



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK
EMPTY CHAIR UNTUK MENANGANI
AGRESIVITAS VERBAL SISWA DI SMK PGRI
PLOSO JOMBANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya untuk Memenuhi Salah satu Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :

Wahyu Permatasari
NIM B03216043

**Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam
Fakultas Dakwah Dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
2019**

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Wahyu Permatasari
NIM : B03216043
Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Konseling Islam Dengan Teknik *Empty Chair* Untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa Di SMK PGRI Ploso Jombang** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 23 Desember 2019

Yang Menyatakan



Wahyu Permatasari

NIM : B03216043

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Wahyu Permatasari
NIM : B03216043
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : *Konseling Islam dengan teknik Empty Chair untuk menangani Agresivitas Verbal Siswa di SMK PGRI Ploso Jombang*

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 23 Desember 2019
Telah Disetujui Oleh :
Dosen Pembimbing,



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos., M.Pd., Kons
NIP : 197708082007101004

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Konseling Islam Dengan Teknik *Empty Chair* Untuk
Menangani Agresivitas Verbal Siswa Di Smk PGRI Ploso
Jombang

SKRIPSI

Disusun Oleh:
Wahyu Permatasari
B03216043

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu Pada tanggal 23 Desember 2019

Penguji I




Dr. Amr Ainur Rofiq, S.Pd.I.,
M.Pd., Kons
NIP.197708082007101004

Penguji II



Dr. Hj. Sri Astutik, M.Si
NIP.195902051986032004

Penguji III



Dra. Faizah Noer Laela, M.Si
NIP.196012111992032001

Penguji IV



Drs. H. Cholil, M.Pd.I
NIP.197708082007101004

Surabaya, 23 Desember 2019

Dekan,



Dr. H. Abdul Halim, M.Ag
NIP.196307251991031003



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama: Wahyu Permatasari
NIM: 603216093
Fakultas/Jurusan: Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address: Wahyu.permatasari_wp@gmail.com

Demikian pengembalian dan persetujuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul:
Konseling Islam dengan teknik empty chair untuk
Mengurangi Agresivitas Verbal Siswa di SMK PGRI
Ploso Jombang

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/formatkan, mengedukanya dalam bentuk pengkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau pencipta yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk memanggang secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 27 Desember 2019

Pencipta


(Wahyu Permatasari)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Wahyu Permatasari (B03216043), Konseling Islam dengan Teknik *Empty Chair* Untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa di SMK PGRI Ploso Jombang.

Fokus penelitian ini adalah 1) Bagaimana proses pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Empty Chair* untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa di SMK PGRI Ploso Jombang? 2) Bagaimana hasil akhir pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Empty Chair* untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa di SMK PGRI Ploso Jombang.

Dalam menjawab permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi kasus. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi yang disajikan dalam bab penyajian data dan analisis data.

Permasalahan konseli yang memiliki agresivitas verbal dikarenakan faktor keluarga yaitu dari ayahnya yang sering memarahi konseli dengan perkataan kasar dan dari faktor lingkungan yang mendukung konseli untuk melakukan agresivitas verbal berupa berkata kasar, mengecam, merendahkan dan mengumpat.

Hasil penerapan konseling ini sudah mulai sedikit mengalami perubahan dalam dirinya, dari sebelumnya konseli sering berkata kasar, merendahkan, mengecam/mengkritik dan mengumpat, dengan menunjukkan perubahan pada perkataannya yang lebih bisa menghargai teman atau orang lain disekitarnya serta konseli dapat mengontrol emosinya dan mengurangi perkataan kasarnya.

Kata Kunci: Konseling Islam, Teknik *Empty Chair*, Agresivitas Verbal.

ABSTRACT

Wahyu Permatasari (B03216043, Islamic Counseling with Empty Chair Technique to Handle Student Verbal Aggressiveness in SMK PGRI Ploso Jombang.

The focus of this research is 1) What is the process of implementing Islamic Counseling with the Empty Chair Technique to Deal with Student Verbal Aggressiveness in SMK PGRI Ploso Jombang? 2) What is the final result of the implementation of Islamic Counseling with the Empty Chair Technique to Handle Student Verbal Aggressiveness in SMK PGRI Ploso Jombang.

In answering these problems, this research uses a qualitative method with case studies. Data collection techniques in this study used interviews and observations presented in the chapter on data presentation and data analysis.

Problems of counselees who have verbal aggressiveness due to family factors, namely from his father who often scolded the counselee with harsh words and from environmental factors that support the counselee to do verbal aggressiveness in the form of speaking harshly, criticizing, belittling and swearing.

The results of the application of counseling have started to change a little in involving him, from the previous counselee is often said to be rude, condescending, criticizing and swearing, by changing the changes in his words that can be more about friends or others who help the counselee can use his emotions and enlarge his rude words.

Keywords: Islamic Counseling, Empty Chair Technique, Verbal Aggressiveness.

DAFTAR ISI

JUDUL PENELITIAN	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	Error! Bookmark not defined.
MOTTO	Error! Bookmark not defined.
PERSEMBAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Definisi Konsep.....	9
1. Konseling Islam.....	9
2. Teknik <i>Empty Chair</i> (Kursi Kosong)	10
3. Agresivitas Verbal	12
F. Sistematika Pembahasan.....	13

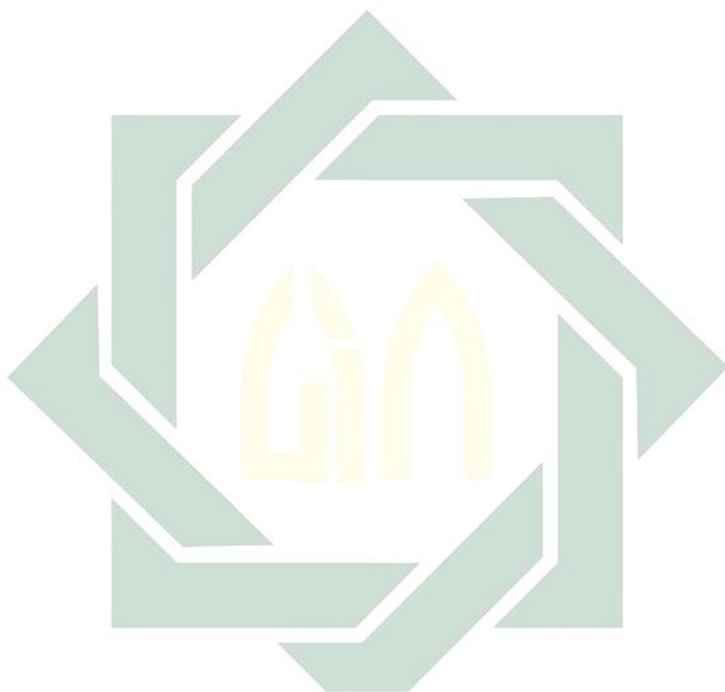
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
A. Kajian Teoretik	15
1. Konseling Islam.....	15
2. Teknik <i>Empty Chair</i> (Kursi Kosong)	30
3. Agresivitas Verbal	34
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	50
BAB III METODE PENELITIAN	53
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	53
B. Lokasi Penelitian	53
C. Tahap-tahap Penelitian	54
D. Jenis dan Sumber Data	56
E. Teknik Pengumpulan Data	56
F. Teknik Analisa Data	58
G. Teknik Keabsahan Data	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN....	61
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	61
1. Deskripsi Lokasi Penelitian	61
2. Deskripsi Konselor	65
3. Deskripsi Konseli	67
4. Deskripsi Masalah	72
B. Penyajian Data	76
1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik <i>Empty Chair</i> untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa SMK PGRI Ploso Jombang..	76

2. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik <i>Empty Chair</i> untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa SMK PGRI Ploso Jombang.....	94
C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)	95
1. Perspektif Teori	95
2. Perspektif Islam	107
BAB V PENUTUP.....	110
A. Kesimpulan.....	110
B. Saran	111
DAFTAR PUSTAKA.....	112
Lampiran	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel

3.1 Teknik Pengumpulan Data.....	58
4.1 Identitas Konselor.....	65
4.2 Identitas Konseli.....	68
4.3 Gejala atau Perilaku Konseli Sebelum Terapi.....	76
4.4 Jadwal Penelittian.....	77
4.5 Perbandingan Teori dan Data Lapangan.....	96
4.6 Perubahan Sebelum dan Sesudah Proses Konseling....	107



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seseorang berperilaku agresif karena adanya pengalaman masa lalu dalam proses perkembangannya, dengan meniru bentuk perilaku agresif orang lain sebagai modelnya ataupun keterlibatan langsung dalam lingkungan yang berpotensi tinggi untuk melakukan perilaku agresif. Agresif adalah tindakan secara sengaja untuk melukai atau menyakiti orang lain secara fisik maupun verbal. Agresif fisik yaitu sebuah tindakan untuk melukai seseorang dan mengakibatkan cedera tubuh. Secara fisik misalnya, memukul, menampar, atau berkelahi. Agresif verbal merupakan suatu tindakan yang dapat menimbulkan dampak psikologis seseorang. Secara verbal misalnya, menghina, mengucilkan, atau berkata kasar.¹

Perilaku agresif dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti faktor kepribadian individu yaitu individu yang mempunyai sifat sensitif dan mudah marah maka akan melampiaskan amarahnya ke orang lain dalam bentuk fisik maupun verbal. Faktor gender juga berpengaruh dalam agresivitas, contohnya anak laki-laki yang merasa terbuka untuk sikap permusuhan. Faktor lingkungan dari dalam maupun luar, dari dalam dipengaruhi oleh keluarga terdekat dan dari luar dipengaruhi oleh teman maupun lingkungan pergaulannya. Faktor kognisi seseorang dapat berdampak pada perilakunya seperti berfikir bahwa apapun yang ia lakukan sudah benar sehingga tidak menerima saran dari orang lain.²

¹ Jeanne Ellis Oarmrod, *Psikologi Pendidikan*, Jilid I Edisi VI, Terjemah oleh Wahyu Indianti dkk, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2008), h. 125.

² Jenny Mercer dan Debby Clayton, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Erlangga, 2012), h. 142.

Agresi verbal dinilai dapat menimbulkan perpecahan di masyarakat dan bisa menjadi permasalahan besar. Dengan berkembangnya teknologi informasi dan komunikasi, banyak orang yang melakukan agresi verbal melalui penyebaran berita palsu (*hoaks*), pelecehan dengan kata-kata (*verbal abuse*) atau ujaran kebencian (*hate speech*). Sementara itu, hal-hal yang memicu munculnya agresi verbal adalah dengan adanya tujuan. Tujuan tersebut untuk membuat subjek tertekan, menyakiti perasaan subjek dan melampiaskan emosi kepada subjek.

Agresi verbal dengan tindakan yang mudah terjadi diberbagai kalangan dapat menjadi faktor dari agresivitas verbal. Agresivitas verbal diartikan sebagai suatu hal atau sifat yang cenderung untuk menyerang individu lain melalui kata-kata secara langsung maupun tidak langsung yang bersifat emosional. Agresivitas verbal yang tinggi dapat diartikan bahwa kurangnya kemampuan komunikasi interpersonal.

Seringkali pada masa remaja memiliki kondisi emosi yang tidak stabil, jika tidak mendapat arahan dari orang tua maupun orang dewasa maka akan terjerumus dalam hal-hal yang cenderung negatif dan berdampak pada masa depannya.³ Perlu diketahui bahwa masa remaja merupakan masa transisi dari kelanjutan masa kanak-kanak menuju status dewasa. Pada umumnya masa remaja dimulai pada usia 12 tahun sampai awal 22 tahun. Sebagai proses transisi, remaja ditandai dengan perubahan fisik, mental, intelektual dan sosial. Perilaku remaja merupakan bentuk dari proses perkembangan dan pertumbuhan yang sedang dialami. Dengan zaman yang modern ini seringkali remaja cepat terbawa arus dalam pergaulannya.⁴

³Yudho Purwoko, *Memasuki Masa Remaja Dengan Akhlak Mulia*, (Bandung: Nuansa Cendekia, 2019), h. 9.

⁴ S. Wulandari, *Perilaku Remaja*, (Semarang: Mutiara Aksara, 2019), h. 3.

Keadaan emosi remaja ditandai dengan keinginan mencari jati diri, remaja mulai mempertanyakan segala sesuatu yang berhubungan dengan masa sekarang dan masa depan, namun belum mampu melihat realitas secara tepat. Selain itu, keinginan untuk diakui dan dihargai mulai tumbuh pada masa remaja. Pada masa sifat ego sedang berkembang. Remaja membutuhkan perhatian dari orang tua maupun orang terdekat untuk memberikan arahan positif dalam hidupnya. Jika remaja tidak mendapatkan perhatian seutuhnya maka perilakunya akan sering keluar dari moral sosial maupun agama.⁵

Masa-masa remaja sering mengalami kesulitan adaptasi, sehingga dapat menimbulkan perilaku antisosial seperti suka mengganggu, berbohong, kejam dan agresif. Pada dasarnya perilaku agresif sering menimbulkan masalah dalam kalangan remaja. Perilaku agresif verbal maupun fisik yang dilakukan kalangan remaja laki-laki maupun perempuan dari tahun 2003 sampai 2008. Pada tahun 2003 hingga 2006 mencapai 78 kasus dan meningkat pada tahun 2008 mencapai 81 kasus dengan remaja berusia sekitar 12 tahun hingga 18 tahun.⁶

Dapat diklasifikasikan bahwa remaja awal merupakan remaja yang berusia 12-15 tahun, pada usia ini biasanya disebut masa negatif karena sering merasa tidak tenang. Remaja madya berusia 15-18 tahun, masa ini mulai tumbuh semangat untuk hidup lebih besar dan membutuhkan dukungan dari orang sekitar. Remaja akhir berusia 18-22 tahun, pada masa ini segala sesuatu akan dipandang bernilai dan rata-rata sudah menemukan pendirian dalam hidupnya.⁷

⁵ Yudho Purwoko, *Memasuki Masa Remaja Dengan Akhlak Mulia*, h. 10.

⁶ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2012), h. 227.

⁷ Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), h. 184.

Dalam penelitian ini memfokuskan pada seorang siswa perempuan berusia 15 tahun yang memiliki agresivitas verbal seperti berkata kasar, mengecam, merendahkan dan mengumpat. Peneliti sebagai konselor mengambil kasus agresivitas verbal berdasarkan informasi dari guru Bimbingan dan Konseling di SMK PGRI Ploso Jombang, diketahui salah satu siswa perempuan bernama Rihanna (nama samaran) kelas X. bertempat tinggal di Desa Jatirowo Ploso Jombang. Konseli merupakan anak ke 3 dari 4 bersaudara. Ayahnya bekerja menjadi supir antarkota sehingga jarang pulang ke rumah. Ibu dan kakak pertamanya bekerja menjadi TKW (Tenaga Kerja Wanita) di luar negeri. Kakak keduanya bekerja sebagai karyawan dan telah berumah tangga, adiknya duduk di kelas IX SMP. Konseli dan adiknya hanya tinggal berdua di rumah, karena permintaan ibunya untuk menjaga rumah.

Konseli mengikuti Pencak Silat sejak SMP, karena kurangnya perhatian dari orangtua dan faktor lingkungan membuat konseli salah dalam pergaulan sehingga muncul agresivitas verbal. Konseli sering berkata kasar, mengecam, merendahkan dan mengumpat kepada temannya. Agresivitas verbal yang ada dalam diri konseli dipengaruhi oleh ayahnya yang memiliki sifat emosional atau pemarah. Seringkali konseli kabur dari rumah karena merasa tidak nyaman di rumah jika ayahnya sudah marah-marah.

Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan, konseli merupakan anak yang mudah bergaul. Peneliti melakukan komunikasi langsung untuk mencari informasi lebih dalam tentang konseli. Saat di sekolah, konseli mempunyai banyak teman, begitupun juga di rumah. Namun ketika di rumah, ayahnya sering marah-marah dan mengeluarkan kata-kata kasar ke konseli. Sedangkan adiknya juga kena imbasnya. Kata-kata kasar yang keluar dari ayahnya membuat rasa kesal dan kecewa muncul pada

diri konseli. Ketika peneliti berkomunikasi dengan konseli terlihat wajah sedih dan kecewa.

Dalam lingkungan pertemanan juga dapat menjadi faktor penguat agresivitas verbal menjadi kebiasaan. Konseli sering mendengar kata-kata kasar dari ayahnya dan kata umpatan teman-temannya sehingga membuat konseli terpengaruh untuk berbuat agresif. Konseli pernah ditegur salah satu temannya karena telah mengecam atau mengkritik dan merendahkan temannya, sehingga terjadi pertengkaran. Sementara itu, konseli sering berbohong kepada ibunya kalau ia tidak pernah membolos sekolah. Sedangkan kenyataannya ia sering membolos dan hampir dikeluarkan oleh sekolah.

Dengan penanganan melalui Konseling Islam sebagai salah satu bahan ajar untuk membentuk suatu karakter individu dan insan yang kuat mentalnya dengan berlandaskan ajaran-ajaran Agama Islam dan membantu individu mengembangkan potensi yang dimiliki, agar fitrah dalam individu dapat berkembang sesuai dengan nilai-nilai pada Al-Qur'an dan As-Sunnah.⁸ Dengan itu arah tujuan Konseling Islam adalah memberikan bantuan kepada konseli untuk memecahkan masalahnya, sehingga konseli dapat mengambil keputusan tanpa ada paksaan dari pihak lain.

Melihat agresivitas verbal konseli yang belum berkurang sehingga dapat berdampak psikologis bagi orang disekitarnya. Telah dijelaskan diatas bahwa agresivitas verbal merupakan perbuatan yang menyakiti seseorang dalam bentuk ucapan atau kata-kata. Dalam agama Islam menyakiti sesama manusia adalah perbuatan yang dilarang oleh Allah SWT.

⁸ Fenti Hikmawati, *Bimbingan Dan Konseling Perspektif Islam*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2015), h. 3.

Sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Al-Ahzab ayat 58:

وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدْ
أَحْتَمَلُوا بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا ﴿٥٨﴾

Artinya: "Dan orang-orang yang menyakiti orang-orang yang Mukmin dan Mukminat tanpa kesalahan yang mereka perbuat, maka sesungguhnya mereka telah memikul kebohongan dan dosa yang nyata." ⁹

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa kita tidak boleh menyakiti orang Mukmin dan Mukminat tanpa mengetahui kesalahan yang jelas. Menyakiti dalam bentuk perilaku maupun verbal merupakan dosa yang nyata. Maka dari itu kita sebagai umat Muslim harus berbuat baik kepada sesama Muslim dan saling menghargai.

Selain itu kita ketahui bahwa kaum muslimin benar-benar mencintai Rasulullah SAW melebihi cintanya pada diri sendiri. Rasulullah SAW mempunyai sifat yang sangat sabar, lapang hati, penyayang, pemaaf, pemurah, jujur, tawadu', dan merupakan suri tauladan dalam akhlak yang mulia. Rasulullah SAW dapat menarik hati umatnya dengan pergaulan yang baik, kehalusan budi pekerti, kemesraan bersahabat, serta bermuamallah yang baik.¹⁰

Melihat perilaku agresivitas verbal pada konseli, peneliti ingin menangani agresivitas verbal tersebut. Salah satunya dapat dilakukan melalui konseling Islam dengan teknik *empty chair* (kursi kosong). Teknik *empty chair*

⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Surabaya: CV Jaya Sakti, 1989), h. 678.

¹⁰ Entang Suherman, *Mencontoh Akhlak Rasulullah SAW*, (Jakarta: Multi Kreasi Satudelapan, 2011), h. 54.

(kursi kosong) merupakan suatu cara untuk mengajak klien agar mengeksplorasi salah satu sisi kepribadiannya. Dengan menggunakan permainan dialog, difokuskan pada pertentangan *top dog* (kekuatan) dan *under dog* (kelemahan).

Langkah konseling dengan menggunakan teknik *empty chair*, peneliti sekaligus konselor akan mendampingi konseli dengan memberikan dorongan dan motivasi secara bertahap untuk menangani agresivitas verbal pada diri konseli. Langkah yang akan konselor gunakan adalah menempatkan dua kursi kosong yang saling berhadapan dan mengarahkan konseli untuk duduk. Setelah itu konselor meminta konseli untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan pada diri konseli serta menentukan tokoh yang terlibat pada masalah konseli. Kemudian konselor memberikan pengarahannya aturan teknik ini dilakukan dan konseli akan berdialog tentang *top dog* (kekuatan) sesuai yang konseli rasakan. Konselor mengarahkan konseli untuk membayangkan bahwa ia berhadapan langsung dengan seseorang yang telah terluka karena kata-katanya. Selanjutnya, konselor mengarahkan konseli untuk bertukar peran dan memberikan dialog tentang *under dog* (kelemahan) yaitu dengan berperan sebagai konseli telah menjadi korban atau orang yang telah sakit hati karena kata-katanya.¹¹ Langkah akhir mendiskusikan bagaimana perasaan konseli setelah melakukan treatment. Teknik ini bertujuan untuk dapat menyadarkan konseli tentang perasaan-perasaan yang diingkarinya selama ini.

Dengan menggunakan teknik *empty chair* dan permainan dialog antara pertentangan *top dog* dan *under dog* pada diri konseli diharapkan dapat menangani agresivitas verbal konseli yang disebabkan karena

¹¹Gantina K, Eka W, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), h.318.

munculnya rasa kecewa, dendam dan marah karena perlakuan ayahnya kepada konseli. Oleh karena itu menarik untuk meneliti **Konseling Islam Dengan Teknik *Empty Chair* Untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa di SMK PGRI Ploso Jombang.**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah tersebut maka peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana proses konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa di SMK PGRI Ploso Jombang?
2. Bagaimana hasil konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa di SMK PGRI Ploso Jombang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang dikemukakan tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui proses konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa di SMK Ploso Jombang.
2. Untuk mengetahui hasil konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa di SMK Ploso Jombang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini, dapat menjadi sumber informasi dan referensi terhadap ilmu pengetahuan terkait konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pendidik

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai salah satu media yang berpacu dalam penanganan agresivitas verbal siswa.

b. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan dapat mengatasi dan mengurangi perilaku agresivitas verbal yang dialaminya.

c. Bagi Mahasiswa Umum

Penelitian ini bisa dijadikan contoh konkret pengaplikasian Konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa.

