

**PENGEMBANGAN MODEL KONSELING KELUARGA DENGAN  
*EXPERIENTIAL FAMILY THERAPY* UNTUK MENGURANGI  
AGRESI RELASIONAL PADA SISWA**

**DISERTASI**

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Doktor  
Program Studi Bimbingan dan Konseling



**Oleh:**

**YUDA SYAHPUTRA  
NIM. 18325008**

**PROGRAM STUDI S3 BIMBINGAN DAN KONSELING  
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2024**

## ABSTRACT

**Yuda Syahputra. 2024. "Model of Family Counseling with Experiential Family Therapy to Reduce Relational Aggression in Students". *Dissertation. Guidance and Counseling Doctoral Study Program, Faculty of Education, Universitas Negeri Padang.***

An increase in relational aggressive behavior appears increasingly common in the context of modern technology, especially through social media and digital communications. These actions involve damaging and manipulating social relationships and endangering the reputations of others. This condition has the potential to cause negative impacts such as anxiety, loneliness, depression, as well as affecting academic performance and subsequent development in individuals. This research aims to develop a valid, practical and effective family counseling model using experiential Family Therapy to reduce student relational aggression.

This research is development research using the ADDIE (analyze, design, development, implementation and evaluation) model which has been modified according to needs. This research involved 412 students for needs analysis, six experts who assessed the validity of the product, five counselors who assessed the practicality of the product, five counselors who were involved in Focus Group Discussions (FGD) to improve the product, and 5 students who were accompanied by 5 his parents became test subjects to obtain data on product effectiveness. Data collection on student relational aggression used the relational aggression scale instrument which met the valid and reliable criteria. Data analysis in this research uses descriptive statistical analysis for the needs analysis stage, analysis of the suitability of expert and counselor assessments using the Aiken's V formula to obtain data on the validity and practicality of the model and single-subject design analysis to obtain model effectiveness data.

The research results show that the family counseling model with experiential family therapy that was developed meets the criteria of being valid, practical, and effective for reducing students' relational aggression. The model developed is equipped with supporting media in the form of a model guidebook that can be used by guidance and counseling teachers/counselors, a student module to reduce relational aggression, and a parent module that can be used to reduce children's relational aggression.

**Keywords:** Relational Aggression, Experiential Family Therapy (EFT), Family Counseling

## ABSTRAK

**Yuda Syahputra. 2024. “Model Konseling Keluarga dengan *Experiential Family Therapy* Untuk Mengurangi Agresi Relasional Pada Siswa”. *Disertasi. Program Studi S3 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.***

Peningkatan perilaku agresi relasional terlihat semakin umum dalam konteks teknologi modern, terutama melalui media sosial dan komunikasi digital. Tindakan ini melibatkan merusak dan memanipulasi hubungan sosial serta membahayakan reputasi orang lain. Kondisi ini berpotensi menimbulkan dampak negatif seperti kecemasan, kesepian, depresi, serta memengaruhi kinerja akademik dan perkembangan selanjutnya pada individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model konseling keluarga dengan *experiential Family Therapy* yang valid, praktis dan efektif untuk mengurangi agresi relasional siswa.

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan dengan menggunakan model ADDIE (*analyze, design, development, implementation and evaluation*) yang telah dimodifikasi sesuai kebutuhan. Penelitian ini melibatkan 412 siswa untuk analisis kebutuhan, enam orang ahli yang menilai validitas produk, lima orang konselor yang menilai praktikalitas produk, lima orang konselor yang terlibat dalam *Focus Group Discussion* (FGD) untuk penyempurnaan produk, dan 5 orang siswa yang disertai dengan 5 orang tuanya menjadi subjek uji coba untuk mendapatkan data efektifitas produk. Pengumpulan data agresi relasional siswa menggunakan instrumen skala agresi relasional yang telah memenuhi kriteria valid dan reliabel. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif untuk tahap analisis kebutuhan, analisis kesesuaian penilaian ahli dan konselor menggunakan formula Aiken's V untuk mendapatkan data validitas dan praktikalitas model dan analisis *single-subject design* untuk mendapatkan data efektifitas model.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* yang dikembangkan memenuhi kriteria valid, praktis, dan efektif untuk mengurangi agresi relasional siswa. Model yang dikembangkan dilengkapi dengan media pendukung berupa buku panduan model yang dapat digunakan oleh guru BK/konselor, modul siswa untuk mengurangi agresi relasional, dan modul orang tua yang digunakan untuk mengurangi agresi relasional anak.

