapas, Bojonegoro*. Skripsi. Surabaya: UIN Sunan Ampel.

- Fauziyah, N. V., & Muhid, A. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa: Literature Review. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling : Teori dan Praktik)* , 5 (1), 1.
- Ferdiansa, G., & Neviyarni. (2020). Analisis Perilaku Agresif Siswa. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia* , 5 (2), 9.
- Fitriana, H., & Wahyuni, N. A. (2021). Ekspetasi Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Perilaku Agresif pada Siswa yang Mengalami *Broken Home* di SMPN 3 Narmada. *JPIIn: Jurnal Pendidik Indonesia* , 4 (2), 183.
- Gunarsa, S. D. (2011). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Libiri.
- Hanurawan, F. (2015). *Psikologi Sosial Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Hartati, A., & Balensky, M. N. (2021). Pengaruh Konseling Individu Terhadap Perilaku *Bullying* Pada Siswa Kelas XI di SMAN 1 Batulayar. *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling* , 6 (1), 1240.
- Haryono, C. G. (2020). *Ragam Metode Penelitian Kualitatif Komunikasi*. Sukabumi: CV Jejak.
- Hikmawati, F. (2017). *Metodologi Penelitian*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Istati, M. (2021). *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan*. Banjarmasin: Guepedia.
- Jamila, Hasibuan, M. F., & Yudha Wastut, S. N. (2020). *Bimbingan dan Konseling Untuk Studi Kasus Siswa di Sekolah*. Sumatera Utara: UMSU Press.
- Januri, M. R., & Muslim, A. (2022). Konseling Individu Berbasis Virtual Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan dan Konseling Islam* , 5 (1), 51.
- Khoiroh, T., Arisanti, K., & Maulidi, K. (2022). Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Perilaku Sosial Anak Di Desa Liprak Kidul Kecamatan Banyuanyar Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Pendidikan Berkarakter* , 5 (2), 87.
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- KW, S., & Budiman S, M. A. (2019). Konseling Individu Melalui *Cyber Counseling* Terhadap Pembentukan Konselp Diri Peserta Didik. *Jurnal Bikotetik* , 3 (1), 7.
- Laela, F. N. (2017). *Bimbingan Konseling Keluarga dan Remaja*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Press.
- Massa, N., Rahman, M. R., & Napu, Y. (2020). Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Perilaku Sosial Anak. *Jambura Journal Of Community Empowerment* , 1 (1), 2.
- Mistiani, W. (2018). Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Psikologis Anak. *Musawa* , 10 (2), 324.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mulyadi, S., Rahardjo, W., Asmarany, A. I., & Pranandari, K. (2016). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Gunadarma.
- Noviandari, H., Winarsari, A., & Sulthon, A. (2021). *Analysis Of Learning Achievement Of Children Broken Home At PGRI Purwoharjo High Scool (Phenomenology Study In Children Broken Home)*. *Internasional Journal Of Education Scoolars* , 2 (1), 11-12.
- Nur, B., & Dewanti, R. (2021). Resiliensi Pada Remaja Yang Mengalami *Broken Home*. *Academia Open* , 5, 7.
- Nurhayati, T., Mustika, I., & Fatimah, S. (2021). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Terhadap Kematangan Karier Pada Siswa SMA. *Fokus* , 4 (3), 221.
- Paswaniati, Nurmalina, & Pahrul, Y. (2021). Perilaku Agresif Fisik Anak Usia Dini di Desa Gerbang Sari Kecamatan Tapung Hilir Kabupaten Kampar. *Journal On Teacher Education* , 2 (2), 3.
- Prayitno, & Amti, E. (2015). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

- Putra, A. (2019). Dakwah Melalui Konseling Individu. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* , 2 (2), 104.
- Putri, A. F. (2019). Konsep Perilaku Agresif Siswa. *Schoolid: Indonesian Journal Of School Counseling* , 4 (1), 29-31.
- Rismanadi. (2020). *Konseling Individual Teknik Behavoiral Contract Untuk Mereduksi Kecanduan Menonton Video Porno (Studi Kasus Klien "A" di Desa Tanjung Kemala Kecamatan Lubai Kabupaten Muara Enim)*. Skripsi. Palembang: UIN Raden Fatah.
- Rofiqah, T., & Sitepu, H. (2019). Bentuk Kenakalan Remaja Sebagai Akibat *Broken Home* dan Implikasinya Dalam Pelayanan Bimbingan Konseling. *Jurnal Kopasta* , 6 (2), 102-103.
- Salmiati, & Astuti, N. (2018). Penerapan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Tingkat Perilaku Agresif Siswa. *Jurnal Konseling Andi Matappa* , 2 (1), 68.
- Sari, R. H., Budiyanto, & Naqiya, N. (2021). Penerapan Konseling Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mereduksi Perilaku Adiksi Sosial Pengguna Gadget Pada Peserta Didik. *Modeling: Jurnal Program Studi PGMI* , 8 (1), 124.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Karanganyar: Literasi Media Publisng.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tarmizi, R., Sugiharto, D. Y., & Sutoyo, A. (2021). *The Effectiveness Of Group Counseling With Self-Management And Cognitive Restructuring Techniques To Reduce Student' Aggression*. *Jurnal Bimbingan Konseling* , 10 (1), 41.
- Timotius, K. H. (2017). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Ulfa, M., & Suarningsih, N. K. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 1 Kapontor. *Jurnal Psikologi Konseling* , 12 (1), 123.
- Wahyuningsih, S. (2013). *Metode Penelitian Studi Kasus (Konsep, Teori Pendekatan Psikologi Komunikasi dan Contoh penelitiannya)*. Madura: UTM Press.
- Willis, S. S. (2017). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Wulandari, R. A., & Asyah, N. (2022). Pengaruh Layanan Informasi Teknik *Self Management* Terhadap Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas VIII SMP Swasta Eria Medan. *Genta Mulia: Jurnal Ilmiah Pendidikan* , 13 (1), 149.
- Wulandri, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman Remaja Korban *Broken Home* (Studi Kualitatif Fenomenologis). *Jurnal Empati* , 8 (1), 2.