E. Definisi Konsep

1. Konseling Islam

Secara bahasa Istilah Bimbingan Konseling Islam berasal dari bahasa Inggris *Guidance & Counseling*. Kata *Guidance* itu sendiri berasal dari kata kerja *to guide*, yang secara bahasa berarti menunjukkan, membimbing, dan menuntun orang lain ke jalan yang benar.¹²

Menurut Thohari Musnamar, konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketetapan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kehidupan di dunia dan akhirat.¹³

¹² Fenti Hikmawati, *Bimbingan Dan Konseling Perspektif Islam*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2015), h. 3.

¹³ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1995), h. 5.

Menurut Achmad Mubarak, Konseling Islam dalam sejarah dikenal sebagai *hisbah*, artinya menyuruh orang untuk berbuat baik, mencegah perbuatan mungkar dan mendamaikan orang yang bermusuhan.¹⁴

Jadi, konseling Islam adalah suatu usaha pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada konseli agar dapat menyadari kembali fitrahnya sebagai makhluk Allah dan juga membantu konseli dalam rangka mengembangkan potensi dan memecahkan segala masalah yang dialami klien sesuai dengan kemampuannya agar dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat berdasarkan ajaran Agama Islam, yaitu Al-Qur'an dan Sunnah Nabi.

2. Teknik *Empty Chair* (Kursi Kosong)

Teknik *empty chair* (kursi kosong) adalah salah satu dari teori *Gestalt* yang di kemukakan oleh Frederick S. Perls. Teknik ini digunakan untuk mengajak konseli mengeksternalisasi sisi kepribadiannya. Teknik kursi kosong awalnya dikembangkan oleh Perls sebagai teknik bermain peran yang melibatkan klien dengan imajinasinya. Penggunaan teknik *empty chair* yang didalamnya terdapat permainan dialog. Pemisahan fungsi kepribadian antara *top dog* (kepribadian yang kuat, otoriter, dan menuntut) dengan *under dog* (kepribadian yang mengalah, lemah dan sabar).¹⁵

Menurut teori *Gestalt*, memandang bahwa manusia memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalahnya sendiri. Dalam terapi ini, konselor membantu konseli agar mendapatkan kesadarannya

¹⁴ Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Jakarta: Kencana, 2017), h. 10.

¹⁵ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 133.

kembali sehingga bisa menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.¹⁶

Dalam teori gestalt ini juga dapat digunakan untuk seseorang yang susah beradaptasi pada masa sekarang karena adanya perasaan yang belum selesai pada masa lalu yang menyebabkan individu tidak dapat mengekspresikan kehidupannya.

Perasaan yang belum selesai dapat menyebabkan kekecewaan, stress, depresi dan gejala emosi lainnya karena tidak dapat mengungkapkan perasaannya secara penuh.

Diperlukan teknik ini untuk dapat mencapai kesadaran, agar seseorang bisa melakukan dan mengekspresikan kehidupannya dimasa sekarang. Tentunya juga dapat mengungkapkan perasaan-perasaan yang telah lama dipendam sehingga dapat menyebabkan kesedihan yang berlarut-larut.

Penerapan teknik kursi kosong dan permainan dialog dengan tahapan mengkondisikan konseli untuk memainkan peran *top dog* dan *under dog*. Konseli diminta untuk berdialog sesuai dengan peran dirinya secara utuh. Melalui teknik ini, konseli dapat berhubungan langsung dengan perasaan-perasaan yang diingkarinya. Melalui teknik *empty chair* sebagai alat untuk membantu konseli menyelesaikan masalah secara interpersonal seperti kemarahan

¹⁶ Gede A.S, Ni Ketut S, dkk, *Efektivitas Konseling Gestalt Dengan Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Menghadapi Proses Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014*, Jurnal Bimbingan dan Konseling, vol. 2 No. 1, (2004), h. 3.

kepada seseorang yang tidak mampu untuk mengungkapkan.¹⁷

3. Agresivitas Verbal

Agresi adalah suatu tindakan yang bertujuan menyakiti individu lain yang kerap kali muncul dalam bentuk cedera hingga mematikan. Agresi mempunyai dua unsur yaitu agresi fisik dan agresi verbal. Agresi fisik adalah suatu tindakan yang menyerang fisik. Sedangkan, agresi verbal menyerang psikis seseorang. Perilaku agresi biasanya karena ada rasa emosi, tetapi tidak semua perilaku yang menyerang fisik disebut agresi.¹⁸

Dalam psikologi, perilaku agresivitas merupakan bentuk dari mengekspresikan perasaan-perasaan negatif kepada seseorang, sehingga objek merasakan kesakitan atau dalam keadaan bahaya. Berdampak pada cedera tubuh maupun psikologis¹⁹ Gejala-gejala perilaku agresif seperti selalu membenarkan diri-sendiri, mudah terprovokasi dan bersikap balas dendam.²⁰ Penyebab munculnya agresivitas pada seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor fisik seperti mempunyai penyakit yang susah disembuhkan sehingga muncul rasa sensitif dan mudah marah, faktor psikis seperti tidak mampu mengelola rasa aman, sabar, dan kasih sayang, faktor

¹⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 134.

¹⁸ Robert A. Baron, Donn Byrne, *Psikologi Sosial Jilid II*, (Jakarta: Erlangga, 2005), h. 139.

¹⁹ Fattah Hanurawan. *Psikologi Sosial*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2010), h. 17.

²⁰ Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), h. 219.

sosial seperti kondisi lingkungan ia hidup tidak adanya suasana yang hangat.²¹

Dari uraian diatas, diketahui bahwa salah satu aspek dari agresivitas adalah agresivitas verbal. Perbuatan untuk menyakiti seseorang dengan sengaja dan didasari oleh rasa emosi yang tinggi, dengan melalui kata-kata untuk menyerang seseorang sehingga berdampak pada psikologis seseorang. Agresivitas verbal dilakukan secara verbal atau lisan, seperti berkata kasar, berbohong, mengumpat, dan mengucilkan.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan untuk mempermudah pembaca dalam mengetahui tentang gambaran penulisan penelitian ini.

BAB Awal: Terdiri dari judul penelitian, persetujuan pembimbing, pengesahan tim penguji, motto, persembahan, pernyataan otentisitas skripsi, abstrak, kata pengantar, daftar isi, dan daftar tabel.

BAB I: Menjelaskan tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan sistematika pembahasan.

BAB II: Menjelaskan tentang kajian teoretik dan penelitian terdahulu yang relevan.

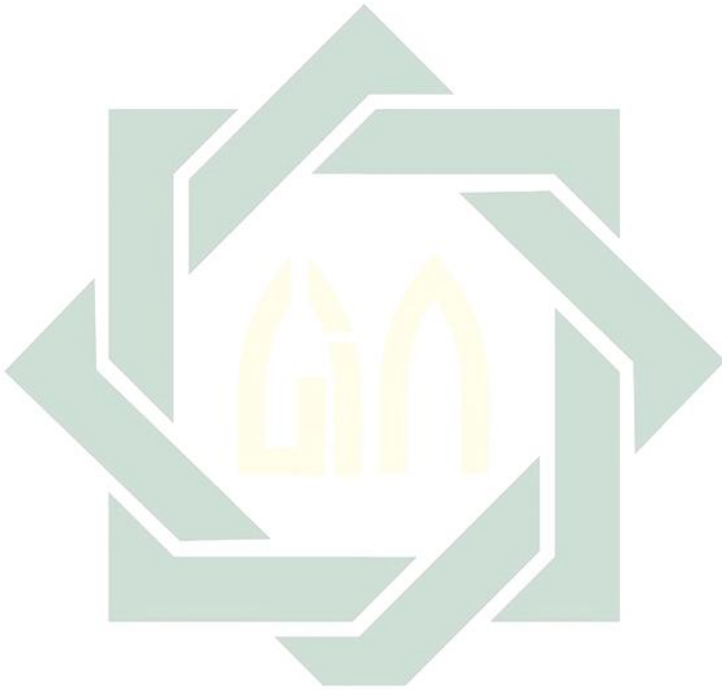
BAB III: Menjelaskan tentang metode penelitian meliputi pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, tahap-tahap penelitian, jenis dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisa data, teknik keabsahan data

²¹Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, h. 219.

BAB IV: Menjelaskan hasil penelitian dan pembahasan meliputi gambaran umum objek penelitian penyajian data, dan pembahasan hasil penelitian (analisis).

BAB V: Penutup yang akan menjelaskan kesimpulan, saran dan keterbatasan penelitian.

BAB AKHIR: Terdiri dari daftar pustaka, dan lampiran.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoretik

1. Konseling Islam

a. Pengertian Konseling Islam

Konseling berasal dari bahasa Inggris *Counseling*, diambil dari kata *Counsel* yang artinya nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*) dan pembicaraan (*to take counsel*). Maka dari itu konseling berarti pemberian nasihat dan anjuran melalui pembicaraan serta bertukar pikiran untuk menyelesaikan suatu masalah antara konselor dan konseli.²²

Islam merupakan agama yang diwahyukan kepada Nabi Muhammad SAW untuk disampaikan kepada umatnya. Islam pada hakikatnya untuk membimbing manusia berbuat baik dan menghindari larangan Allah SWT. Dalam Islam, kata manusia diciptakan dari saripati tanah (*at tin*) maka dari itu sebagai manusia harus hidup berdampingan dengan harmonis dan damai.²³ Konseling Islam ialah usaha untuk membantu individu menemukan fitrahnya sehingga dapat kembali ke jalan yang benar sesuai ajaran Islam dan menyadarkan perannya sebagai khalifah di bumi untuk menyembah Allah SWT.²⁴

Menurut Achmad Mubarak, konseling Islam dalam sejarah Islam dikenal dengan istilah *hisbah*, artinya menyuruh orang (konseli) untuk melakukan

²²Dewa Ketut Sukardi dan Desak Made Sumiati, *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1990), h. 16.

²³Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling Islam*, (Surabaya: dakwah Digital Press, 2009), h. 9.

²⁴Hallen A, *Bimbingan & Konseling*, (Jakarta: Ciputat Press, 2000), hal. 21.

perbuatan baik yang jelas-jelas ia tinggalkan, dan mencegah perbuatan mungkar yang jelas-jelas dikerjakan oleh konseli (*amar ma'ruf nahi munkar*) serta medamaikan konseli yang bermusuhan.²⁵

Menurut Samsul Munir Amin, konseling Islam adalah bantuan secara terarah, berlanjut dan sistematis pada setiap individu agar konseli dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadist Rasulullah SAW kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist²⁶

Menurut Hamdan Bakran Adz-Dzaki, konseling Islam adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (konseli) dalam hal bagaimana akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berpaaradigma kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW.²⁷

Dari uraian diatas maka dapat peneliti simpulkan bahwa konseling Islam adalah pemberian bantuan kepada individu yang sedang mengalami masalah dengan cara bertukar pikiran untuk menyadarkan kembali potensi-potensi yang dimiliki

²⁵Achmad Mubarak, *Al-Irsyad an Nafsy Klien Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000), h. 79.

²⁶Samsul Munir Amin, *Bimbingan Penyuluhan Islam*, (Surabaya: dakwah Digital Press, 2009), h. 6.

²⁷Hamdani Bakran Adz-Dzakiy, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), h.137.

individu sehingga dapat hidup sesuai ajaran Islam dalam Al-Qur'an dan Hadist.

Sebagaimana Firman Allah SWT dalam QS Al Isra' ayat 82:

وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

Artinya: *"Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang zalim Al-Qur'an itu hanya akan menambah kerugian".*²⁸

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah SWT telah menurunkan Al-Qur'an untuk penawar segala penyakit bagi orang beriman agar dapat hidup dalam kedamaian dan bagi orang yang zalim akan menambah kerugian.

b. Tujuan Konseling Islam

Tujuan bimbingan konseling Islam pada dasarnya adalah sejalan dengan maksud dan tujuan syariat Islam, yang oleh al-Syatibi dijabarkan menjadi empat tujuan pokok, yaitu: Pertama, Syariat Islam ditegakkan untuk dipahami manusia (*li ilfham*). Kedua, untuk memperkuat manusia dalam ketentuan agama (*li idkhali al-nas tahta al-taklif*). Ketiga, untuk mengentas manusia dari cengkeraman dan tipu daya hawa nafsunya (*li ikhraj al-nas 'an muqtada hawahum*). Keempat. Untuk mencapai

²⁸Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Intersema, 1986), h. 147.

kemaslahatan manusia dunia dan akhiratnya (*li masalih al-'ibad fi al-darain*).²⁹

Menurut Syamsu Yusuf, tujuan konseling Islam sebagai berikut:³⁰

- 1) Memiliki kesadaran diri sebagai hamba Allah SWT.
- 2) Memiliki kesadaran diri terhadap fungsi hidup di dunia sebagai khalifah Allah SWT.
- 3) Mampu menerima kekurangan dan kelebihan dirinya sendiri.
- 4) Memiliki hidup sehat dan tanpa tekanan.
- 5) Mampu menciptakan suasana keluarga yang harmonis.
- 6) Dapat berkomitmen dengan diri sendiri, termasuk *habl min Allah* maupun *habl min al-nas*.
- 7) Mampu bekerja dan berpikir positif yang diterapkan dalam sehari-hari.
- 8) Memahami dan menyelesaikan masalah tanpa amarah dan harus sabar.
- 9) Memahami faktor yang menyebabkan masalah sehingga dapat menghindarinya.
- 10) Mampu mengubah persepsi atau minat agar tidak terjerumus dalam masalah lebih besar.

Tujuan konseling Islam yaitu membantu individu mengambil keputusan dan membantu menyusun rencana untuk menyelesaikan masalahnya guna mengambil keputusan yang konstruktif sesuai dengan perilaku pada ajaran Islam.³¹ Dengan kata lain, konseling Islam membantu individu untuk

²⁹Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), h. 13-14.

³⁰Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004), h. 178.

³¹Arianto, *Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan Islam*, An-Nahdhah. Vol. 8 No.15. Januari – Juni 2015, h. 87.

mencegah timbulnya masalah bagi dirinya karena sering kali individu tidak bisa menyelesaikan masalahnya sendiri. Maka dari itu dibutuhkan konseling Islam untuk membantu individu yang sedang bermasalah agar dapat hidup dalam kesadaran secara penuh dan syariat Islam.³²

Manusia diharapkan untuk saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan masing-masing sekaligus memberi konseling pada manusia Tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi kehidupannya.³³

Sebagaimana sabda Rasulullah SAW:

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ : مَنْ رَأَى مِنْكُمْ مُنْكَرًا فَلْيُغَيِّرْهُ بِيَدِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِلِسَانِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِقَلْبِهِ وَذَلِكَ أَضْعَفُ الْإِيمَانِ. (رواه مسلم)

Artinya: Dari Abu Sa'id Al Khudri radiallahuanhu berkata : Saya mendengar Rasulullah shallallohu 'alaihi wa sallam bersabda : Siapa yang melihat kemunkaran maka rubahlah dengan tangannya, jika tidak mampu maka rubahlah dengan lisannya, jika tidak mampu maka (tolaklah) dengan hatinya dan hal tersebut adalah selemah-lemahnya iman.(Riwayat Muslim)³⁴

³²Shahudi Siradj, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Surabaya: Revika Putra Media, 2012), h. 55

³³Fenti Hikmawati, *Bimbingan Dan Konseling Perspektif Islam*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2015), h.15.

³⁴ Al-Hafizh Zaki Al-Din 'Abd Al-'Azhim Al-Mundziri, *Ringkasan Shahih Muslim* (Bandung, Mizan, 2002), 25.

Dalam hadits ini dijelaskan bahwa siapapun yang melihat kemungkaran, seketika itu juga haruslah kita mengubah kemungkaran tersebut. Akan tetapi, mengubah kemungkaran tidak boleh dilakukan dengan cara yang bersifat memaksa melainkan diharuskan untuk mengubah secara bertahap. Karena pada hakikatnya salah satu karakteristik berdakwah adalah memudahkan dan tidak mempersulit (bersifat memaksa).

c. Fungsi Konseling Islam

Fungsi konseling Islam ditinjau dari kegunaannya ada empat, yaitu:³⁵

- 1) Fungsi Pencegahan (*Preventif*), membantu individu untuk menjaga dan mencegah munculnya masalah dari diri individu.
- 2) Fungsi Penyembuhan (*Kuratif*), mengobati individu yang bermasalah dan untuk membantu memecahkan masalah yang dihadapi klien.
- 3) Fungsi Preservatif, menjaga situasi individu agar kondisi yang kurang baik menjadi lebih baik dan tidak menimbulkan masalah lagi.
- 4) Fungsi Pengembangan (*Development*), membantu individu untuk memelihara dan mengembangkan dan mempertahankan kondisi yang sudah baik menjadi lebih baik lagi.

Adapun penambahan fungsi secara tradisional digolongkan menjadi 3, yaitu:³⁶

- 1) Fungsi Remedial (*Rehabilitatif*)

Fungsi ini berfokus pada psikis seseorang. Peran dalam fungsi ini untuk menangani masalah seperti susah beradaptasi, gangguan

³⁵Djumhur Ulama, *Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah*, (Bandung: CV Ilmu, 1975), h. 104.

³⁶Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, h. 164.

emosional dan mengembalikan kesehatan mental individu.

2) Fungsi Edukatif

Fungsi ini membantu meningkatkan keterampilan-keterampilan dalam kehidupan individu. Meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan seperti mengidentifikasi, memecahkan masalah, menjelaskan nilai-nilai kehidupan dan memutuskan untuk memilih arah hidup yang benar.

3) Fungsi Preventif

Membantu individu untuk aktif melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah kejiwaan. Upaya ini dilakukan untuk mengantisipasi dan menghindari resiko hidup yang berbahaya bagi psikis.

Adapun fungsi yang bersifat spesifik, yaitu:³⁷

4) Fungsi Pencegahan (*Prevention*)

Dengan mempelajari, memahami, dan mengaplikasikan konseling Islam dengan benar maka akan membantu seseorang untuk terhindar dari hal-hal, keadaan atau peristiwa yang membahayakan serta berdampak buruk kepada jiwa, mental, spiritual atau moral.

5) Fungsi Penyembuhan (*Treatment*)

Mengajak seseorang untuk selalu berdzikirullah agar hati dan jiwa yang sakit menjadi tenang dan damai. Dengan berpuasa akan menjadikan akal fikiran, hati nurani, jiwa, dan moral menjadi bersih dan suci.

³⁷ Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, h. 270.

6) Fungsi Pensucian (*Sterilisasi*) dan Pembersihan (*Purification*)

Fungsi ini berupaya untuk mensucikan diri dari bekas-bekas dosa dengan pensucian seperti najis, hal-hal yang kotor dari pikiran kita dapat dilakukan pensucian dengan air bersih (*wudhu*), pensucian fitri/suci (*taubat*), dan pensucian Yang Maha Suci (*dzikrullah mentauhidkan Allah SWT*).

d. Unsur-unsur Konseling Islam

1) Konselor

Konselor dalam Islam adalah seorang Muslim yang memiliki keterampilan secara profesional untuk melakukan proses konseling sesuai ajaran Islam.³⁸

Secara umum, konselor adalah orang yang memberikan bantuan dan pelayanan kepada seseorang yang sedang mengalami masalah. Konselor membantu konseli untuk memecahkan masalahnya agar dapat hidup nyaman dan terhindar dari gangguan psikis.³⁹

Konselor Islam harus memiliki tiga syarat utama yaitu:⁴⁰

(a) Memiliki Pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki seorang konselor Islam berkenaan dengan pemahaman tentang perilaku manusia, kepribadian manusia, kesehatan mental,

³⁸ Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Jakarta: PT. Kharisma Putra Utama, 2017), h. 193.

³⁹ Sri Astutik, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Surabaya: UINSA Press, 2014), h. 43.

⁴⁰ Abdul Basit, *Konseling Islam*, h. 194.

spiritualitas dan etika yang harus dimiliki konselor Islam.

(b) Memiliki Keahlian Praktis

Selain pengetahuan, konselor Islam juga harus memiliki keahlian praktis dalam berkomunikasi dengan konseli. Keahlian praktis yaitu bisa mempraktikkan hal yang diperlukan untuk kesadaran konseli dalam segala bidang. Seperti konselor Islam di Rumah Sakit, harus bisa mempraktikkan cara bertayamum, sholat ketika keadaan sakit dan mendoakan orang sakit.

(c) Berakhlak Mulia

Akhlak merupakan syarat terpenting dalam proses konseling. Jika akhlak yang dimiliki konselor Islam kurang baik, maka konseli akan susah untuk terbuka terhadap masalahnya. Cara berkomunikasi yang baik juga akan menarik simpati konseli.

2) Konseli

Konseli adalah orang yang bermasalah dan membutuhkan bantuan untuk memecahkan masalahnya karena merasa tidak mampu untuk menyelesaikan sendiri masalahnya tersebut. Masalah dapat terpecahkan dan terselesaikan tergantung pribadi konseli.

Menurut Kartini Kartono, syarat menjadi konseli mempunyai sikap dan sifat sebagai berikut.⁴¹

⁴¹Kartini kartono, *Bimbingan Konseling dan Dasar-dasar Pelaksanaanya*, (Jakarta: CV. Rajawali, 1985), h. 47.

(a) Terbuka

Sikap terbuka yang ditunjukkan oleh konseli akan mempermudah berjalannya proses konseling. Dengan konseli mengungkapkan semua perasaannya secara terbuka dengan harapan agar masalahnya segera terpecahkan.

(b) Sikap Percaya

Konseli harus percaya kepada konselor bahwa masalahnya dapat terpecahkan dan percaya bahwa konselor tidak membocorkan rahasia konseli agar proses konseling dapat berjalan sesuai yang diharapkan.

(c) Bersikap Jujur

Selain terbuka, konseli harus jujur tentang masalah yang sedang dihadapi saat ini. Konseli juga bisa menunjukkan bukti kepada konselor agar tidak ada kesalahpahaman.

(d) Bertanggung Jawab

Konseli harus bersungguh-sungguh untuk melibatkan dirinya dalam penyelesaian masalah yang sedang dialami. Dengan begitu konseli juga bertanggung jawab untuk mengatasi masalahnya sendiri.