**Kata Kunci:** Agresi Relasional, *Experiential Family Therapy* (EFT), Konseling Keluarga

## PERSETUJUAN AKHIR DISERTASI

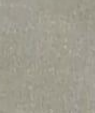
---

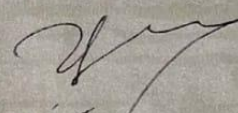
Nama : Yuda Syahputra  
NIM : 18325008  
Program Studi : Doktor (S-3) Bimbingan dan Konseling

Menyetujui

Promotor

Co-Promotor

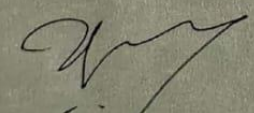
  
**Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., Kons.**  
NIP.19551109 198103 2 003

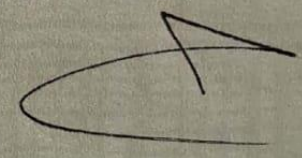
  
**Prof. Dr. Afdal., M.Pd., Kons.**  
NIP. 19850505 200812 1 002

Mengesahkan :

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Padang

Koordinator Program Studi

  
**Prof. Dr. Afdal., M.Pd., Kons.**  
NIP. 19850505 200812 1 002

  
**Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.**  
NIP. 19610225 198602 1 001

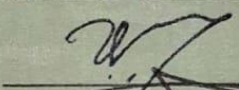
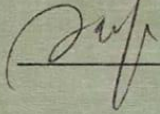
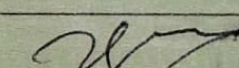
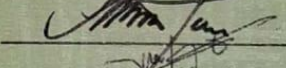
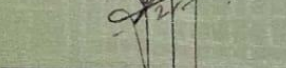
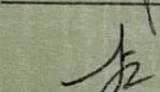
## PERSETUJUAN KOMISI UJIAN DISERTASI

Mahasiswa : Yuda Syahputra

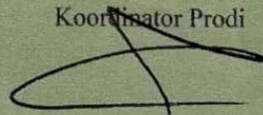
NIM : 18325008

Dipertahankan di depan penguji disertasi  
Program Doktor Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

### Menyetujui

| No. | Nama                                                                       | Tanda Tangan                                                                         |
|-----|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | <b>Prof. Drs. Ganefri, M.Pd., Ph.D.</b><br>Penyelia (Rektor)               |    |
| 2.  | <b>Prof. Dr. Afdal, M.Pd., Kons.</b><br>Ketua (Dekan)                      |   |
| 3.  | <b>Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.</b><br>Wakil Ketua (Kaprod)               |  |
| 4.  | <b>Dr. Hanif Al Kadri, S.Pd., M.Pd.</b><br>Sekretaris (WD1)                |  |
| 5.  | <b>Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., Kons.</b><br>Promotor                     |  |
| 6.  | <b>Prof. Dr. Afdal, M.Pd., Kons.</b><br>Co-Promotor                        |  |
| 7.  | <b>Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.</b><br>Penguji                          |  |
| 8.  | <b>Dr. Netrawati, M.Pd., Kons.</b><br>Penguji                              |  |
| 9.  | <b>Prof. Dr. Mohd Nazri Abdul Rahman.</b><br>(Penguji dari luar institusi) |  |

Koordinator Prodi



**Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.**  
NIP. 19610225 198602 1 001



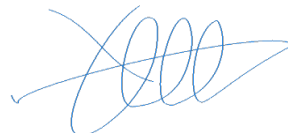
## **PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS DISERTASI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa disertasi saya yang berjudul:

### **PENGEMBANGAN MODEL KONSELING KELUARGA DENGAN *EXPERIENTIAL FAMILY THERAPY* UNTUK MENGURANGI AGRESI RELASIONAL PADA SISWA**

Tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar doktor di suatu perguruan tinggi lain dan tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulis aslinya. Apabila di kemudian hari saya terbukti melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh universitas batal saya terima.