3) Masalah

Masalah dalam pandangan Islam merupakan penyakit psikis yang tidak mengakui secara penuh, sehingga dalam diri konseli masih dikuasai oleh hawa nafsu. Penyembuhan penyakit hati atau jiwa ini membutuhkan kesadaran penuh untuk dapat kembali ke jalan

Allah SWT.⁴² Munculnya masalah karena terjadinya keadaan yang tidak diinginkan. Beberapa masalah dapat diselesaikan sendiri dan ada pula yang membutuhkan bantuan jika orang tersebut benar-benar tidak dapat menyelesaikannya sendiri.⁴³

e. Asas-Asas Konseling Islam

Adapun asas-asas dalam bimbingan dan konseling Islam, antara lain:

1) Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Kehidupan di dunia hanya sementara dan tidak abadi, kehidupan yang kekal dan abadi hanyalah di akhirat maka dari itu konselor berusaha membantu konseli untuk mencapai kebahagiaan di akhirat.⁴⁴

2) Asas Fitrah

Manusia lahir di dunia dibekali fitrah atau potensi diri masing-masing. Jika manusia menjalankan hidupnya sesuai fitrahnya maka akan mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat. Disini konselor berupaya untuk membantu konseli untuk mencapai fitrahnya kembali.⁴⁵

3) Asas Lillahi Ta'ala

Adanya bimbingan dan konseling senantiasa untuk membantu seseorang yang sedang mengalami masalah semata-mata untuk

⁴²Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Jakarta: PT. Kharisma Putra Utama, 2017) h. 45.

⁴³Hartono dan Soedarmaji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012), h. 83.

⁴⁴Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), h. 28.

⁴⁵Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: UII Press, 2001), h 23.

karena Allah SWT. Konseli yang menerima bantuan dan berkeinginan untuk menyelesaikan masalahnya juga semata-mata karena ingin kembali kepada Allah SWT.⁴⁶

4) Asas Bimbingan Seumur Hidup

Manusia hidup didunia tidak luput dari masalah dan tidak ada yang sempurna kecuali Allah SWT. Maka dari itu diperlukan bimbingan dan konseling untuk membimbing manusia agar dapat hidup sesuai petunjuk Allah SWT. Bimbingan dapat dilihat dari segi pendidikan, karena pendidikan dibutuhkan oleh manusia tanpa mengenal usia.⁴⁷

5) Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani

Dalam bimbingan dan konseling Islam diperlukan jasmaniah yaitu konseli yang bermasalah serta rohaniyah sebagai keadaan jiwa konseli yang bermasalah. Maka dari itu bimbingan dan konseling membantu individu untuk dapat hidup dengan keseimbangan jasmani dan rohani.⁴⁸

6) Asas Keseimbangan Rohaniah

Rohaniyah dalam manusia memiliki daya kemampuan pikir, hawa nafsu dan akal pikiran untuk mengetahui apa yang perlu diketahuinya. Setelah memperoleh apa yang perlu diketahuinya maka seseorang akan memperoleh keyakinan dan akan dianalisis untuk meyakinkan lebih dalam

⁴⁶ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, h. 24.

⁴⁷ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, h. 25.

⁴⁸ Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h. 29.

untuk mendapatkan keseimbangan rohaniyahnya.⁴⁹

7) Asas Kemajuan Individu

Menurut Islam seorang individu mempunyai kesuksesan atau pencapaian tersendiri sebagai kemampuan yang dimiliki individu masing-masing.⁵⁰

8) Asas Sosialita Manusia

Manusia merupakan makhluk sosial dan sosialita diakui untuk memperlihatkan hak individu. Dalam proses bimbingan dan konseling Islam aspek-aspek sosial sangat diperhatikan karena merupakan ciri-ciri yang hakiki pada manusia.⁵¹

9) Asas Kekhalifaan Manusia

Dalam Islam, manusia sebagai khalifah Allah SWT untuk mengelola alam semesta sebaik-baiknya. Tugasnya sebagai memelihara keseimbangan ekosistem di dunia dan menjaga ciptaan Allah di bumi. Disamping itu juga bertujuan untuk mendapatkan kebahagiaan di dunia.⁵²

10) Asas Keselarasan dan Keadilan

Dalam agama Islam sangat menganjurkan untuk hidup dalam keharmonisan, keselarasan, keseimbangan dan keserasian agar manusia dapat berlaku adil terhadap lingkungannya.⁵³

⁴⁹ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: UII Press, 2001), h 29 .

⁵⁰ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, h. 28.

⁵¹ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, h. 29.

⁵² Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, h. 30.

⁵³ Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h. 30.

11) Asas Pembinaan Akhlaqul Karimah

Bimbingan dan Konseling Islam membantu dan membina konseli untuk dapat berakhlak yang baik dan menyempurnakan sifat-sifat yang kurang baik dalam diri konseli.⁵⁴

12) Asas Kasih Sayang

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan penuh rasa kasih dan sayang, karena dengan rasa kasih sayang dapat mengalahkan segala rasa amarah.⁵⁵

13) Asas Saling Menghargai dan Menghormati

Konselor dan konseli pada dasarnya memiliki kedudukan yang sama, yang membedakan hanyalah fungsinya masing-masing yaitu konselor sebagai pemberi pelayanan dan konseli yang membutuhkan pelayanan terhadap masalahnya. Sehingga konselor dan konseli terjalin hubungan yang harus saling menghargai dan menghormati.⁵⁶

14) Asas Musyawarah

Antara konselor dan konseli akan terjadi musyawarah untuk mencari jalan keluar atas masalah yang sedang dialami konseli agar tidak terjadi kesalahpahaman.⁵⁷

15) Asas Keahlian

Konselor harus mempunyai keahlian dalam bidang konseling agar terjalannya proses konseling dengan baik. Keahlian dalam

⁵⁴ Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h. 30.

⁵⁵ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: UII Press, 2001), h 30.

⁵⁶ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, h. 33.

⁵⁷ Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h. 31.

metodologi dan teknik-teknik bimbingan dan konseling Islam harus mampu diterapkan oleh konselor.⁵⁸

f. Langkah-langkah Konseling Islam

Dalam melaksanakan proses konseling, harus diperhatikan langkah-langkah sebagai berikut:

1) Identifikasi Masalah

Dalam langkah pertama ini dilakukan pengumpulan data seperti wawancara dan survei yang terkait dengan konseli agar mengetahui jenis kasus yang sedang dialami. Tujuannya untuk mengetahui lebih lanjut penanganan dan tindak lanjut yang akan dilakukan untuk konseli.

2) Diagnosis

Setelah mengetahui latar belakang kasus maka konselor akan menetapkan jenis kasus yang sedang dialami konseli, maka konselor akan mengumpulkan data dengan studi kasus dan berbagai teknik pengumpulan data untuk dapat dilanjutkan ke tahap berikutnya.

3) Prognosis

Langkah ini adalah untuk menentukan cara penanganan dan penyelesaian masalah konseli. Pada tahap ini perlu diketahui terlebih dahulu permasalahan konseli untuk berlanjut ke tahap selanjutnya.⁵⁹

4) Treatment

Proses pelaksanaan terapi untuk mengurangi beban masalah konseli dan

⁵⁸ Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h. 32.

⁵⁹ Bimo Walgito, *Bimbingan Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas UGM, 1968), h. 105.

menyadarkan konseli agar bisa menyelesaikan masalahnya.

5) Evaluasi

Setelah melaksanakan treatment akan diadakan evaluasi tentang perasaan klien setelah melaksanakan treatment tersebut. Konselor dan konseli akan bertukar pikiran untuk menemukan jalan keluar masalah konseli tersebut.

6) Follow Up

Langkah ini untuk menilai seberapa jauh konseli dapat menyelesaikan masalahnya dan melihat perkembangan dalam jangka panjang.⁶⁰

2. Teknik *Empty Chair* (Kursi Kosong)

a. Pengertian Teknik *Empty Chair* (Kursi Kosong)

Teknik *empty chair* dalam terapi Gestalt dikembangkan oleh Frederick Perls. Terapi Gestalt berfokus pada apa dan bagaimana tingkah laku pada individu itu terjadi dan pengalaman saat ini-sekarang yang sedang dialami individu. Dengan terapi Gestalt akan menggabungkan kembali bagian kepribadian individu yang terpecah.⁶¹

Pandangan *Gestalt* tentang manusia bahwasannya individu dapat memperluas kesadaran, menerima tanggung jawab, dan menyelesaikan masalah. Terapi diarahkan bukan untuk menganalisis, melainkan untuk bertahap hingga konseli dapat menunjang kehidupannya saat ini dan untuk masa yang akan datang.⁶²

⁶⁰Sri Astutik, *Pengantar Bimbingan Dan Konseling*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2014) h. 77.

⁶¹Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 117.

⁶²Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, h. 118.

Pribadi sehat menurut *Gestalt* adalah individu yang selalu semangat pada masa sekarang dan saat ini. individu yang sehat akan berusaha hidup pada masa saat ini. Mereka akan sadar diri bagaimana cara untuk berkomunikasi kepada lingkungannya. Orang sehat akan memahami dan menerapkan pada pikirannya bahwa hidup harus berproses. Seseorang yang sehat harus bertanggung jawab atas segala perilakunya dan menghargai setiap perilaku orang lain. Sedangkan, pribadi yang tidak sehat menurut *Gestalt* adalah orang yang tidak mampu menyadari kehidupan yang sedang berlangsung dikarenakan ada perasaan-perasaan yang belum selesai pada masa lalu sehingga berdampak pada masa sekarang.⁶³

Terapi gestalt mempunyai sekumpulan teknik untuk berlangsungnya proses terapeutik. Teknik tersebut dapat membantu konseli mendapatkan kesadaran yang penuh untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami. Salah satu teknik dalam terapi Gestalt adalah teknik *empty chair* (kusi kosong). Teknik ini mengajak konseli untuk dapat mengeksternalisasikan introyeksinya. Teknik *empty chair* (kursi kosong) memfokuskan untuk membantu konseli agar mengalami sepenuhnya keberadaanya di masa sekarang dengan menyadarkan tindakan yang selama ini konseli hindari.⁶⁴

Menurut Komalasari, Introyeksi adalah memasukan asumsi-asumsi tentang diri individu seperti apa dan bagaimana individu harus bertindak. Dalam proses interaksi antara individu dan

⁶³Andi Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling (Teori dan Aplikasi)*, (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2018), h.102.

⁶⁴Eko Darmanto, *Teori-teori Konseling*, (Surabaya: Anggota IKAPI, 2000), h. 85

lingkungannya terlihat jika individu yang sehat maka akan menyadarinya. Apabila individu yang sedang melakukan introyeksi, maka akan selalu dituntut oleh lingkungannya. Sehingga individu tersebut tidak menyadari interaksi antara individu dan lingkungannya.⁶⁵

Dalam pendekatan *empty chair* yang harus diperhatikan adalah pikiran dan perasaan konseli pada masa sekarang. Individu yang bermasalah sering memfokuskan pada kejadian-kejadian tertentu di kehidupannya, sehingga individu tersebut tidak dapat bertindak dan bereaksi secara total. *Empty chair* juga dapat memahami tentang urusan yang belum selesa dalam kehidupan konseli.

Pandangan pendekatan *empty chair* tentang manusia bahwa individu dapat menyelesaikan sendiri masalah yang dihadapinya dengan kesadaran, serta interaksi dengan lingkungan sekitar. Individu yang bermasalah terjadi karena individu tersebut menghindari masalah yang ia hadapi.

Oleh karena itu dengan menggunakan teknik *empty chair* dapat membantu konseli untuk mendapatkan kembali kesadarannya agar dapat menyelesaikan masalah yang sedang ia hadapi saat ini.⁶⁶

b. Tujuan Teknik *Empty Chair* (Kursi Kosong)

Tujuan terapi *Gestalt* mempunyai beberapa sasaran. Menurut Corey, sasaran dasar dari tujuan terapi *Gestalt* yaitu memberikan tantangan kepada konseli untuk merubah pikirannya dari “didukung

⁶⁵Komalasari G, dkk, *Teori dan teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2011), h. 298.

⁶⁶Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 121.

oleh lingkungan” menjadi didukung oleh diri sendiri”. Tujuan terapi ini agar konseli dapat mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain. Sasaran utama yaitu untuk mencapai kesadaran konseli. Kesadaran merupakan alat untuk merubah pola pikiran individu. Dengan kesadaran, konseli dapat memahami diri sendiri dan bisa menyelesaikan masalahnya. Tujuan utamanya yaitu membantu konseli untuk menemukan dirinya sendiri. Menyadarkan konseli bahwa mereka mempunyai potensi diri masing-masing dan bisa memahami kebutuhan hidup diri sendiri.⁶⁷

Menurut Stephen Palmer, tujuan terapi *Gestalt* yaitu menumbuhkan kesadaran diri konseli agar bisa hidup bebas dan kreatif, bertanggung jawab, mandiri sehingga bisa menjalani kehidupan sesuai tujuannya.⁶⁸

Menurut Hartono dan Boy, Tujuan terapi *Gestalt* mendorong seseorang untuk dapat menyelesaikan masalahnya sendiri secara efektif dengan melihat keadaan saat ini. Dengan begitu, konseli akan menyadari bahwa mereka mempunyai potensi untuk dirinya sendiri, sehingga memunculkan rasa bertanggung jawab setelah melakukan proses terapi.⁶⁹

Sedangkan tujuan teknik *empty chair* adalah untuk membantu konseli mengatasi masalah yang ada pada dirinya dengan merasakan perasaan tentang konflik yang sedang ia alami secara penuh. Teknik

⁶⁷Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 124.

⁶⁸Stephen Palmer, *Konseling Psikoterapi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), h. 154.

⁶⁹Hartono, Boy Somardji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012), h. 165.

ini juga bertujuan membantu konseli untuk keluar dari introyeksinya dengan menyadarkan konseli melalui peran *top dog* (kekuatan) dan *under dog* (kelemahan).⁷⁰

c. Proses Teknik *Empty Chair* (Kursi Kosong)

Menurut Gantina, terdapat empat langkah untuk menjalankan kursi kosong.⁷¹

- 1) Konselor mengarahkan konseli untuk mengidentifikasi orang yang sedang mengalami masalah dengan konseli.
- 2) Konseli akan merespon seperti apa orang yang menjadi sumber masalah itu akan meresponnya.
- 3) Konseli melakukan peran sebagai *top dog* (kekuatan) dan *under dog* (kelemahan) untuk menyelesaikan konflik dalam dirinya secara bergantian.
- 4) Konseli akan memahami konflik yang ada pada dirinya sehingga dapat mengungkapkan ekspresi dan emosinya lebih dalam untuk mendapatkan kesadaran secara penuh.
- 5) Mengajak konseli untuk mendiagnosis perasaan konseli.

3. Agresivitas Verbal

a. Pengertian Agresivitas Verbal

Agresivitas merupakan satu bagian dari agresi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) agresi memiliki dua arti, yang pertama adalah perasaan marah atau tindakan yang kasar dikarenakan rasa kecewa akibat tujuan yang tidak bisa terwujud dan dilampiaskan kepada orang atau

⁷⁰Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), h. 318.

⁷¹Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, h. 319.

benda disekitarnya. Arti yang kedua, perbuatan untuk menyerang seseorang secara fisik maupun verbal. Sedangkan agresivitas memiliki arti suatu hal (sifat) agresif atau ke-agresifan.⁷²

Agresi secara emosional diartikan sebagai hasil dari proses rasa marah. Sedangkan secara motivasional adalah perilaku untuk menyakiti seseorang.⁷³ Perilaku agresif meluapkan rasa emosinya kepada suatu objek berupa tindakan langsung maupun tidak langsung.

Agresi merupakan bentuk perilaku dengan sengaja menyakiti dan membahayakan seseorang. Tindakan agresivitas dilakukan secara fisik maupun verbal, sehingga dapat merugikan seseorang berupa luka tubuh dan gangguan psikis. Sehingga agresivitas terjadi dengan diikuti prasangka buruk atau rasa emosi kepada obyek.⁷⁴ Beberapa pendapat dari para ahli sebagai berikut:

- 1) Menurut Baron, agresif adalah segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup lain yang terdorong untuk menghindari perilaku itu.⁷⁵
- 2) Menurut Murray dan Fine mendefinisikan agresi sebagai tingkah laku kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain atau terhadap objek-objek.⁷⁶

⁷² Kamus Besar Bahasa Indonesia (online), (<https://kbbi.web.id/agresivitas>, diakses pada 30 Oktober 2019, pukul 15.30)

⁷³ Willis Sofyan, *Remaja dan Masalahnya*, (Bandung: Alfabeta, 2010) h. 121.

⁷⁴ Retno Winarlin, dkk, *Efektivitas Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa SMP*, Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, Vol. 1, No. 2, (2016), h. 68.

⁷⁵ Donny, Robert A. Baron, *Psikologi Sosial Jilid II*, (Jakarta: Erlangga, 2002), h. 137.

⁷⁶ E. Koswara, *Agresi manusia*, (Bandung: PT. Eresco, 1998), h. 5.

- 3) Menurut Anantasari, pada dasarnya perilaku agresif pada manusia adalah tindakan yang bersifat kekerasan, yang dilakukan oleh manusia terhadap sesamanya.⁷⁷

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa agresi merupakan bentuk perilaku yang dengan sengaja untuk melukai orang lain dengan dasar ada rasa emosi atau kemarahan dengan perlakuan fisik maupun verbal. Agresi merupakan hasil dari emosi marah yang sedang meluap dan bisa saja melakukan serangan secara kasar. Agresi terkadang dapat menyebabkan tindakan sadis yang ditujukan kepada orang ataupun benda.⁷⁸

Agresivitas bisa terjadi pada remaja sampai dewasa. Individu pada usia 12-22 tahun menjadi titik kunci agresivitas itu bisa terjadi. Karena pada saat usia tersebut sedang ada pada fase remaja yang mengalami transisi ke fase dewasa. Jika dalam masa anak-anak sudah memiliki tingkat agresivitas tinggi maka akan berpengaruh pada masa remaja dan dewasa. Keadaan emosi yang belum bisa stabil dan sedang dalam proses pematangan pendirian hidup, sangat rentan sekali terjadi perilaku agresivitas.⁷⁹

Sementara itu, agresivitas mempunyai komponen motorik yaitu agresivitas fisik dan agresivitas verbal. Agresivitas fisik dilakukan dengan melukai tubuh seseorang, seperti memukul,

⁷⁷Anantasari, *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), h. 80.

⁷⁸Yusria Ningsih, *Kesehatan Mental*, (Surabaya: UINSA Surabaya, 2018), h.88.

⁷⁹Laili Nur Oktavin Anggraini, dkk, *Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Intensi Agresivitas Verbal Instrumental Pada Suku Batak di Ikatan Mahasiswa Sumatera Utara Universitas Diponegoro*, Jurnal Empati, Vol. 7, No. 3, (Agustus,2018), h. 271.

menendang, menampar, dll. Sedangkan agresivitas verbal dilakukan dalam bentuk kata-kata, seperti mencemooh, menghina, berkata kasar, dll kepada seseorang.⁸⁰

Agresi verbal dapat meningkat jika ada pendukung dan penguatan, baik dari lingkungan masyarakat seperti mudah larut dalam provokasi maupun dari dalam diri individu seperti menurunkan perasaan emosi dan akan menimbulkan perasaan senang atau kepuasan tersendiri sebagaimana penggunaan zat adiktif dan dapat menimbulkan kecanduan. Agresi verbal tidak hanya identik dengan kata-kata kasar, tetapi ada juga dengan menggunakan kata-kata lembut tetapi menyakitkan untuk subjek sasaran.

Menurut Berkowitz, mendefinisikan perilaku agresif verbal sebagai suatu bentuk perilaku atau aksi agresif yang diungkapkan untuk menyakiti orang lain, perilaku agresif verbal dapat berbentuk umpatan, celaan atau makian, ejekan fitnahan, dan ancaman melalui kata-kata.⁸¹

Menurut Krahe, mendefinisikan perilaku agresif verbal adalah berbohong, mengumpat, atau memperburuk-burukkan orang lain, memberi nama julukan, memperolok-olok, bergunjing, mengejek, menghina atau menyindir, mencaci, mencela, dan mendamprat.⁸²

⁸⁰Firman Syarif, “Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Agresi pada Mahasiswa Warga Asrama Komplek Asrama Ayu Sempaja (Kota Samarinda)”, ISSN 2477-2666 (cetak), Psikoborneo, (CD-ROM Psikoborneo, 2017), h. 268.

⁸¹ Berkowitz L, *Agresi I*, (Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo, 2003), h. 15.

⁸² Barbara Krahe, *Perilaku Agresif*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005), h. 25.

Agresivitas verbal yang berlangsung terus menerus dapat juga disebut kekerasan kata-kata. Tindakan yang dilakukan secara verbal biasanya didapatkan oleh anak dari orangtua ataupun didapatkan dari lingkungan. Efek dari agresivitas verbal yang menyerang psikis berupa ketakutan, gangguan mental, tingkat kepercayaan diri menurun, dll.⁸³ Bentuk agresivitas verbal yang mempengaruhi seseorang dalam keluarga seperti orang tua tidak menunjukkan rasa sayang kepada anak dan sering menggertak anak atau mengintimidasi. Dalam lingkungan terjadi karena pergaulan seseorang yang salah, seperti anak remaja bergaul dengan orang dewasa dan dalam pergaulan tersebut lebih membahas tentang kedewasaan. Mengucilkan atau mempermalukan seseorang dengan merendahkan, mencela perbuatan dan tidak menghargai seseorang.⁸⁴

Agresivitas verbal dapat diartikan sebagai bentuk perilaku menyakiti seseorang dengan kata-kata yang menyerang psikis. Agresivitas verbal berupa menghina, berkata kasar, mengucilkan seseorang atas dasar emosi dan dapat menimbulkan perdebatan.

⁸³Dewi Mayangsari, Fadilah Yuliandari, *Faktor Penyebab Agresivitas Verbal Anak Usia Dini yang Bersekolah di Daerah Pesisir Bangkalan*, Paper disajikan dalam Psikologi Sosial di Era Revolusi Industri 4.0: Peluang & Tantangan di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Trunojoyo Madura, (Madura: Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Sosial, 2019), 4 Mei 2019.