Padang, 1 April 2024  
Yang memberi pernyataan,



Yuda Syahputra  
NIM.18325008

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah* rabbil'alamin, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan disertasi yang berjudul “Pengembangan Model Konseling Keluarga dengan *Experiential Family Therapy* Untuk Mengurangi Agresi Relasional Pada Siswa”. Peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dalam menyelesaikan disertasi ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada yang terhormat:

1. Ibu Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., Kons., selaku promotor dan Bapak Prof. Dr. Afdal, M.Pd., Kons., selaku co-promotor yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing, memberikan arahan, dan motivasi kepada peneliti dalam penyelesaian disertasi ini
2. Bapak Prof. Dr. Mudjiran, M. S., Kons., dan Ibu Dr. Netrawati, M.Pd., Kons., selaku kontributor yang telah memberikan kontribusi dan arahan hingga disertasi ini dapat diselesaikan dengan baik.
3. Bapak Prof. Dr. Mohd Nazri Abdul Rahman, selaku penguji dari luar UNP yang telah memberikan kontribusi dan arahan hingga disertasi ini dapat diselesaikan dengan baik.
4. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S3 Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu pengetahuan dalam penyelesaian disertasi ini.
5. Pimpinan dan segenap Staf Tata Usaha Program Studi S3 Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan dan kelancaran administrasi pada peneliti dalam rangka penyelesaian disertasi ini.
6. Kepala Sekolah, Guru, Konselor, Karyawan serta Siswa SMP Pembangunan Laboratorium UNP yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan uji coba instrumen penelitian dan memberikan bantuan serta kerjasama sehingga data penelitian dapat terakumulasi dengan baik.
7. Kepala Sekolah, Guru, Konselor, Karyawan serta Siswa SMP N 29 Padang yang telah memberikan bantuan dan kerjasama kepada peneliti sehingga data FGD dapat diperoleh.

8. Kepala Sekolah, Guru, Konselor, Karyawan serta Siswa SMP N 17 Padang yang telah memberikan bantuan dan kerjasama kepada peneliti sehingga data penelitian dapat diperoleh.
9. Kedua Orangtua Peneliti Ayahanda Muhammad Safii dan Ibunda Hariyani, S.Pd., M.Psi., yang telah memberikan dukungan yang luar biasa, melalui doa-doa yang diberikan untuk kesuksesan peneliti. Doa-doa tersebut yang selalu menjadi motivasi, semangat yang kuat dalam diri peneliti untuk menyelesaikan disertasi ini.
10. Istri Lira Erwinda, M.Pd., Kons., yang telah memberikan dukungan yang luar biasa, melalui doa-doa yang diberikan untuk kesuksesan peneliti. Doa-doa tersebut yang selalu menjadi motivasi, semangat yang kuat dalam diri peneliti untuk menyelesaikan disertasi ini.
11. Teman-teman mahasiswa Program Studi S3 Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Padang yang senantiasa memberikan dukungan, perhatian, semangat, serta ide-ide dalam menyusun disertasi ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang juga turut membantu peneliti dalam penyusunan disertasi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan disertasi ini masih terdapat kesalahan dan kekurangan, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak. Harapan peneliti semoga disertasi ini dapat memberikan manfaat untuk kita semua. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, April 2024

Peneliti



Yuda Syahputra  
NIM.18325008



## DAFTAR ISI

|                                                            | Halaman    |
|------------------------------------------------------------|------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                                 | <b>i</b>   |
| <b>ABSTRACT.....</b>                                       | <b>ii</b>  |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                       | <b>iii</b> |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>                             | <b>iv</b>  |
| <b>PERSETUJUAN KOMISI UJIAN DISERTASI .....</b>            | <b>v</b>   |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS .....</b>               | <b>vi</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                 | <b>vii</b> |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                    | <b>ix</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                  | <b>xii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                  | <b>xiv</b> |
| <br><b>BAB I. PENDAHULUAN</b>                              |            |
| A. Latar Belakang Masalah.....                             | 1          |
| B. Identifikasi Masalah .....                              | 13         |
| C. Pembatasan Masalah .....                                | 14         |
| D. Rumusan Masalah .....                                   | 15         |
| E. Tujuan Pengembangan.....                                | 15         |
| F. Manfaat Penelitian .....                                | 15         |
| G. Spesifikasi Produk yang Diharapkan .....                | 16         |
| H. Kebaruan dan Orisinalitas Penelitian .....              | 17         |
| I. Pentingnya Pengembangan.....                            | 17         |
| J. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan .....              | 18         |
| K. Definisi Istilah.....                                   | 18         |
| <br><b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>                          |            |
| A. Agresi Relasional Siswa .....                           | 20         |
| 1. Pengertian Agresi.....                                  | 20         |
| 2. Bentuk-bentuk Agresi .....                              | 21         |
| 3. Agresi Relasional .....                                 | 24         |
| 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Agresi Relasional ..... | 26         |
| 5. Bentuk-bentuk Agresi Relasional .....                   | 28         |
| 6. Dampak Agresi Relasional .....                          | 29         |
| 7. Upaya Mengatasi Agresi Relasional.....                  | 30         |
| B. Konseling Keluarga .....                                | 33         |

|                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Pengertian Konseling Keluarga .....                                                                  | 33 |
| 2. Tujuan Konseling Keluarga .....                                                                      | 34 |
| 3. Model-model Konseling Keluarga.....                                                                  | 36 |
| C. <i>Experiential Family Therapy</i> .....                                                             | 39 |
| 1. Pengertian <i>Experiential Family Therapy</i> .....                                                  | 39 |
| 2. Sejarah <i>Experiential Family Therapy</i> .....                                                     | 40 |
| 3. Tujuan <i>Experiential Family Therapy</i> .....                                                      | 43 |
| 4. Tahapan Terapi <i>Experiential Family Therapy</i> .....                                              | 44 |
| D. Terapi <i>Experiential Family Therapy</i> untuk Mengurangi<br>Perilaku Agresi Relasional Siswa ..... | 47 |
| 1. Membangun Relasi dengan Keluarga .....                                                               | 49 |
| 2. Mendiskusikan Prinsip-prinsip Konseling.....                                                         | 50 |
| 3. Menetapkan Tujuan Konseling.....                                                                     | 50 |
| 4. Menggali Permasalahan .....                                                                          | 50 |
| 5. Personalisasi.....                                                                                   | 51 |
| 6. Monitoring atau Evaluasi.....                                                                        | 51 |
| E. Konsep Model .....                                                                                   | 52 |
| 1. Pengertian Model .....                                                                               | 52 |
| 2. Manfaat Model .....                                                                                  | 53 |
| 3. Pengembangan Model.....                                                                              | 54 |
| F. Penelitian Relevan.....                                                                              | 56 |
| G. Kerangka Berpikir .....                                                                              | 59 |
| <b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b>                                                                   |    |
| A. Model Pengembangan .....                                                                             | 61 |
| B. Prosedur Pengembangan .....                                                                          | 62 |
| C. Definisi Operasional .....                                                                           | 67 |
| D. Subjek Penelitian.....                                                                               | 69 |
| E. Instrumen Pengumpulan Data.....                                                                      | 70 |
| F. Teknik Analisis Data.....                                                                            | 77 |
| <b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN</b>                                                                     |    |
| A. Hasil Penelitian .....                                                                               | 80 |
| 1. Hasil Tahap <i>Analysis</i> (A) .....                                                                | 80 |
| 2. Hasil Tahap <i>Design</i> (D) .....                                                                  | 88 |

|                                               |            |
|-----------------------------------------------|------------|
| 3. Hasil Tahap <i>Development</i> (D) .....   | 95         |
| 4. Hasil Tahap <i>Implementaion</i> (I) ..... | 114        |
| 5. Hasil Tahap <i>Evaluation</i> (E) .....    | 137        |
| B. Pembahasan .....                           | 145        |
| <b>BAB V. PENUTUP</b>                         |            |
| A. Kesimpulan .....                           | 158        |
| B. Implikasi .....                            | 159        |
| C. Dampak Penelitian.....                     | 160        |
| D. Saran.....                                 | 161        |
| <b>KEPUSTAKAAN.....</b>                       | <b>163</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                         | <b>172</b> |