⁸⁴Titik Lestari, *Verbal Abuse*, (Yogyakarta: Psikosain, 2016), h. 17.

b. Teori-Teori Agresivitas

1) Teori Bawaan atau Bakat

(a) Teori Naluri (Psikoanalisis)

Freud mengemukakan dalam teori psikoanalisis bahwa agresi adalah satu diantara dua naluri dasar manusia. Salah satu naluri dasar manusia adalah naluri agresi yang berpasangan dengan naluri seksual. Fungsi naluri seksual sebagai malanjutkan keturunan dan fungsi naluri agresi sebagai mempertahankan jenis, sehingga kedua naluri tersebut berada dalam alam bawah sadar manusia. Pada bagian *id* terdapat prinsip yang harus dituruti. *Super ego* adalah bagian mewakili norma-norma dalam masyarakat dan *ego* untuk berhadapan langsung dengan kenyataan. Sementara itu, agresivitas merupakan ciri bawaan pada manusia.⁸⁵

(b) Teori Biologi

Perilaku agresif dari proses faal ditentukan dari susunan syaraf di otak. Diketahui bahwa laki-laki mempunyai hormon *testosteron* yang berpengaruh dalam agresivitas. Menurut penelitian, laki-laki yang cenderung melakukan perilaku agresif memiliki hormon *testosteron* yang tinggi dibanding laki-laki yang biasa atau tidak melakukan perilaku agresif. Hormon

⁸⁵Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), h. 301.

testosteron akan meningkat jika seseorang melakukan perbuatan agresif.⁸⁶

Ditinjau dari genetika juga berpengaruh terhadap perilaku agresif seseorang. Gen dari ayah atau ibu yang memiliki perilaku agresif, kemungkinan akan dimiliki oleh anaknya. Ataupun gen yang turun temurun dari kakek/nenek juga akan mempengaruhi seseorang untuk berperilaku agresif.⁸⁷

2) Teori Lingkungan

Teori ini menjelaskan bahwa kejadian di lingkungan merupakan pengaruh terjadinya perilaku agresif, diantaranya:

a) Teori Frustasi Agresi Klasik

Definisi frustasi adalah keadaan individu apabila usaha dalam mencapai tujuan tidak sesuai dengan apa yang diinginkan. Keadaan tersebut dapat terjadi karena faktor dari dalam diri maupun dari luar.⁸⁸

Teori ini dikemukakan oleh Dollard dkk dan Miller bahwa frustasi dapat memicu timbulnya perilaku agresif. Jika dalam keadaan haus, bisa saja kita akan pergi membeli air minum di mesin minuman. Ketika air minum yang kita inginkan tidak dapat keluar sedangkan uang sudah kita masukan ke mesin, maka frustasi itu akan muncul. Perilaku agresif yang disebabkan

⁸⁶Jenny Mercer & Debbie Clayton, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Erlangga, 2012), h. 145.

⁸⁷Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), h. 303.

⁸⁸Gerald C. Davidson dkk, *Psikologi Abnormal*, Edisi ke-9, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2009), h. 18.

karena frustrasi berupa mengomel, berkata kasar, dan memukul mesin tersebut. Melampiaskan frustrasi ke mesin minuman dalam bentuk fisik maupun verbal ketika keadaan di tempat kejadian mendukung seseorang untuk berbuat agresif. Apabila keadaan lingkungan tidak mendukung seperti banyak orang, maka perilaku agresif tersebut dapat berkurang.⁸⁹

b) Teori Frustrasi Agresi Baru

Teori ini mengalami modifikasi dari teori frustrasi agresi klasik. Brunstein & Worchel berpendapat bawa frustrasi dan iritasi berbeda. Iritasi adalah perasaan gelisah atau kesal akibat mengerti tujuan yang diinginkan tidak bisa terwujud. Sedangkan frustrasi dapat menimbulkan perasaan putus asa dan sebelumnya tidak mengetahui tujuan yang diinginkan tidak bisa terwujud. Frustrasi lebih dominan untuk seseorang dapat berperilaku agresif.⁹⁰

Hubungan antara frustrasi dan agresi akan terulang kembali meskipun tujuan yang diinginkan sudah terwujud. Frustrasi lebih disebabkan oleh keadaan yang subjektif daripada objektif. Berkowitz menerangkan bahwa keadaan subjektif disebut *deprivasi* (kekurangan) dalam artian kesenjangan sosial dapat menimbulkan kekurangan dari dalam individu. *Deprivasi* juga dapat menimbulkan frustrasi yang pada akhirnya akan berperilaku agresif. *Deprivasi relatif*

⁸⁹ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial*, h. 305.

⁹⁰ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial*, h. 306.

berpengaruh lebih besar daripada *deprivasi absolut*, karena *deprivasi relatif* sering membedakan dirinya dengan orang lain. Jika harapan yang diinginkan tidak dapat terpenuhi maka akan muncul rasa kekurangan dan timbul rasa frustrasi pada individu tersebut. *Deprivasi absolut* sangat memahami bahwa keadaan memang kekurangan dan tidak menuntut apapun. *Deprivasi* bisa terjadi pada pribadi maupun kelompok.⁹¹

c) Teori Belajar Sosial

Ketika anak sering melihat rekaman video atau acara televisi yang memperlihatkan perilaku agresif, maka kemungkinan anak tersebut belajar dari tayangan tersebut. Bandura mengemukakan bahwa dalam kejadian sehari-hari terdapat perilaku agresif yang ditunjukkan oleh keluarga maupun lingkungan. Sehingga anak akan belajar lewat tingkah laku tersebut secara tidak sadar.

Sementara itu, Mc Closkey, Figuerendo & Koss berpendapat bahwa perilaku agresif yang dimiliki seseorang tidak ada hubungannya dengan pengalaman masa lalu atau kesehatan mentalnya. Tetapi, perilaku agresif terjadi hanya reaksi emosi sesaat saja. Seseorang akan belajar atau meniru dengan sendirinya melalui keadaan yang terjadi di lingkungannya.⁹²

⁹¹ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial*, h. 308.

⁹² Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial*, h. 312.

d) Etologi dan evolusi

Dalam teori psikodinamika, perlu dipertimbangkan kembali antara teori dan evolusi, diantaranya:

- (1) Manusia melakukan lebih dari satu perilaku agresif yang dilakukan secara terus menerus.
- (2) Satu perilaku agresif seseorang bisa memicu kekerasan, intimidasi dan trauma.
- (3) Selalu berhati-hati jika mengaitkan studi pada hewan dengan manusia secara langsung.⁹³

3) Teori Kognisi

Teori kognisi berfokus pada proses secara sadar dalam pembentukan kategori, penilaian, pembuatan keputusan dan pemberian sifat kepada seseorang. Kesalahan dalam menilai seseorang dapat menimbulkan perilaku agresif.⁹⁴

Disebutkan dalam point-point yang dipertimbangkan dalam teori ini, yaitu:

- (1) Memasukan hipotesis agresi frustrasi dalam teori ini.
- (2) Teori ini tepat untuk menjelaskan agresi permusuhan.
- (3) Mengajukan mekanisme mengapa peristiwa aversi dapat meningkatkan tindakan agresif.⁹⁵

⁹³Jenny Mercer & Debbie Clayton, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Erlangga, 2012), h.145.

⁹⁴ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial*, h. 314.

⁹⁵ Anantasari, *Menyikapi Perilaku Agresi Anak*, (Yogyakarta, Konisius, 2006), h. 18.

4) Teori Dorongan

Teori ini menjelaskan bahwa perilaku agresif muncul karena ada dorongan dari luar. Dorongan dari luar tersebut dapat berupa frustrasi sehingga muncul dorongan untuk menyakiti orang lain. Sementara itu, penyebab agresi bukan dominan dari frustrasi, frustrasi merupakan penyebab yang lemah dalam pengaruh tindakan agresif. Perilaku agresif muncul karena adanya dorongan amarah yang besar dari dalam individu.⁹⁶

5) Teori Modern

Dalam teori ini tidak berfokus pada faktor tunggal, tetapi berfokus pada beberapa aspek dalam dua variabel. Variabel situasional meliputi frustrasi, provokasi, model perilaku agresif, dan keadaan yang membuat tidak nyaman. Variabel individu yaitu perbedaan antar individu seperti, perasaan mudah marah, dan sikap terbuka terhadap kekerasan.

Dari variabel tersebut dapat memicu timbulnya perilaku agresif melalui tiga proses. Keterangsangan, dapat meningkatkan antusiasme seseorang untuk melakukan perilaku agresif. Keadaan afektif, dari variabel situasional maupun individu akan memunculkan perasaan untuk melakukan kekerasan pada subjek atau objek lain. Kognisi agresif, setelah seseorang memiliki perasaan untuk menyakiti orang lain maka akan membawanya dalam pikiran dan akan melakukan perilaku agresif. Kejadian untuk melakukan perilaku agresif bisa terjadi ataupun

⁹⁶ Robert A. Baron, Donn Byrne, *Psikologi Sosial Jilid II*, (Jakarta: Erlangga, 2005), h.139.

tidak bisa terjadi karena tergantung pada situasi dan kondisi.⁹⁷

c. Aspek-Aspek Agresivitas

Agresivitas memiliki komponen motorik yaitu agresi fisik dan agresi verbal. Sedangkan komponen afektif dan kognisi adalah kemarahan dan permusuhan. Diuraikan sebagai berikut:

- 1) Agresi Fisik, bentuk perilaku agresif yang sasarannya ke tubuh atau fisik seseorang. Dilakukan dengan cara penyerangan sehingga dapat membahayakan seseorang. Agresi fisik bisa menimbulkan cedera fisik dan trauma fisik.
- 2) Agresi Verbal, bentuk perilaku agresif yang berupa kata-kata yang menyakitkan. Biasanya dilakukan dengan sindiran, kata-kata kasar, menghina dan berakibat pada psikologis seseorang. Agresi Verbal ini dapat mengakibatkan trauma psikis.
- 3) Kemarahan, agresivitas jenis ini akan memunculkan rasa benci terhadap seseorang yang dianggap menjadi hambatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.
- 4) Permusuhan, dari kemarahan akan muncul permusuhan dengan rasa ingin melukai dan menyakiti seseorang secara tidak adil.⁹⁸

d. Ciri-ciri Agresivitas Verbal

Menurut Anantasari, menyebutkan beberapa ciri perilaku agresif yang perlu diperhatikan. Ciri perilaku agresif meliputi tiga hal. Pertama, menyakiti

⁹⁷ Robert A. Baron, Donn Byrne, *Psikologi Sosial Jilid II*, h. 139.

⁹⁸ Firman Syarif, "Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Agresi pada Mahasiswa Warga Asrama Komplek Asrama Ayu Sempaja (Kota Samarinda)", ISSN 2477-2666 (cetak), Psikoborneo, (CD-ROM Psikoborneo, 2017), h. 268.

diri sendiri, menjadikan orang lain atau objek pengganti. Menyebabkan kesakitan dalam bentuk fisik maupun psikis. Kedua, tidak diinginkan oleh orang yang menjadi sasarannya. Ketiga, sering melanggar norma sosial.⁹⁹

Gejala-gejala perilaku agresivitas verbal yaitu: sering menggertak baik ucapan maupun perilaku, keras kepala, bertindak *impulsif* (serampangan), selalu membenarkan diri sendiri, bersikap senang mengganggu orang lain, sering berkata kasar, bersikap balas dendam, marah secara sadis, menunjukkan sikap terbuka dengan permusuhan, dan mau berkuasa dalam setiap situasi.¹⁰⁰

e. Penyebab Agresivitas Verbal

Seseorang melakukan agresivitas verbal pasti ada sebabnya, penyebabnya bisa dari dalam maupun dari luar. Menurut Hildayani, penyebab perilaku agresif verbal terdiri beberapa faktor yaitu:¹⁰¹

1) Faktor Biologis

Dari faktor biologis dapat dilihat dari kepribadian orang tua. Rasa emosi atau perilaku agresif yang tinggi dari orang tua dapat menurun ke anak. Misalnya, Ibu yang memiliki tingkat sensitif yang tinggi sehingga mudah tersinggung dan marah bisa saja menurun kepada anaknya. Perilaku agresif juga dapat muncul jika orang tua mengidap gangguan mental.

⁹⁹Anantasari, *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), h. 20.

¹⁰⁰Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Rosda, 2005), h. 220.

¹⁰¹Rini Hildayani, dkk, *Penanganan Anak Berkelainan*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2014) h. 12.

2) Faktor Keluarga

Perilaku orang tua yang kurang menunjukkan rasa kasih sayang kepada anaknya akan membuat anak dapat berperilaku agresif karena anak kurang mendapatkan perhatian dari keluarga. Jika orang tua semakin menunjukkan perilaku dan perkataan yang kasar kepada anaknya, maka si anak secara tidak langsung akan meniru perilaku agresif orang tuanya.

3) Faktor Lingkungan dan Budaya

Lingkungan juga berpengaruh besar kepada seseorang untuk melakukan agresivitas verbal. Lingkungan yang penuh dengan kritik akan menjadi hal yang biasa untuk melakukan agresivitas verbal ke orang lain. Budaya yang terjadi disekitar akan mempengaruhi pikiran untuk melakukan *verbal abuse*.

Menurut Baron dan Byrne ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan agresivitas verbal:¹⁰²

1) Faktor Eksternal

Dapat dilihat dari faktor sosial, yaitu faktor dari lingkungan individu yang berupa kebiasaan dalam bentuk verbal maupun fisik. Penyebabnya antara lain, mengalami stress, depresi atau frustrasi ketika individu tidak dapat mencapai apa yang diinginkan. Provokasi secara verbal akan membuat individu merasa tertantang untuk masuk dalam masalah dan dapat menyebabkan agresivitas verbal itu terjadi. Pemaparan kekerasan fisik atau verbal melalui media

¹⁰² Baron R.A, Byrne D. *Psikologi Sosial Jilid II*, (Jakarta: Erlangga, 2005), h.151.

massa akan membuat individu melakukan imitasi dari perbuatan tersebut.

2) Faktor Internal

Faktor dalam diri individu dapat berpengaruh terhadap agresivitas verbal. Perilaku dan karakteristik individu seperti memiliki sifat temperamen, sensitif, dan cenderung berfikir negatif dapat mendukung agresivitas verbal. Tingkat narsisme yang dimiliki individu akan menimbulkan perilaku agresif terhadap orang lain dengan cara mengancam egonya yang besar. Perbedaan jenis kelamin memiliki tingkat agresivitas verbal yang berbeda. Laki-laki cenderung memiliki agresivitas verbal tinggi.

3) Faktor Situasional

Faktor situasi menjadi penyebab agresivitas verbal maupun fisik. Individu melakukan perilaku agresivitas tergantung dengan situasi dan kondisi yang sedang terjadi. Seperti individu terpancing emosinya untuk tawuran karena adanya provokasi, maka individu tersebut akan melakukan pertengkaran.

4. Teknik *Empty Chair* Untuk Menangani Agresivitas Verbal

Teknik *Empty Chair* (Kursi Kosong) merupakan suatu cara untuk mengajak klien agar mengeksplorasi salah satu sisi kepribadiannya. Dengan menggunakan permainan dialog, difokuskan pada pertentangan *top dog* (kekuatan) dan *under dog* (kelemahan). Teknik ini membantu konseli mengalami sepenuhnya keberadaannya di masa sekarang dengan menyadarkan tindakan yang ia lakukan saat ini. Dalam teori *Gestalt*,

manusia tidak sehat dikarenakan tidak mampu menyadari kehidupannya saat ini karena ada perasaan yang belum selesai pada masa lalu (*unfinished bisnis*).¹⁰³

Sehubungan dengan agresivitas verbal yang disebabkan oleh rasa kecewa dan adanya perasaan yang belum selesai pada diri konseli. Dengan teknik *empty chair* ini berharap dapat menangani agresivitas verbal konseli seperti:

- a. Membantu konseli mengurangi berkata kasar, merendahkan, mengecam/mengkritik dan mengumpat.
- b. Membantu konseli untuk dapat mengontrol emosinya
- c. Mendorong konseli untuk lebih bisa menghargai orang lain.
- d. Membantu konseli untuk mencapai kesadarannya
- e. Membantu konseli untuk meningkatkan potensi yang dimilikinya

Sedangkan teknik *empty chair* yang digunakan untuk menangani agresivitas verbal ini dengan cara bagaimana konseli dapat menyadari perasaan dan keadaan sekarang dan mempertimbangkan apa yang dirasakan konseli agar dapat menyadari keadaan secara penuh. Adapun langkah-langkah dalam proses ini yaitu, langkah pertama memberikan dorongan dan motivasi secara bertahap untuk menangani agresivitas verbal pada diri konseli. Langkah kedua menempatkan dua kursi kosong yang saling berhadapan dan mengarahkan konseli untuk duduk. Setelah itu konselor meminta konseli untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan pada diri konseli serta menentukan tokoh yang terlibat pada masalah konseli.

¹⁰³ Eko Darmanto, *Teori-teori Konseling*, (Surabaya: Anggota IKAPI, 2000), h. 85

Kemudian konselor memberikan pengarahan aturan teknik ini dilakukan dan konseli akan berdialog tentang *top dog* (kekuatan) sesuai yang konseli rasakan. Konselor mengarahkan konseli untuk membayangkan bahwa ia berhadapan langsung dengan seseorang yang telah terluka karena kata-katanya. Selanjutnya, konselor mengarahkan konseli untuk bertukar peran dan memberikan dialog tentang *under dog* (kelemahan) yaitu dengan berperan sebagai konseli telah menjadi korban atau orang yang telah sakit hati karena kata-katanya.¹⁰⁴Langkah akhir mendiskusikan bagaimana perasaan konseli setelah melakukan treatment. Teknik ini bertujuan untuk dapat menyadarkan konseli tentang perasaan-perasaan yang diingkarinya selama ini.

Dari langkah yang sudah diuraikan tersebut diharapkan dapat menaangani agresivitas verbal pada diri konseli. Membantu konseli untuk mendapatkan kesadaran secara penuh dalam keadaannya yang sekarang.

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Ilyah Syarifah (B03215017), Pengaruh Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan *Pendekatan Cognitive Behavior Play Therapy* Untuk Menurunkan Agresivitas Siswa Di Madrasah Aliyah Masyhadiyah Gresik, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019

Persamaan: sama-sama membahas tentang agresivitas.

Perbedaan: penelitian tersebut fokus menurunkan agresivitas fisik dan verbal, sedangkan penelitian ini fokus menangani agresivitas verbal.

2. Mukhammad Fikri Fatoni (B73214071), Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri

¹⁰⁴Gantina K, Eka W, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks,2011), h.318.

Terhadap Korban *Bullying* di UIN Sunan Ampel Surabaya. UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018.

Persamaan: sama-sama menggunakan teknik kursi kosong.

Perbedaan: pada penelitian tersebut menggunakan teknik kursi kosong untuk meningkatkan rasa percaya diri terhadap korban *Bullying* pada Mahasiswa. Sedangkan penelitian ini menggunakan teknik kursi kosong (*empty chair*) untuk menangani agresivitas verbal siswa SMK.

3. Meli Agustin (133400284), Teknik Terapi *Empty Chair* Dalam Mengatasi Korban *Bullying* Di SMP Negeri 1 Ciomas, IAIN Sultan Maulana Hasanudin Banten, 2017.

Persamaan: sama-sama membahas tentang teknik *empty chair*.

Perbedaan: penelitian tersebut membahas tentang mengatasi korban bullying dengan *empty chair* pada siswa SMP. Sedangkan penelitian ini menerapkan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa SMK.

4. Yohana Desy Dwina Hapsari (149114040), Hubungan Antara Tekanan Teman Sebaya Dengan Agresi Verbal Remaja Putra Di Sekolah Berasrama, Universitas Sanata Dharma, 2019.

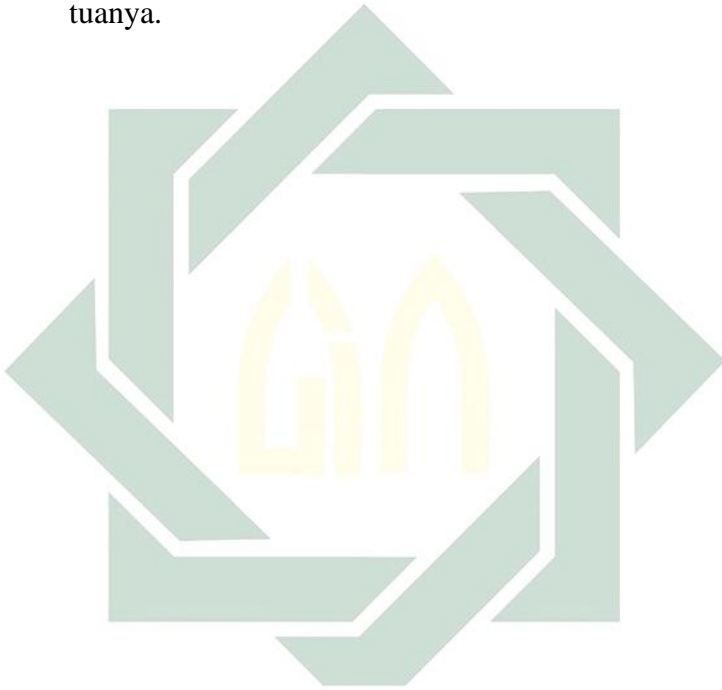
Persamaan: sama-sama membahas tentang agresivitas verbal.

Perbedaan: penelitian tersebut membahas agresi verbal terhadap hubungan antar teman sebaya remaja putra di sekolah berasrama. Sedangkan penelitian ini membahas agresivitas verbal dengan subjek siswa perempuan.

5. Nining Al-Hidayah (14.12.2.1.121), *Self Control* Remaja Dari Agresivitas Verbal (Studi Terhadap Remaja Di Komunitas Futsal Desa Saren Kecamatan Kalijambe Kabupaten Sragen), IAIN Surakarta, 2018.

Persamaan: sama-sama membahas tentang agresivitas verbal.

Perbedaan: penelitian tersebut membahas agresivitas terhadap remaja putra pada komunitas futsal. Sedangkan penelitian ini membahas agresivitas verbal pada siswa perempuan yang kurang kasih sayang orang tuanya.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian kualitatif adalah penelitian yang mencoba memahami fenomena dalam setting dan konteks naturalnya bukan di dalam laboratorium dimana peneliti tidak berusaha untuk memanipulasi fenomena yang diamati. Penelitian kualitatif mengkaji perspektif dengan strategi yang bersifat interaktif dan fleksibel.¹⁰⁵

Jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus (*case study*). Studi kasus merupakan penelitian tentang suatu “kesatuan sistem”. Kesatuan ini dapat berupa program, kegiatan, peristiwa, atau sekelompok individu yang terkait oleh tempat, waktu atau ikatan tertentu. Studi kasus adalah penelitian yang diarahkan untuk menghimpun data, mengambil makna dan memperoleh pemahaman dari kasus tersebut. Kasus sama sekali tidak mewakili populasi dan tidak dimaksudkan untuk memperoleh kesimpulan dari populasi. Dengan demikian, maka penelitian kualitatif tersebut adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah dimana peneliti merupakan instrumen kunci.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini berada di Kota Jombang tepatnya di Kecamatan Ploso. Terdapat Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yang berada dibawah naungan Yayasan Persatuan Guru Republik Indonesia (PGRI). Sekolah ini memiliki 4 jurusan yaitu Administrasi Perkantoran,

¹⁰⁵Samiaji Sarosa, *Penelitian Kualitatif Dasar-Dasar*, (Jakarta: PT. Indeks, 2012), h.7.

Akuntansi, Pemasaran dan Multimedia. Sekolah Menengah Kejuruan Swasta yang menerapkan pembelajaran berbasis TIK (Teknologi Informasi dan Komunikasi), *e-learning*, kewirausahaan dan pembangunan karakter.

C. Tahap-tahap Penelitian

1. Tahap Pra Lapangan

a) Menyusun Rencana Penelitian

Peneliti membuat rumusan masalah yang dijadikan obyek penelitian, kemudian membuat usulan judul penelitian sebelum melaksanakan penelitian hingga membuat proposal penelitian.

b) Memilih Lapangan Penelitian

Peneliti memilih penelitian lapangan di SMK (SMEA) PGRI Ploso Jombang karena terdapat siswa yang memiliki agresivitas verbal sehingga sesuai dengan tujuan penelitian untuk menangani agresivitas verbal siswa.

c) Mengurus Perizinan

Peneliti mengurus surat izin kepada Ketua Prodi BKI dan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi untuk terjun langsung ke lapangan di SMK (SMEA) PGRI Ploso Jombang.

d) Menjajaki dan Menilai Keadaan Sekitar

Peneliti terjun ke lapangan untuk memperoleh data di lapangan dengan mewawancarai serta dokumentasi terkait keadaan tersebut guna mengetahui langkah selanjutnya penelitian ini.

e) Memilih dan Pemanfaatan Informasi Penelitian

Informan dalam penelitian ini agar memperkuat data adalah Guru Bimbingan Dan Konseling dan teman kelas klien. Hal ini agar dapat menjadi sumber informasi untuk membantu berjalannya penelitian serta mendapatkan data yang real.

f) Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Peneliti menyiapkan perlengkapan seperti *hardtools* dan *softtools* meliputi buku kecil, bulpoin, dan *handphone* untuk merekam dan dokumentasi. Bertujuan untuk mendapatkan deskripsi data di lapangan.

g) Persoalan Etika Penelitian

Peneliti harus mampu memahami kebudayaan, adat istiadat dan bahasa yang baik. Peneliti bersikap sopan santun dan menjaga nama baik subyek penelitian.

2. Tahap Pekerjaan Lapangan

a) Memahami Latar Belakang Penelitian

Peneliti memahami latar belakang penelitian terlebih dahulu dan mempersiapkan diri untuk melaksanakan penelitian.

b) Memasuki Lapangan Penelitian

Peneliti berperan serta dalam proses konseling dengan menjalin keakraban agar peneliti dapat menggali informasi lebih dalam dari konseli.

c) Berperan dan Mengumpulkan Data

Peneliti mempertimbangkan waktu penelitian, tenaga dan pikiran untuk penelitian dihari berikutnya.

3. Tahap Analisa Data

Teknik analisis data yang digunakan peneliti adalah analisis deskripsi. Setelah peneliti mendapatkan data dari lapangan, maka akan dilakukan pengecekan untuk proses analisis data. Dari hasil data pengamatan, wawancara dan observasi dalam penerapan teknik *empty chair* maka akan membandingkan kondisi konseli antara sebelum dan sesudah penerapan terapi.

D. Jenis dan Sumber Data

Data Primer diperoleh dari sumber pertama melalui interview, observasi, dan instrumen yang khusus dirancang sesuai dengan tujuannya. Dalam penelitian ini, sumber data primer merupakan konseli yang memiliki agresivitas verbal berupak berkata kasar, mengecam, mengumpat dan merendahkan. Melalui konseli akan ditemukan data-data utama sebagai bahan acuan untuk tahap penelitian berikutnya.

Data Sekunder adalah data yang diperoleh dari berbagai literatur, buku-buku, Perpustakaan, atau internet yang terkait dengan penelitian. Data sekunder juga merupakan *significants other*, yaitu orang lain yang dekat dalam kehidupan konseli. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teman konseli untuk menggali informasi tentang kehidupan sehari-hari dalam pengamatannya dan Guru Bimbingan dan Konseling untuk mengetahui tentang proses perkembangan dalam diri konseli serta gejala-gejala khusus yang ditimbulkan akibat agresivitas verbal..

Sumber data diperoleh dari proses penelitian langsung dari partisipan atau sasaran penelitian, yaitu berasal dari 1 siswa yang memiliki agresivitas verbal, 1 teman kelas konseli dan 1 orang Guru Bimbingan dan Konseling di SMK (SMEA) PGRI Ploso Jombang.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik Observasi

Metode observasi merupakan sebuah teknik pengumpulan data yang mengharuskan peneliti turun ke lapangan mengamati hal-hal yang berkaitan dengan ruang, tempat, pelaku, kegiatan, benda-benda, waktu, peristiwa, tujuan dan perasaan.¹⁰⁶ Metode penelitian

¹⁰⁶ M. Djunaidi Ghony dan Fauzan Almanshur, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), h. 165.

yang digunakan oleh peneliti disini digunakan untuk menamati secara langsung tentang keadaan sekolah dan keadaan siswa.

2. Teknik Wawancara

Wawancara merupakan percakapan antara dua orang yang salah satunya bertujuan untuk menggali dan mendapatkan informasi untuk suatu tujuan tertentu.¹⁰⁷ Peneliti menggunakan bentuk wawancara tidak terstruktur karena peneliti ingin menggali informasi secara mendalam tentang klien maupun orang yang terlibat dalam kehidupan klien dan percakapan ini mirip seperti percakapan informal. Peneliti mewawancarai sumber-sumber data untuk mengetahui profil dan kondisi konseli serta mengetahui bagaimana teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal.

3. Studi Dokumentasi

Teknik dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengambilan foto atau gambar serta rekam medis ketika penelitian berlangsung. Dokumentasi dalam penelitian ini juga menelaah dokumen-dokumen yang ada di lokasi penelitian untuk mendapatkan data yang berkaitan dengan skripsi seperti profil sekolah yang berisi sejarah, visi & misi, tujuan dll.

Berikut adalah tabel teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini:

¹⁰⁷ Haris Herdiansyah, *Metodelogi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta : Salemba Humanika, 2012), h.131.

Tabel 3.1
Teknik Pengumpulan Data

No	Jenis Data	Sumber Data	TPD
1.	Gambaran lokasi penelitian	Dokumen	D
2.	Informasi mengenai sisi konseli	Guru Bimbingan dan Konseling + teman kelas konseli	W + O
3.	Informasi kehidupan konseli	Guru Bimbingan dan Konseling + teman kelas konseli	W
4.	Perubahan diri konseli	Teman kelas konseli + peneliti	W + O

Keterangan:

TPD : Teknik Pengumpulan Data

D : Dokumentasi

O : Observasi

W : Wawancara

F. Teknik Analisa Data

Analisis data adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya kedalam suatu pola, kategori dan uraian dasar. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis *descriptif comparative*

karena penelitian ini menggunakan study kasus. Teknik analisis data ini meliputi dua langkah yaitu peneliti membandingkan antara proses konseling Islam dengan teknik *empty chair* secara teori dan kenyataan yang ada di lapangan. Peneliti membandingkan hasil pertemuan di awal dan akhir dengan objek apakah ada perbedaan dalam segi pemikiran, perasaan atau emosi maupun tingkah laku.

G. Teknik Keabsahan Data

Memperpanjang waktu penelitian adalah salah satu cara meminimalisir kesalahan dalam keabsahan data. Teknik ini digunakan juga perlu untuk menumbuhkan kepercayaan antara peneliti dan konseli.¹⁰⁸ Apabila data yang didapat kurang, maka perpanjangan waktu dilakukan agar memperoleh data sesuai dengan kondisi di lapangan.

Melakukan cek ulang dapat meminimalisasi kesalahan serta untuk memastikan apakah data yang didapat sudah valid atau belum valid. Cek ulang dilakukan dipertengahan penelitian, jika data sudah valid maka memperpanjang waktu dapat diakhiri.¹⁰⁹

Dalam menentukan keabsahan data, penelitian ini melakukan triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu.¹¹⁰

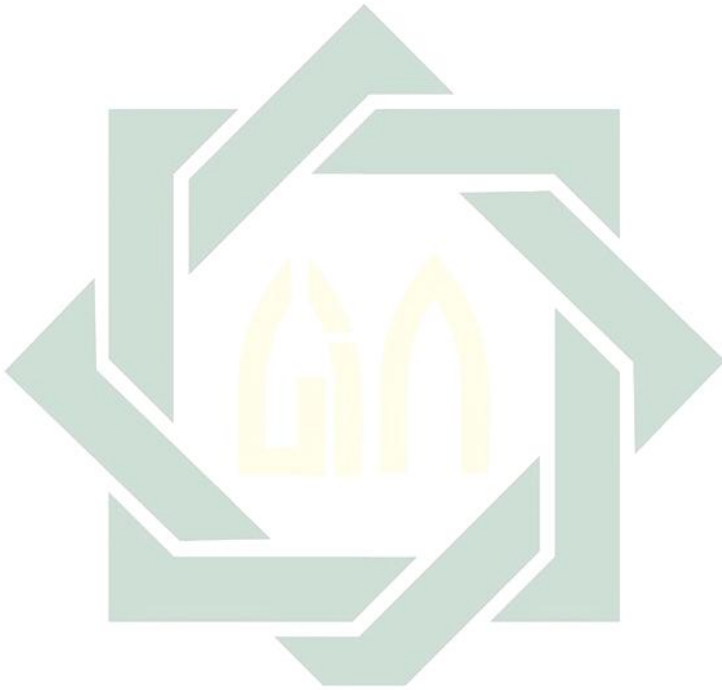
Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian adalah Tringulasi Sumber dan Tringulasi Metode. Tringulasi Sumber yaitu membandingkan apa yang dikatakan didepan umum dengan apa yang dikatakan orang

¹⁰⁸Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Imu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), h. 200.

¹⁰⁹Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Imu Sosial*, h. 205.

¹¹⁰Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2000), h. 330.

tentang situasi penelitian. Sedangkan, Tringulasi Metode yaitu membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

a. Profil SMK PGRI Ploso Jombang

Penelitian ini bertempat di SMK PGRI Ploso Jombang merupakan Sekolah Menengah Kejuruan Swasta yang menerapkan pembelajaran berbasis TIK (Teknologi Informasi dan Komunikasi), *e-learning*, kewirausahaan dan pembangunan karakter. Sekolah ini berdiri dibawah naungan Yayasan PGRI (Persatuan Guru Republik Indonesia). Profil sekolah SMK PGRI Ploso Jombang akan diuraikan sebagai berikut:

Nama Sekolah	: SMK PGRI Ploso Jombang
Sekolah dibuka	: 9 Februari 1976
Terdaftar	: 20 Mei 1978
NPSN	: 20503402
Alamat Sekolah	: Jalan Pendidikan No.4 Ploso Jombang
Kecamatan	: Ploso
Kabupaten	: Jombang
Provinsi	: Jawa Timur
Kode Pos	: 61
No. Telepon	: (0321) 888846
Fax	: (0321) 885341
Website	: smkpgriploso.sch.id
E-mail	: smkpgriploso@telkom.net
Kepala Sekolah	: Drs. Wulyo Wibowo, M, Pd.
Status Sekolah	: Swasta
Akreditasi	: A

- Program studi : Administrasi Perkantoran,
Akuntansi, Pemasaran dan
Multimedia.
- Ekstrakurikuler : Tari, Drum Band, Pramuka,
PMR (Palang Merah Remaja),
Musik, Karate, Pramuka,
Gamelan dan Banjari.

b. Sejarah SMK PGRI Ploso Jombang

Menjelang akhir tahun pelajaran 1974/1975 tepatnya 24 November 1975 ada suatu keinginan agar di Kawedanan Ploso berdiri suatu Sekolah Menengah Ekonomi Atas (SMEA) yang berstatus “Negeri”.

Dengan dasar diatas maka Bp. Soewadji Darmosoewito, BA meminta dukungan kepada Bpk. Wedono Ploso, Bpk. Camat dan Tripida Kecamatan Ploso serta beberapa teman dekat dari Guru yang bertugas di wilayah Kec. Plandaan, Kabuh, Kudu, Tembelang dan Ploso serta Jombang dengan maksud agar SMEA yang berstatus Negeri dapat terwujud.

Dengan maksud yang baik dan adanya dukungan dari semua pihak maka pada tanggal 27 November 1975 diadakan pertemuan bertempat di kantor Kawedanan Ploso dan dihadiri 4 orang maka dibentuk suatu kepanitiaan kecil sebagai berikut:

- a) Pembina : RM Sutardjo Tedjo Pranoto
- b) Ketua : Soewadji Darmosoewito, BA
- c) Penulis : Pantoro Akas, B A
- d) Bendahara : Santoso Hadi Prajitno

Hasil rapat memutuskan dan menetapkan SMEA yang akan berdiri bernama SMEA PERSIAPAN yang berkedudukan di Ploso dan untuk sementara menempati/meminjam gedung SDN 1 Ploso, Jl. Brantas No. 4 Ploso.

Dalam penerimaan siswa baru pada tahun pelajaran 1975/1976 mendapatkan siswa sebanyak 48 dengan rincian sebagai berikut:

- a) 28 siswa memilih jurusan Tata Buku (TB)
- b) 20 siswa memilih jurusan Tata Niaga (TN)

Pada tanggal 23 Januari 1976, panitia pendiri bersama 13 orang Guru mengadakan rapat dan memilih serta menunjuk Sdr. Soewadji Darmosoewito, BA sebagai Kepala Sekolah dan selanjutnya Bp. Wedono di Ploso selaku Pembina mengangkat dan menetapkan bahwa Sdr. Soewadji Darmosoewito, BA terhitung mulai 1 Februari 1976 sebagai Kepala SMEA Persiapan yang berkedudukan di Ploso, Ibu Kota Ex Kawedanan Ploso Daerah Tk II Jombang dengan No. Sk: 03/PAN/SMEA/ PL/76 tanggal 2 Februari 1976.

Panitia pendiri pada tanggal 9 Februari 1976 mengajukan surat permohonan pengesahan atas pendirian SMEA Persiapan di Ploso kepada Bupati Jombang dengan Nomor Surat 04/PAN/SMEA/PL/76, kemudian sekretaris wilayah/daerah atas nama Bupati Kepala Daerah Jombang mengesahkan dan memberikan rekomendasi dengan No. KR. 024.4/276/1976. Tanggal 23 Maret 1976 dan selanjutnya rekomendasi tersebut dikirim kepada Kepala Kantor Dep P & K Provinsi Jawa Timur Kepala Bidang Pendidikan Menengah Kejuruan, Jl. Genteng Kali No. 33 Surabaya, dengan maksud agar segera mendapatkan pengesahan atas pendirian SMEA Persiapan di Ploso.

Mengingat dan menimbang serta ditunggu-tunggu selama 3 tahun belum ada kepastian tentang status sekolah maka panitia sepakat untuk menggabungkan sekolah tersebut pada PPLP PGRI

Provinsi Jawa Timur, sehingga nama SMEA Persiapan di Ploso berubah menjadi SMEA PGRI PLOSO, yang merupakan sekolah kejuruan swasta dan selanjutnya dengan adanya tuntutan dan perkembangan pendidikan maka nama SMEA disesuaikan dan berubah menjadi SMK sampai sekarang.

c. Visi dan Misi SMK PGRI Ploso Jombang

1) Visi

Menghantarkan peserta didik pada pintu gerbang prestasi dan berwawasan kedepan serta siap berkompetisi di pasar tenaga kerja.

2) Misi

- a) Melaksanakan penyesuaian program keahlian sesuai potensi wilayah dan kebutuhan dunia usaha.
- b) Melaksanakan pengembangan KTSP sesuai sumber daya sekolah dan potensi daerah (OTODA)
- c) Melaksanakan pengembangan inovasi pembelajaran.
- d) Mewujudkan bekal dasar tamatan untuk pengembangan dirinya secara berkelanjutan.
- e) Meningkatkan kompetensi pendidik dari tenaga kependidikan.
- f) Mewujudkan sarana dan prasarana pendidikan sesuai tuntutan IPTEK.
- g) Mewujudkan manajemen berbasis sekolah.
- h) Melaksanakan penggalangan dana dari berbagai sumber.
- i) Mewujudkan sistem penilaian yang sesuai tuntutan KTSP.

- j) Meningkatkan prestasi dan kreativitas siswa.¹¹¹

2. Deskripsi Konselor

Konselor adalah orang yang mempunyai pengetahuan, keterampilan dan kemampuan untuk memberikan pelayanan bimbingan konseling Islam kepada konseli yang membutuhkan jasa konseling untuk masalah yang sedang dihadapinya. Seorang konselor yang berkualitas akan berpengaruh terhadap pencapaian hasil konseling yang efektif. Konselor yang berkualitas memiliki karakteristik yang kompeten, adanya pemahaman diri yang baik, sehat fisik dan psikis, dapat dipercaya, sabar, responsif, pendengar yang baik, serta dapat memahami konseli.

a. Identitas Konselor

Dalam penelitian ini, konselor adalah mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya. Berikut identitas konselor:

Tabel 4.1

Identitas Konselor

Nama	Wahyu Permatasari
Tempat Tanggal Lahir	Jombang, 01 Oktober 1997
Alamat	Dsn. Bangle, Ds. Losari, Kec. Ploso, Kab. Jombang
Agama	Islam
Pendidikan	Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam
Semester	VII
NIM	B03216043

¹¹¹ Dokumentasi Sekolah

Riwayat Pendidikan	<ol style="list-style-type: none"> 1. TK PGRI Ploso (2002) 2. SDN 1 Ploso (2010) 3. SMPN 1 Tembelang (2013) 4. SMAN 3 Jombang (2016)
--------------------	--

b. Pengalaman Konselor

Konselor dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif prodi Bimbingan dan Konseling Islam semester VII yang tentunya sudah memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk melaksanakan konseling. Selama perkuliahan tentunya ada praktik lapangan disetiap mata kuliah. Mulai dari praktik konseling individu sampai kelompok.

Dalam praktik mata kuliah, konselor pernah mengikuti praktik dan kunjungan di Panti Pelayanan Sosial Anak (PPSA) Tawangmangu Jawa Tengah. Konselor melakukan praktik Konseling Individual dan Kelompok untuk mengatasi masalah klien. Selanjutnya, kunjungan dan praktik konseling individu di SMP Insan Cedekia Mandiri (ICM) Sarirogo Sidoarjo. Konselor pernah berkunjung ke SLBN 2 Yogyakarta dan RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang Malang. Praktik dan kunjungan yang telah konselor lakukan akan bermanfaat untuk mengetahui lebih dalam cara menangani setiap konseli yang memiliki keadaan berbeda-beda.

Konselor juga pernah melakukan program Pengalaman Kerja Lapangan (PKL) di Rumah Sakit Umum Haji Sukolilo Surabaya yang bertugas di Instalasi Bina Rohani dengan memberikan konseling dan doa kepada setiap pasien dan keluarga pasien di rumah sakit. Selain itu konselor juga mengikuti program Kuliah Kerja Nyata (KKN) selama 6 bulan bertempat di Madrasah Ibtidaiyah

KHM Nur Semampir Surabaya dan Taman Baca Masyarakat Rw 10 Wonokusumo Semampir Surabaya diselingi dengan konseling terhadap anak-anak yang sedang mengalami masalah di sekolah maupun di rumah. Program selanjutnya yang konselor ikuti adalah Praktik Pengalaman Kerja (PPL) di Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Surabaya Jawa Timur. Di tempat PPL, konselor melakukan praktik konseling individu dan pendampingan untuk menangani masalah yang berhubungan dengan anak serta keluarganya.

Dengan pengalaman praktik yang sudah konselor jalani akan menambah keterampilan konselor untuk melakukan konseling Islam secara individu maupun kelompok. Dengan masalah yang dihadapi konseli dalam penelitian ini semoga dapat membantu menyadarkan konseli untuk hidup selaras dengan ajaran Islam.

3. Deskripsi Konseli

Konseli adalah seseorang yang sedang mengalami masalah dalam hidupnya yang dapat menyebabkan stress, depresi maupun trauma. Sehingga membutuhkan bantuan konselor untuk menyelesaikan masalahnya. Dalam penelitian ini, konseli adalah seorang siswi yang memiliki agresivitas verbal dalam perilakunya. Berikut identitas konseli:

Tabel 4.2
Identitas Konseli

Nama	Rihanna (Nama Samaran)
------	------------------------

Alamat	Jatirowo, Ploso, Jombang
Tempat, Tanggal Lahir	Jombang, 1 April 2004
Usia	15 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Agama	Islam
Status	Pelajar
Riwayat Pendidikan	<ol style="list-style-type: none"> 1. TK Kartini Jatirowo 2. SDN 2 Jatirowo 3. SMP 1 Darul Ulum Jombang (Pondok) 4. SMPN 2 Ploso 5. SMK (SMEA) PGRI Ploso

Untuk mengetahui lebih dalam tentang kepribadian konseli, maka peneliti akan menyajikan data dari proses pengamatan dan wawancara di lapangan. Data ini diperoleh dari berbagai sumber yaitu dari guru BK dan teman konseli yang meliputi:

a) Latar Belakang Konseli

Konseli merupakan anak yang sedikit pemalas jika berurusan dengan belajar pada mata pelajaran tertentu, tetapi ia unggul pada mata pelajaran PPKN. Konseli termasuk orang yang mudah beradaptasi dan mudah terpengaruh pembicaraan teman-temannya. Konseli juga sangat sensitif jika mendengar atau membicarakan tentang keluarganya. Tetapi, ia memiliki jiwa melindungi terhadap orang disekitarnya.