## DAFTAR TABEL

| Tabel                                                                                                                                                            | Halaman |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Kondisi Agresi Relasional Pada Siswa di Sumatera dan Jakarta...                                                                                               | 5       |
| 2. Kondisi Agresi Relasional Pada Siswa SMP di Kota Padang (n = 412).....                                                                                        | 70      |
| 3. Penskoran Penilaian pada Instrumen Penelitian .....                                                                                                           | 72      |
| 4. Kisi-kisi Instrumen tentang Agresi Relasional .....                                                                                                           | 72      |
| 5. Pedoman Penskoran.....                                                                                                                                        | 72      |
| 6. Kisi-kisi Penilaian Ahli tentang Materi Model.....                                                                                                            | 73      |
| 7. Kisi-kisi Penilaian Ahli tentang Tampilan Model .....                                                                                                         | 73      |
| 8. Kisi-kisi Penilaian Uji Keterpakaian Model.....                                                                                                               | 73      |
| 9. <i>Standardized Residual Variance</i> .....                                                                                                                   | 75      |
| 10. <i>Item Measure</i> Agresi Relasional.....                                                                                                                   | 76      |
| 11. Uji Reliabilitas dan <i>Separation Index</i> .....                                                                                                           | 77      |
| 12. Interpretasi <i>Indeks Aiken's V</i> .....                                                                                                                   | 78      |
| 13. Kondisi Agresi Relasional Pada Siswa SMP di Kota Padang ..                                                                                                   | 81      |
| 14. <i>Literature Review</i> Agresi Relasional .....                                                                                                             | 83      |
| 15. Revisi Setelah Melaksanakan FGD.....                                                                                                                         | 98      |
| 16. Hasil pertimbangan pakar terhadap model, panduan konseling keluarga dengan <i>experiential family therapy</i> untuk mengurangi agresi relasional siswa ..... | 100     |
| 17. Hasil Pengujian Validitas Desain pada Model .....                                                                                                            | 101     |
| 18. Hasil Pengujian Validitas Dimensi Bahasa pada Model.....                                                                                                     | 103     |
| 19. Hasil Pengujian Validitas Desain pada Panduan Guru BK .....                                                                                                  | 104     |
| 20. Hasil Pengujian Validitas Dimensi Bahasa Pada Panduan .....                                                                                                  | 105     |
| 21. Hasil Pengujian Validitas Desain pada Modul Siswa.....                                                                                                       | 106     |
| 22. Hasil Pengujian Validitas Dimensi Bahasa pada Modul Siswa.....                                                                                               | 107     |
| 23. Hasil Pengujian Validitas Desain pada Modul Orang Tua .....                                                                                                  | 108     |
| 24. Hasil pengujian validitas dimensi bahasa pada modul orang tua .....                                                                                          | 109     |
| 25. Masukan dan Saran dari Validator.....                                                                                                                        | 110     |
| 26. Hasil Pengujian Praktikalitas Model pada Dimensi Isi .....                                                                                                   | 112     |

|                                                                                                                            |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 27. Hasil Pengujian Praktikalitas Model pada Dimensi Kebermanfaatan .                                                      | 113 |
| 28. Hasil Pengujian Praktikalitas Model pada Penggunaan Bahasa .....                                                       | 113 |
| 29. Masukan dan Saran dari Penilai Konselor terhadap Praktikalitas Model.....                                              | 114 |
| 30. Hasil Pengukuran Skor Agresi Relasional Siswa NA pada Fase <i>Baseline</i> dan <i>Intervention</i> .....               | 115 |
| 31. Rangkuman Hasil Analisis Visual dalam Kondisi.....                                                                     | 117 |
| 32. Rangkuman Hasil Lembar Kerja Orang Tua NA .....                                                                        | 117 |
| 33. Hasil Pengukuran Skor Agresi Relasional Siswa RW pada Fase <i>Baseline</i> dan <i>Intervention</i> .....               | 119 |
| 34. Rangkuman Hasil Analisis Visual dalam Kondisi.....                                                                     | 120 |
| 35. Rangkuman Hasil Lembar Kerja Orang Tua RW.....                                                                         | 121 |
| 36. Hasil Pengukuran Skor Agresi Relasional Siswa AA pada Fase <i>Baseline</i> dan <i>Intervention</i> .....               | 123 |
| 37. Rangkuman Hasil Analisis Visual dalam Kondisi.....                                                                     | 124 |
| 38. Rangkuman Hasil Lembar Kerja Orang Tua AA .....                                                                        | 125 |
| 39. Hasil Pengukuran Skor Agresi Relasional Siswa BI pada Fase <i>Baseline</i> dan <i>Intervention</i> .....               | 126 |
| 40. Rangkuman Hasil Analisis Visual dalam Kondisi.....                                                                     | 128 |
| 41. Rangkuman Hasil Lembar Kerja Orang Tua BI .....                                                                        | 129 |
| 42. Hasil Pengukuran Skor Agresi Relasional Siswa CA pada Fase <i>Baseline</i> dan <i>Intervention</i> .....               | 131 |
| 43. Rangkuman Hasil Analisis Visual dalam Kondisi.....                                                                     | 132 |
| 44. Rangkuman Hasil Lembar Kerja Orang Tua CA.....                                                                         | 133 |
| 45. Rekapitulasi Hasil Pengukuran Skor Pemahaman Agresi Relasional pada Fase <i>Baseline</i> dan <i>Intervention</i> ..... | 134 |
| 46. Hasil Pengujian Perbedaan Sebelum dan Sesudah Treatmen .....                                                           | 136 |