Konseli mengikuti Pencak Silat sejak SMP kelas 8 sampai saat ini. Alasannya agar dapat menjaga diri ketika terjadi sesuatu yang tidak diinginkan. Karena konseli jauh dari orangtua dan kakaknya sehingga harus tinggal berdua dengan adiknya di rumah. Dengan keadaan seperti itu

membuat konseli menjadi mandiri dan bertanggung jawab.¹¹²

b) Latar Belakang Keluarga

Konseli merupakan anak ketiga dari empat bersaudara yang mayoritas perempuan. Kakak pertama berbeda 5 tahun, kakak kedua berbeda 3 tahun dan adiknya berbeda 1 tahun dari konseli. Keadaan orang tua konseli sedang tidak akur dan sering terjadi pertengkaran meskipun jaraknya jauh. Ayah konseli bekerja sebagai supir antar kota sehingga pulang setiap dua minggu sekali. Ibunya bekerja sebagai TKW (Tenaga Kerja Wanita) di Taiwan sejak 7 tahun lalu ketika konseli masih duduk di bangku Sekolah Dasar. Kakak pertamanya mengikuti jejak ibunya bekerja menjadi TKW (Tenaga Kerja Wanita) di Taiwan dan berbeda Kota dengan ibunya. Kakak kedua konseli ikut mertuanya di Tembelang, Jombang karena dekat dengan tempat kerjanya. Adik Konseli masih duduk dikelas 9 SMP.

Hubungan konseli dengan ayahnya tidak terlalu dekat, karena sejak kecil ayahnya sering memarahi konseli. Lebih tepatnya ayah konseli memiliki sifat pemaarah, tidak hanya marah kepada konseli tetapi marah dengan ibunya, kakaknya dan adiknya. Hubungan konseli dengan ibunya cukup baik meskipun sesekali konseli berbohong tentang hal-hal kecil kepada ibunya. Konseli sangat patuh dengan ibunya, setiap hari disempatkan untuk melakukan *video call* dengan ibunya. Hubungan konseli dengan kakak pertama dan kedua juga kurang baik karena sering memarahi konseli sejak kecil. Menurut keterangan konseli, kakak-

¹¹² Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 4 November 2019

kakaknya sering memarahinya sejak kecil ketika sedang mengajarnya pelajaran dan sering mencari kesalahan konseli. Berbeda dengan adik konseli yang tinggal berdua dirumah dengan konseli. Mereka saling melengkapi dan menjaga satu sama lain. Meskipun sering bertengkar kecil tidak membuat mereka untuk bermusuhan.¹¹³

c) Latar Belakang Ekonomi

Dari segi ekonomi, keluarga konseli termasuk keluarga yang berkecukupan. Ini terlihat bahwa dalam sehari konseli menghabiskan uang makan sebesar 50 ribu. Uang tersebut sudah termasuk memasak sendiri untuk makan 2x sehari dan membeli camilan. Selain untuk makan, kebutuhan sehari-hari telah diberi uang saku setiap bulan oleh ibunya dan setiap ayahnya pulang setiap dua minggu sekali juga akan diberikan uang saku. Kakak-kakaknya jarang memberikan uang saku, terkadang memberikan uang saku jika sudah menerima gaji dan itupun sebagian besar diberikan kepada keluarga kecilnya. Dalam hal ini, konseli tidak mengalami masalah dalam hal ekonominya karena semua kebutuhannya sudah tercukupi.

d) Latar Belakang Pendidikan

Konseli mengenyam pendidikan mulai dari TK (Taman Kanak-Kanak) Kartini di Jatirowo, Jombang dan melanjutkan ke Sekolah Dasar Negeri (SDN) 2 Jatirowo selama 6 tahun. Selanjutnya ke jenjang berikutnya yaitu Sekolah Menengah Pertama (SMP) 1 Darul Ulum Jombang selama 1 tahun. Konseli ketika mengenyam di bangku SMP, ia tinggal di Pondok Pesantren Darul Ulum. Konseli tidak dapat melanjutkan sampai

¹¹³ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 4 November 2019

lulus karena adanya faktor sosial yang menyebabkan konseli harus pindah sekolah. Sekolah tempat ia pindah yaitu Sekolah Menengah (SMP) 2 Ploso Jombang. Sekolah tersebut dekat dengan rumah konseli. Ia melanjutkan dari kelas 8 dan 9 di sekolah tersebut sampai lulus. Sampai saat ini konseli duduk di tingkat Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) PGRI Ploso Jombang kelas 10 jurusan Administrasi Perkantoran. Menurut keterangan konseli, sebenarnya ia ingin masuk Sekolah Kesehatan dan mengambil jurusan Farmasi, tetapi tidak dapat tercapai karena nilainya kurang dari standart sekolah tersebut.¹¹⁴

e) Latar Belakang Keagamaan

Dari segi keagamaan, konseli pernah mengenyam di Pondok Pesantren Darul Ulum selama satu tahun. Konseli telah memiliki bekal tentang keagamaan dari membaca kitab, memperdalam Al-Qur'an dan kegiatan wajib di Pesantren. Menurut keterangan konseli, jika ia izin untuk pulang maka harus membaca beberapa surat dalam Al-Qur'an dan bacaan doa sebagai syarat untuk disetor kepada pengurus Pondok Pesantren.

Meskipun saat ini konseli tidak lagi di Pesantren, ia tetap mengamalkan ajaran-ajaran yang pernah ia pelajari selama di Pesantren. Konseli melakukan sholat wajib 5 waktu secara rutin setiap hari dan ketika menjelang sore antara sholat ashar dan maghrib, konseli menyempatkan untuk mengaji. Dalam dua minggu sekali, konseli mengikuti kajian rutin Sholawatan di Masjid dekat rumah konseli.¹¹⁵

¹¹⁴ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 4 November 2019

¹¹⁵ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 4 November 2019

f) Latar Belakang Sosial

Konseli selama di sekolah mempunyai 4 teman dekat yang saling memberi semangat satu sama lain. Mereka meluangkan waktu untuk belajar bersama, main bersama dan saling mecurahkan perasaan bersama. Disamping itu, menurut konseli ada beberapa teman satu kelas yang tidak menyukainya. Ketika konseli mendapatkan nilai terbaik dikelas dalam mata pelajaran tertentu maka akan ada teman yang syirik dan membicarakan konseli dari belakang. Konseli lebih menyukai berteman dengan laki-laki karena menurut ia teman laki-lakinya tidak terlalu mengumbar cerita orang.

Selain dari teman sekelas, tetangga konseli juga sering membicarakan konseli. Tetangga konseli tidak menyukai keluarga konseli dari konseli kecil hingga sekarang dan konseli tidak mengetahui alasan tetangganya membencinya.¹¹⁶

4. Deskripsi Masalah

Masalah adalah persoalan dalam kehidupan manusia jika terjadi kesenjangan antara harapan dan kenyataan atau keinginan. Sering kali kesenjangan tersebut akan membuat seseorang merasakan berbagai permasalahan yang dapat menyebabkan tekanan batin dan mental. Adapun manusia yang dapat menyelesaikan masalahnya sendiri karena masih tergolong ringan, dan ada juga yang tidak dapat menyelesaikan masalahnya sehingga membutuhkan bantuan orang lain karena tergolong masalah yang berat. Masalah dengan golongan ringan tidak menyebabkan perubahan perilaku dan psikisnya, sedangkan golongan berat sudah dapat menyebabkan

¹¹⁶ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 4 November 2019

perubahan dalam perilaku sehari-hari dan psikisnya. Jika masalah terus menerus tidak diselesaikan maka akan dapat merubah fungsi kehidupan orang tersebut.

Dalam penelitian ini, permasalahan yang dialami konseli adalah agresivitas verbal yang dilakukan sehari-hari ketika berbicara dengan nada tinggi jika konseli sedang emosi. Agresivitas verbal mempunyai dampak psikis kepada orang yang dituju. Dampak psikis jika terus menerus diterima maka dapat menjadi trauma dan stress, bisa jadi akan menyebabkan seseorang untuk melakukan anti sosial. Konseli merupakan siswi SMK (SMEA) PGRI Ploso Jombang kelas 10 jurusan Administrasi Perkantoran berusia 15 tahun. Konseli anak ke 3 dari 4 bersaudara, berasal dari keluarga yang berkecukupan, mempunyai 2 kakak perempuan dan 1 adik perempuan. Ayahnya bekerja menjadi supir antar kota dan ibunya bekerja menjadi TKW (Tenaga Kerja Wanita) di Taiwan, kakak pertama juga menjadi TKW (Tenaga Kerja Wanita) di Taiwan, kakak kedua bekerja sebagai karyawan di Jombang sedangkan adiknya duduk dikelas 9 SMP.

Saat penelitian, peneliti melanjutkan observasi dan wawancara kepada konseli bahwa konseli adalah anak yang mudah beradaptasi dengan orang baru. Dari cerita yang konseli ceritakan, peneliti mengamati bahwa konseli merupakan anak yang mudah terpengaruh teman-temannya. Sejak duduk di bangku Sekolah Dasar, konseli sudah ditinggal ibunya pergi ke Taiwan untuk bekerja sebagai TKW (Tenaga Kerja Wanita). Ayahnya sudah bekerja menjadi supir antar kota sejak kakak konseli masih bayi. Ketika ditinggal ibunya pergi bekerja ke Taiwan, kakaknya yang pertama menyusul ibunya untuk bekerja sebagai TKW (Tenaga Kerja Wanita) di Taiwan dan berbeda kota dengan ibunya. Mereka jarang sekali untuk pulang

kampung. Kakak keduanya menikah saat konseli duduk di SMP (Sekolah Menengah Pertama) dan kakaknya ikut dengan mertua karena dekat dengan tempat ia bekerja. Konseli dan adiknya tinggal berdua di rumah dan sesekali ada kerabat yang menjenguknya.

Sejak kecil konseli sering dimarahi ayahnya, ayahnya mempunyai sifat pemarah dan jika marah akan mengeluarkan kata-kata kasar. Tidak hanya ayahnya, kakaknya juga sering memarahi dan berkata kasar kepada konseli. Kakaknya ketika masih kecil hingga besar juga sering dimarahi oleh ayahnya. Ketika konseli belajar dengan kakak keduanya dan konseli tidak bisa menjawab dengan benar maka kakak keduanya akan memarahi konseli dengan kata-kata kasar hingga konseli menangis. Tidak berbeda dengan kakak pertamanya, konseli juga kerap dimarahi karena hal yang sepele. Ibu konseli selalu mengajarkan konseli untuk tetap sabar dalam menjalani hidup.

Ketika konseli masih duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) kelas 8, ia memulai untuk mengikuti Pencak Silat untuk dapat berlatih menjaga diri dikarenakan konseli hanya tinggal berdua di rumah dengan adiknya. Konseli tidak tinggal dengan kakak keduanya karena tidak ingin merepotkan keluarga kakak keduanya serta tempat sekolah konseli saat ini lebih dekat dengan rumahnya. Dalam Pencak Silat tersebut posisi konseli masih menjadi anggota.

Agresivitas verbal konseli yaitu berkata kasar (contoh: dasar bodoh kenapa tidak dari tadi kamu menemui saya? Saya sudah menunggu kamu sejak tadi), merendahkan (contoh: eh kamu kan tidak bisa apa-apa), mengecam/mengkritik (contoh: setiap kita bertemu kok kamu pakai baju ini terus? Tidak punya baju lain?) dan mengumpat (contoh: t*!i tadi aku telat masuk sekolah disuruh lari lapangan).

Sering kali konseli terpengaruh dan terbiasa mendengar kata-kata kasar dari ayah, kakak serta teman-temannya. Sehingga membuat konseli untuk mengulang dan mengucapkan kata-kata kasar tersebut. Konseli merasa kecewa dan kesal kepada ayahnya karena perkataan ayahnya yang sangat kasar. Selain kata-kata kasar, konseli juga pernah merendahkan dan mengecam atau mengkritik negatif temannya karena terpancing emosi. Agresivitas verbal dalam diri konseli meningkat jika emosi dan amarahnya memuncak, akibat faktor lingkungan tersebut membuat konseli meniru agresivitas verbal yang terjadi semasa kecilnya. Tingkat temperamen konseli tidak setinggi ayahnya, konseli terpancing amarahnya jika ada yang ikut campur urusannya. Agresivitas verbal konseli tidak terjadi setiap hari, melainkan sewaktu-waktu jika perasaan konseli terdesak dan emosi maka agresivitas verbal tersebut akan muncul.

Menurut guru BK, konseli termasuk anak yang mudah berkomunikasi. Konseli pernah beradu argumen dengan temannya ketika dikelas dan sempat menyebabkan keributan sehingga konseli dan temannya dibawa ke ruang BK untuk menyelesaikan masalah tersebut. Konseli juga pernah berbohong kepada ibunya jika tidak pernah membolos sekolah, tetapi kenyataannya konseli sering membolos dan hampir dikeluarkan dari sekolah. Selain itu konseli juga pernah meminta izin kepada Guru untuk mengambil KK (Kartu Keluarga) di rumahnya untuk urusan sekolah tetapi ia tidak kunjung kembali ke sekolah.¹¹⁷

Menurut teman dekat konseli, konseli merupakan anak yang mudah bergaul, baik dan suka membantu.

¹¹⁷ Hasil wawancara kepada Guru Bimbingan dan Konseling pada tanggal 4 November 2019

Jika konseli sudah terpancing emosi maka konseli akan mengumpat. Tidak jarang konseli juga menyindir dan sarkasme kepada temannya. Hal itu yang sering tidak disukai oleh teman kelasnya dan terkadang menyebabkan pertikaian.¹¹⁸

Tabel 4.3
Gejala atau Perilaku Konseli sebelum Terapi

No	Kondisi Konseli	Sebelum Terapi		
		A	B	C
1	Berkata kasar	√		
2	Mengecam		√	
3	Merendahkan	√		
4	Mengumpat	√		

Keterangan: A: Sering
B: Kadang-Kadang
C: Tidak Pernah

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Empty Chair* untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa SMK PGRI Ploso Jombang.

Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yaitu menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau lisan tertulis maupun perilaku

¹¹⁸ Hasil wawancara kepada teman konseli pada tanggal 11 November 2019

orang yang teramati. Dalam penelitian ini, peneliti akan mendeskripsikan data yang telah diperoleh dari hasil observasi dan wawancara di lapangan yang terkait dengan konseli. Proses penelitian ini berlangsung pada tanggal 4 November 2019 dan berakhir pada 23 November 2019. Adapun jadwal penelitian sebagai berikut:

Tabel 4.4
Jadwal Penelitian

No	Hari/ Tanggal	Informan	Kegiatan	Tempat
1	Senin, 02 September 2019	Guru Bimbingan dan Konseling.	Meminta izin dan menjelaskan tujuan kedatangan.	Ruang BK SMK PGRI Ploso Jombang .
2	Rabu, 04 September 2019	Guru Bimbingan dan Konseling.	Observasi dan menetapkan subjek penelitian.	Ruang BK SMK PGRI Ploso Jombang .
3	Sabtu, 07 September 2019	Guru BK dan konseli.	Meminta izin kepada konseli untuk dijadikan subjek penelitian.	Ruang BK SMK PGRI Ploso Jombang .
4	Jumat, 25 Oktober 2019	-	Pembuatan izin penelitian skripsi	Frontdesk Fakultas Dakwah

				dan Komunik asi UIN Sunan Ampel Surabaya
5	Jumat, 01 November 2019	Kepala Sekolah SMK (SMEA) PGRI Ploso Jombang	Meminta izin untuk menjadikan tempat penelitian	Ruang Kepala Sekolah SMK PGRI Ploso Jombang .
6	Senin, 04 November 2019	Guru BK dan konseli	Observasi dan wawancara mengenai kasus konseli.	Ruang BK SMK PGRI Ploso Jombang .
7	Rabu, 06 November 2019	Konseli	Wawancara menentukan identifikasi, diagnosis dan prognosis masalah.	
8	Senin, 11 November 2019	Teman Konseli	Wawancara mengenai kepribadian dan keseharian konseli.	Ruang BK SMK PGRI Ploso Jombang .

9	Rabu, 13 November 2019	Konseli	Pelaksanaan <i>treatment</i> teknik <i>empty chair</i> .	Ruang BK SMK PGRI Ploso Jombang .
10	Senin, 18 November 2019	Konseli	Evaluasi dan tindak lanjut.	Ruang BK SMK PGRI Ploso Jombang .
11	Sabtu, 23 November 2019	Teman Konseli	Observasi dan wawancara tentang perubahan konseli setelah melakukan <i>treatment</i> .	Ruang BK SMK PGRI Ploso Jombang .

Berikut gambaran umum proses pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *empty chair*.

a. Identifikasi Masalah

Dalam langkah ini, untuk mengumpulkan informasi dari konseli terkait masalah yang sedang ia alami. Menggunakan metode wawancara dan observasi di lapangan, peneliti menjadikan Guru Bimbingan dan

Konseling dan teman kelas konseli untuk dijadikan narasumber. Dari hasil wawancara dapat diketahui kepribadian konseli, gejala, penyebab dan akibat dalam permasalahan konseli. Berikut data-data yang diperoleh dari hasil wawancara konseli, Guru Bimbingan dan Konseling dan teman kelas konseli:

1) Data yang bersumber dari konseli

Identifikasi dilakukan untuk menggali informasi konseli sebagai sumber utama dalam penelitian ini. Konselor membangun hubungan dengan konseli agar konseli dapat percaya dan merasa nyaman untuk menceritakan masalahnya kepada konselor.

Konseli mengungkapkan semua masalahnya bahwa ia merasa kecewa dengan perlakuan ayahnya yang sering marah-marah. Bukan hanya ayahnya, kakak-kakaknya pun kerap kali memarahi konseli semasa kecil karena masalah yang sepele. Konseli sering mendengar ayahnya berbicara kasar dan hal tersebut ditiru oleh konseli sampai sekarang.

Konseli mengungkapkan jika ia sedang emosi maka akan dilampiaskan pada saat latihan Pencak Silat seperti memukul papan kayu hingga patah. Dan perkataan kasarnya sudah menjadi kebiasaan bahkan dalam kondisi tertentu ia menganggap sebagai lelucon.

Menurut pengakuan konseli, ia sebenarnya menginginkan keadaan keluarga yang harmonis dan seperti keluarga teman-temannya yang saling memberi support kepada anaknya. Konseli merasa kurang mendapatkan perhatian dari orangtua khususnya dari ayah.

Komunikasi dengan ibunya tidak pernah putus dan selalu memberi kabar setiap hari. Konseli bercerita bahwa ia mempunyai 3 sahabat yang

selalu memberi perhatian kepadanya. Ketika konseli tidak masuk sekolah karena mengurus adiknya sakit di rumah, maka sahabatnya datang ke rumahnya untuk memberi tahu pelajaran apa saja yang telah dipelajari hari itu dan jika ada pekerjaan rumah akan diselesaikan bersama-sama.¹¹⁹

2) Data yang bersumber dari Guru Bimbingan dan Konseling

Menurut informasi dari Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah, konseli merupakan anak yang mudah bergaul. Tetapi konseli sering terlibat dalam permasalahan di sekolah dengan temannya karena bertengkar karena menyinggung salah satu temannya.

Konseli merasa tidak diterima karena temannya berbicara keluarga, padahal temannya tidak ada niatan untuk menyinggung konseli. Perasaan sensitif konseli sering menjadi masalah besar pada dirinya. Untuk itu Guru Bimbingan dan Konseling memberikan pendampingan agar konseli tidak lepas kendali dalam bergaul.¹²⁰

3) Data yang bersumber dari teman dekat konseli

Teman dekat konseli merupakan teman satu bangku konseli. Ia sering menjadi tempat untuk meluapkan perasaan konseli sekaligus menjadi teman susah dan senang bersama. Menurut teman dekat konseli, Rihanna merupakan teman yang sangat baik dan mengayomi. Hanya saja terkadang sering marah-marah dan tersinggung. Jadi, setiap orang berbicara kepadanya harus berhati-hati agar tidak merusak suasana perasaannya.

¹¹⁹ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 4 November 2019

¹²⁰ Hasil wawancara kepada Guru Bimbingan dan Konseling pada tanggal 4 November 2019

Banyak teman yang sudah terkena marah oleh konseli dan dengan berkata kasar, mengencam, merendahkan dan mengumpat. Dibalik perasaannya yang emosinya naik turun, konseli termasuk orang yang sering membantu temannya yang sedang dalam keadaan tidak baik, seperti ketika sedang ujian sekolah maka konseli akan mengajak teman-temannya untuk belajar bersama di rumahnya dan memasak makanan bersama.¹²¹

b. Diagnosis

Setelah melakukan identifikasi masalah, akan dilakukan diagnosis untuk menetapkan masalah yang sedang dialami konseli berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah. Maka yang membuat konseli melakukan agresivitas verbal merupakan pengalaman masa kecil yang sering mendengar kata-kata kasar diperlihatkan oleh ayahnya dan kakaknya, konseli juga kurang mendapat perhatian dari keluarga sehingga ia mencari perhatian di luar lingkungan keluarga.

Konseli bergaul di lingkungan yang bebas untuk ia meluapkan perasaannya. Agresivitas verbal pada diri konseli sering berkata kasar, berbohong, mengucilkan dan mengumpat. Konseli juga mempunyai perasaan yang sensitif terhadap pembicaraan orang yang membahas tentang keluarga.

c. Prognosis

Setelah mengetahui permasalahan konseli dan sudah melakukan diagnosis, maka langkah berikutnya adalah menetapkan jenis bantuan untuk menangani agresivitas verbal konseli. Dengan melaksanakan proses konseling untuk menangani

¹²¹ Hasil wawancara kepada teman konseli pada tanggal 11 November 2019

agresivitas verbal pada konseli maka diperlukan observasi dan wawancara konseli sebagai pertimbangan menentukan treatment yang akan konselor gunakan.