## DAFTAR GAMBAR

| Gambar                                                                                                                            | Halaman |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Kerangka Berpikir .....                                                                                                        | 60      |
| 2. Diagram Model ADDIE .....                                                                                                      | 62      |
| 3. Model ADDIE Versi Molenda.....                                                                                                 | 67      |
| 4. Pelaksanaan Kegiatan Pelayanan Model Konseling keluarga<br>dengan <i>experiential family therapy</i> .....                     | 91      |
| 5. Model Hipotetik konseling keluarga dengan <i>experiential family<br/>therapy</i> untuk mengurangi agresi relasional siswa..... | 94      |
| 6. Grafik Kondisi Pemahaman Agresi Relasional Responden NA.....                                                                   | 115     |
| 7. Grafik Kondisi Pemahaman Agresi Relasional Responden RW .....                                                                  | 119     |
| 8. Grafik Kondisi Pemahaman Agresi Relasional Responden AA.....                                                                   | 123     |
| 9. Grafik Kondisi Pemahaman Agresi Relasional Responden BI.....                                                                   | 127     |
| 10. Grafik Kondisi Pemahaman Agresi Relasional Responden CA .....                                                                 | 131     |
| 11. Rekapitulasi Kondisi Pemahaman Agresi Relasional Responden<br>pada Fase <i>Baseline</i> (A) dan <i>Intervention</i> (B) ..... | 135     |
| 12. Perbedaan Skor Agresi Relasional Sebelum dan Sesudah Perlakuan.....                                                           | 136     |

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perilaku agresi di Indonesia sebagai kasus kekerasan yang meningkat sejak 1998 dengan jumlah kematian 11.160 korban (Dewi, Prihatsanti, Setyawan, & Siswati, 2015). Kekerasan menjadi perhatian bagi semua pihak, terutama dalam pendidikan yang kian hari semakin meningkat. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menjelaskan bahwa pelaku aksi kekerasan di lingkungan sekolah merupakan orang terdekat bagi korban kekerasan, yaitu yang dilakukan oleh guru sebesar 29,9%, yang dilakukan teman sekelas sebesar 42,1%, dan yang dilakukan teman beda kelas sebesar 28%.

Perilaku agresi terus berkembang dan merujuk kepada tindakan kekerasan yang berakibat kematian, di Madura seorang guru SMP meninggal dunia usai dianiaya oleh siswanya sendiri (Jajeli, 2018), di Kalimantan Barat guru perempuan dipukul kursi oleh muridnya karena tidak naik kelas (Irawan, 2017); di Pontianak Timur guru Madrasah dipukul oleh siswanya karena menegur menggunakan handphone saat pelajaran berlangsung (KumparanNEWS, 2018); dan di Kaliwungu guru SMK saat jam pelajaran di bully oleh sekelompok siswa dan disebar dimedia sosial (Putranto, 2018). Aksi kekerasan yang terjadi di dunia pendidikan saat ini adalah dampak dari pendidikan yang tidak seimbang, yang hanya menekankan pada pencapaian kognitif dan kurangnya pencapaian afektif siswa (Assegaf, 2004).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perilaku agresi tidak muncul dengan sendirinya akan tetapi disebabkan oleh kesulitan membangun hubungan dengan teman sebaya (Kim & Nho, 2017), rendahnya pengawasan orang tua terhadap anak (J. Lee & Randolph, 2015; Van der Graaff, Branje, De Wied, & Meeus, 2012), terpengaruh video game kekerasan dan film kekerasan (Fischer, Kastenmüller, & Greitemeyer, 2010; Hasan,