Dengan data yang sudah konselor dapat maka konselor menetapkan untuk memberikan treatment berupa konseling Islam dengan teknik *empty chair*. Konselor berharap melalui treatment tersebut dapat menangani agresivitas verbal konseli. Dengan langkah pertama memberikan dorongan dan motivasi secara bertahap untuk menangani agresivitas verbal pada diri konseli. Langkah kedua menempatkan dua kursi kosong yang saling berhadapan dan mengarahkan konseli untuk duduk. Setelah itu konselor meminta konseli untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan pada diri konseli serta menentukan tokoh yang terlibat pada masalah konseli. Kemudian konselor memberikan pengarahan aturan teknik ini dilakukan dan konseli akan berdialog tentang *top dog* (kekuatan) sesuai yang konseli rasakan. Konselor mengarahkan konseli untuk membayangkan bahwa ia berhadapan langsung dengan seseorang yang telah terluka karena kata-katanya. Selanjutnya, konselor mengarahkan konseli untuk bertukar peran dan memberikan dialog tentang *under dog* (kelemahan) yaitu dengan berperan sebagai konseli telah menjadi korban atau orang yang telah sakit hati karena kata-katanya. Langkah akhir mendiskusikan bagaimana perasaan konseli setelah melakukan treatment. Teknik ini bertujuan untuk dapat menyadarkan konseli tentang perasaan-perasaan yang diingkarinya selama ini.

d. Treatment

Treatment atau terapi merupakan langkah selanjutnya setelah prognosis. Dalam langkah ini

terdapat upaya untuk membantu konseli dalam menangani masalahnya. Dengan masalah yang sudah dijelaskan dalam identifikasi masalah, gejala dan penyebab dalam diagnosis serta penetapan treatment dalam prognosis maka konselor melakukan treatment konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal konseli yang disebabkan oleh pengalaman masa kecil konseli yang sering diperlakukan kasar secara verbal oleh ayahnya serta kurangnya perhatian dari keluarga. Dengan teknik *empty chair* yang didalamnya terdapat permainan dialog antara *top dog* (kekuatan) dan *under dog* (kelemahan) akan terjadi konflik antar kepribadian yang bertujuan untuk mendapatkan kesadaran secara penuh. Dalam langkah ini merupakan hal yang paling penting untuk menentukan keberhasilan konselor menangani masalah konseli.

Konselor menggunakan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal konseli, agar konseli dapat mengungkapkan perasaan dan keinginan konseli yang telah lama dipendam. Dengan penerapan teknik *empty chair* juga diharapkan bisa mengurangi agresivitas verbal konseli, memperbaiki pergaulannya dan bisa menerima dirinya sendiri. Adapun tahapan dari teknik *empty chair* sebagai berikut:

Tahapan pertama dilakukan membentuk kepercayaan dan keinginan konseli untuk mengatasi masalah yang sedang ia hadapi serta membuat perjanjian kepada konseli untuk melakukan proses konseling secara bertahap dan mencapai hasil. Setelah mendapat kepercayaan dan menyetujui perjanjian dari konseli, konseli menceritakan masalahnya dan mengungkapkan keinginan-

keinginan konseli selama ini. Menurut observasi konselor, konseli terlihat sedih dan sering kali matanya berkaca-kaca. Konselor memberi penguatan berupa motivasi dan mengingatkan persetujuan perjanjian yang telah disetujui sehingga proses pelaksanaan konseling ini tanpa ada paksaan sedikitpun.

Konselor meminta konseli untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan pada diri konseli. Dengan begitu, konselor mengajak konseli untuk memahami dirinya sendiri. Ketika konseli telah memahami dirinya sendiri maka konseli akan mengetahui apa yang sedang ia rasakan saat ini, apa yang ia butuhkan, apa yang ia inginkan, apa yang membuat ia tidak nyaman dan apa yang membuat ia nyaman. Perasaan-perasaan itu dapat diutarakan jika konseli telah memahami dirinya sendiri. Setiap perbuatan yang dilakukan akan ada resikonya, baik itu positif ataupun negatif.

Konseli merasakan bahwa ia kecewa kepada ayahnya yang selalu memarahinya dengan kata-kata kasar yang sering kali membuat hatinya terluka. Ia juga kurang mendapat perhatian dari keluarga karena kedua orangtuanya dan kakak-kakaknya bekerja sehingga jarang pulang ke rumah. Konseli mencari perhatian dari luar lingkungan keluarga. Ia bergaul dengan lingkungan yang membuat ia bebas untuk melakukan agresivitas verbal ketika emosinya sedang tidak baik. Konseli sering berbicara kasar, mengumpat, mengecam atau mengkritik dan merendahkan yang ditujukan kepada orang yang membuat emosinya naik.¹²²

¹²² Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 13 November 2019

Tahap selanjutnya, konselor telah mengumpulkan informasi melalui identifikasi masalah dan diagnosis maka konselor akan melakukan teknik *empty chair*. Untuk memulai teknik *empty chair*, konselor memberikan instruksi atau menjelaskan peraturan yang akan digunakan dalam *treatment* ini. Konseli diminta untuk dapat menghadapi keadaan atau situasi dimana konseli berperan sebagai *top dog* (kekuatan). Dalam peran tersebut, konseli mengungkapkan perasaannya atau keinginannya dengan cara menuntut seperti sifat yang otoriter. Sedangkan peran *under dog* (kelemahan), konseli berperan dalam keadaan lemah atau sabar dan menunjukan adanya pemberontakan terhadap introyeksi.

Proses berlangsung dalam teknik *empty chair* dengan konseli bergantian menduduki kursi kosong yang saling berhadapan yang telah ditandai sebagai kursi *top dog* dan kursi *under dog*. Konseli diminta untuk mengungkapkan perasaan yang sebenarnya terjadi pada konseli. Ketika ia bermain peran dan merasakan kesedihan maka konseli akan mendalami perasaan sedih itu bahkan sampai ia menangis. Konseli juga diminta untuk membayangkan bahwa ia berhadapan langsung dengan seseorang yang membuat ia merasa tidak nyaman ataupun seseorang yang terlibat dalam masalahnya saat ini.

Pada proses awal teknik *empty chair* berlangsung, konseli merasa malu dan terlihat belum siap untuk melakukan terapi ini. Konselor memberikan pengertian dan memberikan penguatan kepada konseli agar konseli mau untuk mengikuti terapi, sehingga konseli dapat mengatasi masalahnya dan mendapatkan kesadaran. Dan akhirnya konseli menyetujui untuk melakukan *treatment*. Konselor

memberikan pengarahan agar konseli dapat rileks dan dapat memerankan perannya dengan sungguh-sungguh.

Sebagai tahap pertama teknik *empty chair*, konseli diminta untuk mengidentifikasi seseorang yang terlibat dalam masalahnya saat ini. Konseli mempunyai masalah yang belum selesai dengan ayahnya. Konseli diminta untuk mengungkapkan perasaannya dalam peran *top dog* dan *under dog* kepada konselor secara langsung. Peran *top dog*, “Bagaimana saya bisa mengontrol perkataan saya jika ayah terus-terusan memarahi saya dengan perkataan kasar? Padahal ayah pernah bilang ketika ayah marah, seorang anak tidak boleh membantah omongan orangtua. Saya ingin menjelaskan tetapi ayah selalu memarahi saya dan tidak memberi waktu untuk saya dapat menjelaskan yang sebenarnya”. Peran *under dog*, “sebenarnya saya tidak ingin membantah, tetapi saya ingin menjelaskan baik-baik kepada ayah jika perbuatan saya tidak selalu salah. Kalau saya begini terus kapan saya berani menjelaskan baik-baik kepada ayah? Saya harus melakukan perubahan agar ayah bisa mendengarkan perasaan saya.”¹²³

Tahap kedua dalam teknik *empty chair*, konselor meminta konseli untuk duduk di kursi *top dog* dan berperan sebagai ayahnya dengan sungguh-sungguh. Memerankan perah ayah ketika sedang memarahi konseli. Dan konseli duduk di kursi *under dog* dan membayangkan berhadapan langsung dengan ayahnya, konseli berperan sebagai dirinya sendiri yang merasa lemah.

Peran sebagai Top Dog:

¹²³ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 13 November 2019

“Kamu itu bisanya bikin capek ayah terus, ayah ini baru pulang kerja. Di kerjaan kejar setoran bikin pusing, di rumah punya anak tidak bisa bikin senang. Mending kamu jangan di rumah kalau ayah pulang. Kamu kalau selesai masak itu yang benar dong, kalau habis masak itu di bersihin. Masalah begini kok selalu bikin ayah marah. Dasar bodoh kamu, ayah kecewa sekolahin kamu jadinya kalau begini saja tidak mengerti. Kamu itu ayah sekolahin biar pinter bukan jadi bodoh. Sekali-sekali bikin ayah nyaman di rumah gitu loh. Kalau tidak bisa bahagiain ayah mending jadi sampah masyarakat saja kamu itu. Jadi anak kok bisanya bikin marah terus. Keluar dari rumah dan jangan kembali sekalian”

Peran sebagai *Under Dog*:

“Ayah kenapa dari saya masih SD sering marahin saya? Dikit-dikit marah, saya salah dikit ayah marah. Saya harus melakukan apa biar ayah tidak marah? Masalah kecil jangan dibesar-besarin yah, jangan semuanya pakai kemarahan. Apa ayah tidak bisa berbicara baik-baik sama saya?. Saya mau ayah perhatiin saya meskipun ayah sedang tidak dirumah, bukan marah-marah terus yah. Saya sebenarnya mau jelasin yang sebenarnya sama ayah tapi selalu ayah marah-marah dan berkata kasar sama saya, jadi lebih baik saya diam. Masalah dapur sudah saya bersihin yah setiap kali selesai memasak. Hanya saja kemarin kepala saya pusing jadi saya tinggal tidur. Waktu bangun ayah sudah di rumah dan marah-marah. Tolong ayah juga ngertiin saya yah, saya di rumah juga mengurus adik yah”.

Peran sebagai *Top Dog*:

“Kamu tahu kan ayah kerja buat siapa kalau bukan untuk kamu, untuk biaya kamu sekolah. Ayah ini juga kerja keras untuk kamu. Ibumu memilih

untuk kerja jauh sehingga tidak ada yang bisa mengerti keadaan ayah. Jadi ayah itu pusing dan ingin marah ketika di rumah dan jika di rumah ada yang tidak beres akan membuat ayah menjadi makin emosi. Kamu kan bisa komunikasi sama ibumu lewat *handphone*, minta diajarin masalah pekerjaan rumah sana jangan nunggu ayah marah-marah terus, anak tidak tahu diri kamu itu, jika tidak mau yah marah itu sering tanya ke ibumu bagaimana cara mengurus rumah yang baik”

Peran sebagai *Under Dog*:

“Saya mengerti keadaan ayah ketika kerja, saya juga ditinggal jauh sama ibu untuk kerja harusnya ayah bisa lindungi saya dan jagain saya. Saya juga masih butuh ayah, jangan bicara kasar terus sama saya yah. Saya mau ayah itu jadi ayah yang baik, ayah yang bisa kasih contoh yang baik bukan yang sedikit-sedikit marahin saya. Bimbing saya yah supaya bisa bahagiain ayah, saya juga ingin membahagiakan ayah. Tidak hanya ayah yang sering marah-marah, kakak-kakak juga sering memarahi saya ketika kakak mengajari mata pelajaran matematika dan saya tidak bisa menjawabnya. Saya tidak ingin dimarahi yah, saya ingin dibimbing untuk menjadi lebih baik. Harusnya ayah sebagai orangtua bisa mengerti keadaan saya. Harusnya ayah bisa menjaga kata-kata ayah supaya saya tidak terus menerus ikut terpengaruh perkataan ayah yang kasar, yasudah kalau itu kemauan ayah akan saya lakukan”.¹²⁴

Tahap ketiga dalam teknik *empty chair*, konselor mengajak konseli untuk mendiagnosis perasaan dan mengevaluasinya. Dari ungkapan

¹²⁴ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 13 November 2019

perasaan dan keinginan konseli tersebut, sebelum melakukan konseling ia merasa sedih dan kecewa karena perlakuan ayahnya kepada konseli. Setelah proses konseling ini, konseli merasakan kepuasan tersendiri dalam mengutarakan perasaan yang telah lama ia pendam. Konseli meluapkan semua perasaannya sebebaskan-bebasnya.

Setelah konseli mengungkapkan perasaannya, ia merasa lega telah melakukan tahap *top dog* dan *under dog* karena ia dapat mengungkapkan semua perasaannya yang selama ini ia pendam. Konseli telah mendiagnosis dari perasaan sedih, kecewa, dan marah kepada ayahnya dapat berkurang sehingga tidak menjadikan beban berat dalam masalahnya saat ini. Konseli telah menyadari jika pekerjaan ayahnya dan keadaan keluarga yang membuat ayahnya emosional.

Konseli mengutarakan, “saya sudah mulai lega karena telah mengungkapkan semua yang saya ingin bicarakan dengan ayah saya meskipun tidak berhadapan langsung. Tetapi dengan ini dapat membantu melegakan perasaan saya yang selama ini menjadi beban. Saya juga berfikir bahwa pekerjaan ayah dan keadaan keluarga saya seperti ini yang membuat ayah sering marah-marah. Saya sebagai anak juga tidak berani melawan, tetapi saya akan mencoba untuk mengungkapkan perasaan saya kepada ayah dengan hati-hati agar ayah saya bisa mengerti keadaan saya”.¹²⁵

Dari pernyataan konseli tersebut, konseli mulai menemukan kesadarannya terhadap keadaan ayahnya. Konseli akan mencoba untuk mengutarakan perasaan dan keinginannya kepada

¹²⁵ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 13 November 2019

ayahnya pada situasi dan kondisi yang tepat agar emosi ayahnya tetap stabil. Walaupun semua ada prosesnya, konseli akan bertahap untuk menyiapkan mental ketika berhadapan langsung dengan ayahnya.

Selanjutnya konselor memberikan penguatan dan motivasi serta meningkatkan kesadaran konseli melalui ajaran Islam yang berlandaskan Al-Qur'an. Dengan ini konselor meminta konseli untuk rileks agar emosinya dapat stabil. Konselor memberikan motivasi agar konseli dapat memaafkan perlakuan ayahnya yang sering berkata kasar dan sering memarahi konseli dan tidak meniru perilaku yang buruk. Karena bagaimanapun keadaannya, beliau juga tetap ayah konseli yang harus dihormati. Konselor juga memberikan penguatan agar konseli dapat mengurangi agresivitas verbalnya, karena kita sebagai umat muslim harus mempunyai akhlak yang baik dan dapat menjadi contoh bagi orang sekitarnya. Dengan berkata lembut dan dapat mengontrol emosi dengan baik akan menjadikan seseorang terhindar dari penyakit hati yang dapat berdampak pada fisik maupun psikisnya.

Sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S Ali 'Imran ayat 159:

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لَنتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ
الْقَلْبِ لَآنْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ
وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ
يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾

Artinya: "Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap

mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya”

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa karena Allah kita harus tetap bersikap lemah lembut terhadap seseorang yang telah menyakiti kita. Jika kita membalas atau mengikuti perbuatan mereka dengan bersikap keras dan berhati kasar maka orang-orang disekelilingmu akan menjauhimu. Berikan maaf kepada mereka yang telah menyakitimu dan mohonkan ampun kepada Allah SWT atas perbuatannya. Lakukanlah musyawarah dengan baik kepada mereka agar masalah dapat terselesaikan dengan baik pula. Jika kamu telah membulatkan tekadmu untuk memaafkan dan melakukan musyawarah maka bertawakkallah kepada Allah SWT agar hidupmu lebih tenang.

Konselor juga mengingatkan konseli bahwa perilaku agresivitas verbal dalam Islam sangat tidak diperbolehkan.

Sebagaimana Firman Allah dalam Q.S Al-Humazah ayat 1:

وَيْلٌ لِّكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ ﴿١﴾

Artinya: Kecelakaanlah bagi setiap pengumpat lagi pencela.

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa orang yang suka mencela dan mengumpat ataupun sejenisnya akan mendapat dampak buruk dalam pergaulannya.

Setelah konseli diberi penguatan melalui ajaran Islam, maka konseli mulai sadar dan mengerti bahwa ia telah meniru perilaku tidak baik yang ditunjukkan oleh ayahnya selama ini yaitu berkata kasar ketika sedang marah. Dengan membaca ayat Al-Qur'an dan Hadist serta menjelaskan maknanya, konseli menyadari bahwa perilakunya salah dan ingin menjadi seseorang yang mempunyai akhlak yang baik seperti Rasulullah SAW.

Berakhirnya proses *treatment* ini maka konselor dan konseli mengevaluasi kembali perasaan konseli dan apa yang dirasakan saat ini. Konseli merasa lega karena telah mengutarakan perasaan dan keinginannya yang telah lama terpendam. Pelajaran yang konseli dapat dari *treatment* ini bahwa konseli akan berusaha untuk bertutur kata yang lemah lembut seperti akhlak Rasulullah SAW agar selalu dicintai oleh Allah SWT. Konseli akan melakukan perubahan secara bertahap untuk kedepannya dengan mencoba berbicara baik-baik dengan ayahnya, mengurangi perkataan kasar yang sering melukai perasaan orang-orang disekitar konseli dan mencoba menjadi pribadi yang baik sesuai ajaran Islam.

e. Evaluasi

Dalam tahap evaluasi, konselor melakukan penggalian informasi perasaan konseli setelah proses *treatment*. Konselor juga akan menggali sejauh mana perubahan konseli dan keefektivan teknik *empty chair* yang telah diterapkan. Konselor mengamati perubahan konseli sebelum dan sesudah proses konseling Islam dengan teknik *empty chair* ini berlangsung. Perubahan yang terjadi pada konseli

setelah melakukan proses konseling melalui pengamatan konselor yaitu konseli mulai sadar akan keadaannya saat ini dan memaafkan perilaku ayahnya yang sering berkata kasar kepada konseli.

Follow Up setelah mengevaluasi perasaan maka konseli akan melakukan tindak lanjut atau rencana kedepan konseli untuk bertahap mengurangi dan membiasakan untuk tidak berkata kasar ketika emosinya naik dan mengurangi umpatan yang sudah menjadi kebiasaan diucapkan oleh konseli, berusaha untuk berkata jujur, dan tidak merendahkan seseorang karena konseli sadar bahwa setiap orang mempunyai kemampuan yang berbeda-beda.¹²⁶

2. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Empty Chair* untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa SMK PGRI Ploso Jombang.

Hasil dari perkembangan konseli setelah melakukan proses konseling sampai tahap evaluasi dan *follow up* atau tindak lanjut akan dijadikan tolak ukur perubahan pada diri konseli. Untuk mengetahui perubahan, maka konselor melakukan pengamatan dan wawancara kepada teman dekat konseli.

Dari informasi yang didapatkan oleh konselor, konseli sudah mengurangi berkata kasar ketika keadaan emosinya tidak stabil, konseli terlihat lebih bisa mengontrol emosinya sehingga tidak mudah untuk merendahkan orang-orang disekelilingnya, konseli berbicara sesuai keadaan yang sedang terjadi dan mulai untuk berkata jujur, kebiasaan mengumpat masih dilakukan konseli ketika sedang disekolah maupun

¹²⁶ Hasil wawancara kepada konseli pada tanggal 18 November 2019

diluar sekolah.¹²⁷ Konseli berusaha untuk berubah menjadi lebih baik. Pengamatan perkembangan ini dilakukan konselor lima hari setelah langkah evaluasi dan *follow up* dilaksanakan.

Dalam perubahan konseli terdapat 2 dari 4 perilaku agresivitas verbal yang dapat dirubah menggunakan teknik *empty chair* ini yaitu berkata kasar dan mengecam orang lain. Sedangkan mengumpat dan merendahkan masih dalam keadaan tetap.

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

Untuk mengetahui perubahan konseli setelah proses konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal konseli dari tahap awal sampai akhir, konselor telah mencari informasi mengenai perubahan perilaku dengan melakukan wawancara dan observasi terhadap sumber data primer (konseli) dan sumber data sekunder (Guru Bimbingan Konseling dan teman konseli). Perubahan konseli dapat dilihat dari perspektif teori dan perspektif Islam.

1. Perspektif Teori

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis deskriptif yaitu dengan membandingkan teori dengan data yang ada di lapangan.

a. Analisis Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Empty Chair* untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa SMK PGRI Ploso Jombang.

Penjelasan perbandingan data merupakan tahapan konseling yang sudah dipaparkan dalam penyajian data yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan *follow up*. Berikut

¹²⁷ Hasil wawancara kepada teman konseli pada tanggal 23 November 2019

merupakan analisis data tentang proses pelaksanaan yang dijelaskan dalam tabel:

Tabel 4.5
Perbandingan teori dan Data Lapangan

No	Data Teori	Data Lapangan
1.	Identifikasi Masalah: Langkah awal untuk mengetahui dan mengumpulkan data dari berbagai sumber agar mendapat informasi lebih dalam tentang konseli berupa kepribadian serta akibat yang dialami konseli ketika menghadapi masalah.	Konselor melakukan pengumpulan data untuk mengetahui lebih dalam masalah apa yang sedang dihadapi konseli dan gejala apa saja yang terjadi pada konseli. Konselor menggali informasi dengan melakukan wawancara dan observasi terhadap konseli, Guru Bimbingan Konseling dan teman dekat konseli. Dari pengamatan yang konselor lakukan, maka konselor menemukan gejala agresivitas verbal konseli yaitu berkata kasar, mengecam, mengumpat dan merendahkan.
2.	Diagnosis Langkah selanjutnya untuk menetapkan masalah apa yang sedang konseli hadapi saat ini, dan	Dari hasil pengumpulan data yang telah dilakukan pada identifikasi masalah, maka konselor menetapkan bahwa konseli mengalami masalah keluarga.