Bègue, Scharkow, & Bushman, 2018; Jerabeck & Ferguson, 2013), ketidakstabilan *self-esteem* (E. J. Lee, 2014), dan kegagalan peran *self-control* (Denson, DeWall, & Finkel, 2012). mengkonsumsi *Alcohol* berlebihan (Denson et al., 2011; Keller, Blincoe, Gilbert, & Haak, 2014; Koeswara, 1998), frustrasi dan stress yang berlebihan (Koeswara, 1998; Tull, Jakupcak, Paulson, & Gratz, 2007), pola asuh orang tua yang keras (Arifin, 2015; Casselman & Rosenbaum, 2014; Goldstein, 2016; S. Willis, 2010), dan lingkungan yang tidak kondusif (Arifin, 2015; Leonard Berkowitz, 2005; Harris, 1996; Koeswara, 1998; J. H. Park, 2006; S. Willis, 2010).

Buss & Perry (1992) mengelompokkan agresivitas ke dalam empat bentuk agresi, yaitu: a) agresi fisik, b) agresi verbal, c) agresi amarah, dan agresi permusuhan, ke empat bentuk agresi dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Buss (1961) menjelaskan bahwa suatu perilaku yang dilakukan untuk menyakiti, mengancam atau membahayakan individu baik yang bersifat langsung maupun tidak langsung. Agresi langsung (misalnya, memukul anak, berteriak) adalah serangan yang terlihat dilakukan terhadap anak lain (Almivalli, Kaukiainen, & Lagerspetz, 2000). Sebaliknya, Agresi tidak langsung didefinisikan sebagai metode pembalasan berputar-putar yang melibatkan penggunaan kelompok sebaya (misalnya, pengucilan dari kelompok, bergosip, mendorong orang lain untuk tidak menyukai; Björkqvist, Lagerspetz, & Österman, 1992).

Agresi yang dilakukan secara langsung (memukul, menendang, memaki, dan berteriak) dapat terlihat jelas dengan orang tua dan guru, sehingga cepat dilakukan intervensi untuk mengatasi perilaku agresi berkembang di lingkungan teman sebaya (Schober, Björkqvist, & Somppi, 2009). Berbeda dengan agresi tidak langsung yang menggunakan tindakan manipulatif untuk menyakiti korbannya, sehingga perilaku ini sulit diidentifikasi atau tersamarkan (Björkqvist, 1994; Keashly, 2001). Berdasarkan kondisi

tersebut perlunya penelitian lebih lanjut, jenis agresi yang dikaji dalam penelitian ini adalah agresi tidak langsung, di mana tindakan agresi yang tidak secara khusus diarahkan atau dikomunikasikan pada target/korban, seperti: menyebarkan gosip berbahaya dan/atau rumor anonim saat korban tidak ada (Gladden, Vivolo-Kantor, Hamburger, & Lumpkin, 2014; Nelson, Springer, Nelson, & Bean, 2008). Agresi tidak langsung dikonseptualisasikan sebagai manipulasi sosial: memanipulasi orang lain untuk menyerang korban, atau, dengan cara lain, menggunakan struktur sosial untuk melukai orang yang menjadi sasaran, tanpa terlibat secara pribadi dalam penyerangan. Dengan demikian, penyerang memiliki peluang lebih besar untuk tidak diperhatikan dan menghindari pembalasan (Lagerspetz, Björkqvist, & Peltonen, 1988).

Agresi relasional mirip dengan agresi tidak langsung, yang merupakan dua konstruksi yang saling terkait dan muncul dalam literatur perkembangan, terutama dalam kaitannya dengan jenis tindakan manipulatif yang dilakukan (Coyne & Ostrov, 2018; Murray-Close, Nelson, Ostrov, Casas, & Crick, 2016; Ostrov, Godleski, Kamper-DeMarco, Blakely-McClure, & Celenza, 2015). Agresi relasional didefinisikan sebagai titik akhirnya, yaitu memanipulasi atau mengganggu hubungan dan pertemanan, dan bentuknya bisa terbuka atau terselubung, tetapi biasanya terselubung (Archer & Coyne, 2005).