	<p>untuk mengetahui penyebab masalahnya.</p>	<p>Kurangnya perhatian dan perlakuan ayahnya yang emosional dan sering mengeluarkan kata-kata kasar kepada konseli. Ibunya bekerja di Luar Negeri dengan kakak pertamanya, kakak keduanya bekerja dan adiknya masih sekolah. Konseli tinggal hanya berdua dengan adiknya karena ayahnya jarang pulang ke rumah karena sedang bekerja sebagai supir antar kota. Pergaulan diluar yang membuat agresivitas verbal konseli semakin kuat.</p>
3.	<p>Prognosis Langkah ini untuk menentukan jenis bantuan yang akan diberikan kepada konseli dan sesuai dengan masalah yang sedang dihadapinya.</p>	<p>Konselor menetapkan jenis bantuan berdasarkan identifikasi masalah dan diagnosis yang telah dipaparkan. Maka pemberian bantuan melalui konseling Islam dengan teknik <i>empty chair</i> untuk menangani agresivitas verbal. Konseling Islam bertujuan untuk dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama</p>

		sesuai ajaran Islam yang berlandaskan Al-Qur'an dan Hadist. Sedangkan teknik <i>empty chair</i> bertujuan untuk memperoleh kesadaran konseli secara penuh tentang masalah yang dihadapi saat ini. Konselor akan memberikan ayat Al-Qur'an sebagai nilai dalam konseling Islam
4.	<p>Treatment</p> <p>Proses pemberian bantuan kepada konseli sesuai dengan langkah prognosis. Adapun tahap-tahap dalam teknik <i>empty chair</i> yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> Konseli diminta untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan dalam diri konseli. Konselor memberitahu aturan permainan ini. 	<p>Pemberian bantuan yang sudah konselor susun pada prognosis akan konselor terapkan pada tahap treatment:</p> <ol style="list-style-type: none"> Konseli diminta untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan konseli saat ini. Menurut pertanyaan konseli, kekurangan konseli berupa perasaan yang sensitif dan mudah marah jika tidak sesuai dengan apa yang ia inginkan. Jika kelebihan konseli, ia berani berbicara didepan

	<p>c. Meletakkan dua kursi kosong saling berhadapan dan menandai kursi dengan <i>top dog</i> (kekuatan) yaitu konseli memerankan peran sebagai seseorang yang kuat atau menuntut yang seharusnya dilakukan, sedangkan <i>under dog</i> (kelemahan) yaitu konseli berperan sebagai seorang yang lemah dan sabar. Konseli harus memerankan perannya dengan sungguh-sungguh agar dapat mengutarakan perasaan dan keinginannya</p>	<p>umum. Konseli juga diminta untuk mengidentifikasi seseorang yang sedang bermasalah dengan konseli. Dan konseli telah menyatakan bahwa konseli memiliki konflik dengan ayahnya.</p> <p>b. Konselor memberi tahu aturan permainannya yaitu, diletakkan dua buah kursi yang saling berhadapan, satu kursi duitandai dengan <i>top dog</i> (kekuatan) menggambarkan sifat yang kuat dan selalu menuntut. Disini konseli diminta untuk memerankan sebagai ayahnya ketika sedang memarahi konseli dengan mengeluarkan kata-kata kasar. Disisi selanjutnya kursi ditandai dengan <i>under dog</i></p>
--	--	---

	<p>dengan maksimal. Konseli diminta untuk mendalami peran dan menekspresikannya dengan serius.</p> <p>d. Setelah bermain peran selesai, maka konseli diminta untuk mendiagnosis perasaan-perasaannya.</p> <p>e. Tahap akhir mengevaluasi untuk keefektivan teknik <i>empty chair</i> dalam keberhasilan konseli mengungkapkan perasaannya.</p>	<p>(kelemahan) menggambarkan sebagai pribadi yang lemah dan sabar. Pada kursi ini, konseli berperan sebagai dirinya sendiri. Maka antara <i>top dog</i> dan <i>under dog</i> akan mengalami konflik yang bertujuan untuk mendapatkan kesadaran konseli pada keadaannya sekarang.</p> <p>c. Konseli duduk dikursi <i>top dog</i> (kekuatan), ia memerankan ayahnya yang emosional dan ketika ayahnya memarahi konseli dengan perkataan kasarnya. Konseli memerankan dengan sungguh-sungguh dan dengan ekspresi yang menunjukkan perasaan yang terdalam. Kemudian konseli duduk di kursi <i>under dog</i></p>
--	--	---

		<p>(kelemahan), ia diminta untuk membayangkan bahwa yang duduk didepannya adalah ayahnya, konseli memerankan sebagai dirinya yang lemah dan tidak berdaya untuk melawan ayahnya. Semua perasaan yang ia pendam selama ini diungkapkan dengan ekspresi yang ia rasakan. Pertentangan antara <i>topdog</i> dan <i>underdog</i> akan membuat konseli sadar akan keadaan yang terjadi saat ini. Sehingga konseli dapat menerimanya.</p> <p>d. Setelah proses <i>top dog</i> dan <i>under dog</i> selesai, maka konseli diminta untuk mendiagnosis perasaannya, konseli merasa lega karena sudah mengungkapkan perasaan dan</p>
--	--	--

		<p>keinginan yang selama ini ia pendam. Ia menyadari bahwa keadaan lah yang membuat ayahnya emosional. Konselor memberikan penguatan berupa konseling Islam dengan memaknai Q.S Ali ‘Imran ayat 159 dan Hadist tentang akhlak yang lembut.</p> <p>e. Setelah mendiagnosis perasaan, konseli bersama konselor akan mengevaluasi kembali perasaan yang telah dirasakan konseli saat ini. Konseli menyadari bahwa ia telah melakukan perilaku ayahnya yang berkata kasar dan emosional. Konselor menanyakan perasaannya saat ini, dan konseli menyatakan bahwa ia sudah lega karena</p>
--	--	--

		<p>telah mengungkapkan perasaan dan keinginannya yang selama ini terpendam untuk ayahnya. Konseli juga mendapatkan pelajaran dalam treatment ini yaitu ia ingin berkata lemah lembut seperti akhlak Rasulullah SAW. Konseli juga menginginkan untuk mengurangi berkata kasar, berbohong, mengumpat dan merendahkan seseorang karena konseli sadar bahwa itu merupakan perilaku yang tidak baik.</p>
5.	<p>Evaluasi dan Follow Up Tahap akhir dalam proses konseling untuk meninjau kembali keberhasilan treatment yang telah dilakukan.</p>	<p>Evaluasi dalam tahap ini dilakukan bersama oleh konselor dan konseli. Untuk mengetahui perubahan perasaan yang dialami konseli. Konseli merasakan bahwa perasaannya saat ini sudah lebih baik daripada sebelum terjadi proses</p>

		<p>konseling. Konseli telah sadar dengan keadaannya saat ini.</p> <p>Follow up akan dilakukan konseli untuk mengurangi agresivitas verbalnya. Konseli menyadari dan berusaha untuk mengurangi berkata kotor, merendahkan, mengumpat dan mengecam atau mengkritik. Konseli berusaha merubah akhlakunya menjadi lebih baik lagi sesuai ajaran Islam.</p>
--	--	--

b. Analisis Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Teknik *Empty Chair* untuk Menangani Agresivitas Verbal Siswa SMK PGRI Ploso Jombang.

Untuk mengetahui perubahan konseli setelah proses konseling Islam dengan teknik *empty chair*, maka konselor menganalisis keadaan konseli sebelum melakukan proses dan setelah melakukan proses konseling. Tingkat keberhasilan dapat dilihat dari perubahan konseli yang terjadi setelah proses konseling berlangsung.

Konselor melakukan wawancara dan observasi kepada konseli setelah melakukan proses

konseling. Konselor memberikan penguatan dan motivasi kepada konseli agar dapat membuka pikiran konseli sehingga konseli dapat menumakan kesadarannya secara penuh. Jika konseli sudah mendapatkan kesadarannya maka ia akan melakukan perubahan dalam hidupnya secara bertahap. Perubahan dalam diri konseli sesuai dengan yang sudah dipaparkan dalam evaluasi dan follow up, bahwa konseli telah sadar akan keadaan ayahnya dan menyadari bahwa perkataan kasarnya dapat melukai seseorang disekitarnya. Konseli telah memaafkan perlakuan ayahnya yang selama ini sering memarahinya, konseli masih dalam tahap untuk memberanikan diri berbicara dengan ayahnya. dan konseli telah mengurangi berkata kasar ketika marah, merendahkan, berusaha untuk berbicara jujur, dan untuk mengumpat pada diri konseli masih belum ada perubahan.

Konseli melakukan perubahan dalam diri memang tidak mudah jika tidak ada penguat dalam diri konseli. Maka dari itu konselor memberikan penguatan berupa ajaran Islam tentang akhlak Rasulullah SAW. Konseli semakin sadar akan perilakunya yang sering kali menyakiti perasaan orang disekitarnya melalui perkataannya. Konseli memahami ajaran Islam melalui ayat Al-Qur'an yang sudah konselor berikan dan konseli berusaha untuk bertutur kata dengan lembut seperti yang dicontohkan oleh Rasulullah SAW

Hasil dari perkembangan konseli disertai dengan wawancara kepada Guru Bimbingan Konseling dan teman dekat konseli. Guru Bimbingan Konseling menuturkan bahwa keadaan konseli di kelas sudah terlihat membaik dari sebelumnya. Kondisi sebelumnya terlihat jelas jika konseli sering

menunjukkan keadaan psikis yang sensitif. Setelah proses konseling terjadi perubahan jika konseli menunjukkan keadaan yang bisa menerima dirinya dengan baik.

Teman dekat konseli menuturkan bahwa konseli ketika dikelas atau sedang bermain dengan teman-temannya telah mengurangi berkata kasar, konseli lebih bisa menghargai teman-temannya, konseli berusaha untuk mengontrol emosinya agar tidak terlalu tersinggung dengan perkataan orang lain meskipun sedikit-sedikit terpancing perkataan temannya. Gejala yang konseli alami terdapat dua target yang masih dalam proses untuk mencapai keberhasilan yaitu mengumpat, kebiasaan konseli mengumpat ketika berbicara dengan temannya masih dianggap sebagai hal yang biasa dan menjadi alasan untuk becanda dengan temannya. Diperkuat dengan keadaan lingkungan konseli yang sering mendengar umpatan ketika berbicara dengan teman-temannya. Dari semua perubahan yang dialami konseli dapat menjadi tolak ukur evaluasi dan *follow up* teknik *empty chair* terhadap perubahan sikap konseli, perubahan lingkungan sosial konseli dan kemauan konseli untuk melakukan perubahan. Adapun keberhasilan proses konseling Islam dengan teknik *empty chair* dapat dilihat dari tabel:

Tabel 4.6

Perubahan sebelum dan sesudah proses konseling

No	Kondisi Konseli	Sebelum Konseling			Sesudah Konseling		
		A	B	C	A	B	C
1.	Berkata Kasar	√				√	
2.	Merendahkan		√			√	
3.	Mengecam	√				√	

4.	Mengumpat	√			√		
----	-----------	---	--	--	---	--	--

Keterangan: A: Sering

B: Kadang-Kadang

C: Tidak Pernah

Dari tabel tersebut dapat dilihat perubahan konseli bahwasannya ada penurunan dari kategori sering menjadi kategori kadang-kadang. Meskipun ada beberapa perilaku yang belum menunjukkan penurunan. Dengan ini konseli sudah bisa mengontrol emosi dan perkataannya untuk menghadapi lingkungan sosialnya.

2. Perspektif Islam

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan proses konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa terdapat didalamnya ajaran Islam yang diberikan untuk penguatan konseli dalam melakukan perubahan. Konseling Islam yang berlandaskan Al-Qur'an dan As-Sunnah sebagai pedoman konseli untuk menjalankan hidupnya dengan lebih baik.

Pertama, konselor memberikan penguatan kepada konseli berupa ayat Al-Qur'an Surat Ali 'Imran ayat 159:

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ
لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ
فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ



Artinya: Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati

*kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya.*¹²⁸

Konselor memilih ayat ini karena sesuai dengan permasalahan yang dihadapi konseli yaitu agresivitas verbal berupa berkata kasar, berbohong, merendahkan dan mengumpat. Konseli diminta untuk memaknai arti ayat tersebut dan menjelaskan maksud dari ayat tersebut. Setelah itu konseli diminta untuk merenungkan agar konseli mendapat kesadaran tentang perilakunya yang salah.

Kedua, konseli diberikan Sebagaimana Firman Allah dalam Q.S Al-Humazah ayat 1:

وَيْلٌ لِّكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ

*Artinya: Kecelakaanlah bagi setiap pengumpat lagi pencela.*¹²⁹

Konselor memberikan ayat ini untuk mengingatkan konseli bahwa perbuatan mencela atau mengumpat termasuk perbuatan yang tidak disukai oleh Allah SWT dan akan mendapatkan celaka. Nabi Muhammad SAW telah memberikan contoh dengan akhlaq yang baik untuk umatnya. Dengan begitu konseli

¹²⁸ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Surabaya: CV Jaya Sakti, 1989), h. 103.

¹²⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Surabaya: CV Jaya Sakti, 1989), h. 1101.

mendapat penguatan dan kesadaran untuk merubah agresivitas verbal pada dirinya.

Pada perubahan yang telah ditunjukkan oleh konseli, sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian ini menggunakan konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal dikategorikan cukup berhasil, karena konseli telah mengalami perubahan perilaku yang diinginkan yaitu 2 dari 4 perilaku tercapai dengan baik. Konseli mampu mengurangi berkata kasar dan lebih bisa menghargai perbedaan. Hasil ini diketahui dengan menggali informasi kepada teman konseli dan Guru Bimbingan dan Konseling di SMK PGRI Ploso Jombang. Perubahan konseli juga terlihat dari cerita konseli ketika berbicara kepada konselor.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini dan dalam penyajian data dan analisis data yang telah dipaparkan dalam proses penelitian konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas siswa di SMK PGRI Ploso Jombang, maka dapat diambil kesimpulan:

1. Dari data yang sudah telah diperoleh dari informan dengan proses konseling berupa identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan follow up. Gejala yang nampak pada konseli sebelum proses konseling adalah berkata kasar ketika emosinya naik, mengecam, merendahkan dan mengumpat. Gejala tersebut termasuk dalam agresivitas verbal.

Tahap identifikasi masalah, peneliti melakukan penggalian informasi dari konseli, Guru Bimbingan Konseling dan teman dekat konseli. Peneliti menemukan masalah konseli yang disebabkan oleh perlakuan ayahnya yang sejak kecil sudah memarahi konseli dengan berkata kasar. Dengan lingkungan konseli yang bebas, membuat agresivitas verbalnya meningkat.

Tahap diagnosis, Dilihat dari latar belakang konseli, dari segi pendidikan, agama, keluarga, sosial dan ekonomi. Peneliti menentukan bahwa konseli mengalami masalah keluarga.

Tahap Prognosis, peneliti menentukan pemberian bantuan dengan menggunakan konseling Islam dengan teknik *empty chair* agar konseli dapat mengungkapkan perasaan dan keinginannya sehingga konseli bisa memperoleh kesadaran konseli secara penuh.

Tahap treatment, didalam teknik *empty chair* terdapat beberapa tahap yaitu mengidentifikasi

kelebihan dan kekurangan konseli serta mengidentifikasi seseorang yang bermasalah dengan konseli, konseli mendapat prosedur pelaksanaan dari konselor, konseli duduk di kursi *top dog* (kekuatan) dan *under dog* (kelemahan) untuk mengungkapkan perasaan dan keinginannya, konselor bersama konseli mendiagnosis perasaan konseli setelah melakukan treatment.

Tahap evaluasi dan follow up, konselor meninjau kembali perasaan konseli setelah melakukan proses konseling dan memfollow up tindakan apa yang akan dilakukan oleh konseli.

2. Hasil akhir pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa SMK PGRI Ploso Jombang dapat dikatakan cukup berhasil. Konseli telah mengurangi berkata kasar dan lebih menghargai orang disekitarnya.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal siswa di SMK PGRI Ploso Jombang. Peneliti sadar bahwa penelitian ini jauh dari kesempurnaan. Maka diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat menyempurnakan hasil penelitian ini. Adapun saran-saran dari peneliti:

1. Bagi Konselor

Belajar untuk terus mengasah kemampuan untuk dapat melaksanakan teknik *empty chair* dengan baik. Dibutuhkan pendalaman materi dan meningkatkan empati agar dapat membantu masalah orang yang sedang membutuhkan. Keberhasilan proses konseling terletak pada kemampuan, kreativitas dan pengetahuan konselor.

2. Bagi Konseli

Setiap manusia memiliki masalah yang berbeda-beda dan kemampuan yang berbeda-beda pula. Masing-masing orang diberikan potensi atau fitrah oleh Allah SWT, tetap selalu bersyukur dan saling menjaga sesama manusia. Menjaga dalam hal pikiran, perasaan, dan tindakan.

3. Bagi Pembaca

Diharapkan dengan penelitian ini dapat memberi wawasan untuk dapat menjadi rujukan dalam mengembangkan konseling Islam dengan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal atau sejenisnya. Semoga dapat menjadi manfaat bagi penelitian selanjutnya.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini memiliki keterbatasan, keterbatasan tersebut yaitu:

1. Peneliti hanya melakukan penelitian pada satu orang saja sehingga tidak dapat mencakup lebih banyak individu yang berasal dari latar belakang yang berbeda dan membuat hasil tidak dapat digeneralisasikan dengan baik.
2. Peneliti melakukan penelitian tidak melibatkan anggota keluarga karena keberadaan tempat yang tidak memungkinkan peneliti untuk dapat melakukannya sehingga menyebabkan informasi dan hasil penelitian kurang baik.
3. Penelitian ini hanya menggunakan teknik *empty chair* untuk menangani agresivitas verbal dan masih banyak teknik konseling yang bisa dipergunakan dalam masalah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzakiy, Hamdani Bakran, 2001, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Al-Mundziri, Al-Hafizh Zaki Al-Din ‘Abd Al-‘Azhim. *Ringkasan Shahih Muslim*. Bandung, Mizan, 2002.
- Amin, Samsul Munir, 2009, *Bimbingan Penyuluhan Islam*, Surabaya: Dakwah Digital Press.
- Anantasari, 2006, *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*, Yogyakarta: Kanisius.
- Astutik, Sri, 2014 *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, Surabaya: UINSA Press..
- Aswadi, *Iyadah dan Ta’ziah Perspektif Bimbingan Konseling Islam*, 2009, Surabaya: Dakwah Digital Press.
- Baron Robert, Donn Byrne, 2005, *Psikologi Sosial Jilid II*, Jakarta: Erlangga.
- Basit, Abdul, 2017, *Konseling Islam*, Jakarta: Kencana
- Berkowitz L, , 2003, *Agresi I*, Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo.
- Corey, Gerald, 2013, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: PT Refika Aditama.
- Departemen Agama RI, 1989, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*, Surabaya: CV Jaya Sakti.
- Faqih , Aunur Rahim, 2001, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Jakarta: UII Press.

- Ghony, M. Djunaidi dan Fauzan Almanshur, 2012, *Metodelogi Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, cet. 3, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Hallen A, 2000, *Bimbingan & Konseling*, Jakarta: Ciputat Press.
- Hanurawan, Fattah, 2010, *Psikologi Sosial*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Hartono dan Soedarmaji, 2012, *Psikologi Konseling*, Jakarta: Kencana
- Herdiansyah, Haris, 2012, *Metodelogi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, Jakarta : Salemba Humanika..
- Hikmawati, Fenti, 2015, *Bimbingan Dan Konseling Perspektif Islam*, Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Hildayani, Rini, dkk, 2014, *Penanganan Anak Berkelainan*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Jahja, Yudrik, 2012, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana.
- Kartono, 1985, Kartini *Bimbingan Konseling dan Dasar-dasar Pelaksanaanya*, Jakarta: CV. Rajawali
- Koswara, Eka, 1998, *Agresi manusia*, Bandung: PT. Eresco.
- Koswara, Gantina, Eka W, dkk, 2011, *Teori Dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT Indeks.
- Krahe, Barbara, 2005, *Perilaku Agresif*, Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Lestari, Titik, 2016, *Verbal Abuse*, Yogyakarta: Psikosain.
- Mercer, Jenny, 2012 *Psikologi Sosial*, Jakarta: Erlangga.

- Moleong, Lexy J, 2000, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Mubarok, Achmad, 2000, *Al-Irsyad an Nafsy Klien Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwara
- Musnamar, Tohari, 1995, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta: UII Press.
- Ningsih, Yusria, 2018. *Kesehatan Mental*, Surabaya: UINSA Surabaya.
- Oarmrod, Jeanne Ellis Oarmrod, 2008, *Psikologi Pendidikan*, Jilid I Edisi VI, Terjemah oleh Wahyu Indianti dkk, Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Palmer, Stephen, 2011, *Konseling Psikoterapi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Purwoko, Yudho, 2019, *Memasuki Masa Remaja Dengan Akhlak Mulia*, Bandung: Nuansa Cendeki
- Sarosa, Samiaji, 2012, *Penelitian Kualitatif Dasar-Dasar*, Jakarta: PT. Indeks
- Sarwono, Sarlito Wirawan, 2002 *Psikologi Sosial*, Jakarta: Balai Pustaka
- Siradj, Shahudi, 2012, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, Surabaya: Revika Putra Media.
- Sofyan, Willis, 2010, *Remaja dan Masalahnya*, Bandung: Alfabeta,
- Suherman, Entang, 2011, *Mencontoh Akhlak Rasulullah SAW*, Jakarta: Multi Kreasi Satudelapan.
- Sukardi, Dewa Ketut dan Desak Made Sumiati, 1990 *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan*, (Surabaya: Usaha Nasional.

- Ulama, Djumhur, 1975, *Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah*, Bandung: CV Ilmu.
- Walgito, Bimo, 1968, *Bimbingan Konseling di Sekolah*, Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas UGM.
- Yusuf , Syamsu LN, 2012, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Yusuf , Syamsu, *Mental Hygiene*, 2004, Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Yusuf Syamsu dan A. Juntika Nurihsan, 2012, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Wulandari S, 2019, *Perilaku Remaja*, Semarang: Mutiara Aksara.
- Anggraini, Laili Nur Oktavin, dkk, Agustus 2018, *Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Intensi Agresivitas Verbal Instrumental Pada Suku Batak di Ikatan Mahasiswa Sumatera Utara Universitas Diponegoro*, Jurnal Empati, Vol. 7.
- Arianto, 2015, *Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan Islam*, An-Nahdhah. Vol. 8 No.15. Januari – Juni
- Ketut Ni S, Gede A.S dkk, 2004, *Efektivitas Konseling Gestalt Dengan Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Menghadapi Proses Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014*, Jurnal Bimbingan dan Konseling, vol. 2 No. 1.
- Mayangsari Dewi, Fadilah Yuliandari, 4 Mei 2019, *Faktor Penyebab Agresivitas Verbal Anak Usia Dini yang Bersekolah di Daerah Pesisir Bangkalan*, Paper disajikan

dalam Psikologi Sosial di Era Revolusi Industri 4.0: Peluang & Tantangan di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Trunojoyo Madura, (Madura: Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Sosial, 2019).

Winarlin, Retno, dkk, 2016, *Efektivitas Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa SMP*, Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, Vol. 1, No. 2.

Syarif, Firman, 2017, “Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Agresi pada Mahasiswa Warga Asrama Komplek Asrama Ayu Sempaja (Kota Samarinda)”, ISSN 2477-2666 (cetak), Psikoborneo, (CD-ROM Psikoborneo).

Kamus Besar Bahasa Indonesia (online), (<https://kbbi.web.id/agresivitas>. diakses pada 30 Oktober 2019, pukul 15.30).