Agresi relasional merupakan perilaku yang memiliki tujuan merusak persahabatan, status sosial orang lain, atau menimbulkan perasaan terkucilkan (Keenan, Coyne, & Lahey, 2008), manipulasi hubungan sosial ataupun membahayakan reputasi orang lain (Dailey, Frey, & Walker, 2015). Bentuk umum agresi relasional mencakup memberikan perlakuan diam kepada teman sebaya, mengecualikan/ mengucilkan teman sebaya dari kelompok sosial atau bermain, berbohong dan menyebarkan desas-desus tentang teman

sebaya untuk memicu penolakan, memaksakan kondisi pertemanan (Crick, Casas, & Nelson, 2002), kritik di belakang seseorang, isolasi sosial (mengabaikan rekan), ancaman untuk menarik persahabatan berdasarkan permintaan tertentu, dan upaya mengurangi status sosial teman sebaya (Archer & Coyne, 2005).

Agresi relasional tampaknya muncul sebagian besar selama masa kanak-kanak tengah dan berlanjut hingga remaja (Pernice-Duca, Taiariol, & Yoon, 2010). Setelah mencapai masa kanak-kanak, agresi relasional juga telah digambarkan sebagai karakteristik individu yang cenderung relatif stabil di berbagai hubungan interpersonal dan sering meluas ke hubungan pertemanan di sekolah dan konteks sosial (misalnya, teman sebaya yang berbeda, guru, dan sekolah; Park et al., 2005).

Individu yang sering menjadi target agresi relasional lebih besar beresiko mengalami kesulitan penyesuaian karena kehilangan persahabatan dan perasaan isolasi sosial (Casey-Cannon, Hayward, & Gowen, 2001). Siswa yang menjadi korban agresi relasional cenderung mengalami depresi, kecemasan, kesulitan hubungan sosial, dan ide bunuh diri (Prinstein, Boergers, & Vernberg, 2001). Beberapa faktor risiko yang dikaitkan dengan agresi relasional, seperti: pembohongan (Wu, Zhang, Su, & Hu, 2015; Zimmer-Gembeck & Pronk, 2012) dan perbuatan dari agresi relasional dikaitkan dengan gejala depresi dan kecemasan (Card, Stucky, Sawalani, & Little, 2008). Hasil penelitian salah satu Universitas di Indonesia menunjukkan bahwa 63.9% mahasiswi pernah menyebarkan gosip tentang orang lain, sementara 59.7% mahasiswi pernah membuat orang lain tidak dilibatkan dalam aktivitas kelompok (Harianto, Matahari, & Ariela, 2017). Hasil penelitian di SMP oleh Baroroh & Hertinjung (2018) menyatakan bahwa kecenderungan melakukan agresi relasional sebesar 52%. Agresi relasional dengan menghindari teman

yang tidak disukai sebesar 46%, berprasangka buruk terhadap gender berbeda sebanyak 45%, dan menatap tajam teman yang tidak disukai sebanyak 44%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan menggunakan instrumen perilaku agresi relasional yang dikembangkan dari (Murray-Close, Ostrov, Nelson, Crick, & Coccaro, 2010) yang disebar secara online dengan bantuan *google form*. Adapun 3 aspek yang diukur dalam instrumen agresi relasional, yaitu: proaktif (5 item), reaktif (6 item), dan romantis (3 item). Penyebaran secara online dilakukan pada tanggal 21 Desember 2019 – 12 Januari 2020 diberbagai daerah untuk mengungkap kondisi agresi relasional pada remaja di Indonesia. Berikut disampaikan pada tabel 1 hasil angket agresi relasional.

**Tabel 1. Kondisi Agresi Relasional Pada Siswa SMP di Sumatera dan Jakarta (n= 292)**

| <b>Interval</b> | <b>Kategori</b> | <b>f</b> | <b>%</b> |
|-----------------|-----------------|----------|----------|
| $\geq 46$       | Sangat Tinggi   | -        | -        |
| 38 – 45         | Tinggi          | 6        | 2.05     |
| 29 – 37         | Sedang          | 177      | 60.62    |
| 21 – 28         | Rendah          | 109      | 37.32    |
| $\leq 20$       | Sangat Rendah   | -        | -        |
| Jumlah          |                 | 292      | 100      |

Sumber: Data Awal Agresi Relasional Pada Siswa SMP di Sumatera dan Jakarta (Yuda, 2019)

Studi pendahuluan mengungkapkan kondisi agresi siswa berada pada persentase 60.62%, yaitu cenderung pada kategori sedang. Sejalan dengan penelitian Harianto et al. (2017) mengungkapkan bahwa rata-rata skor agresi relasional proaktif dan reaktif yang diperoleh partisipan cenderung rendah. Soliha (2010) menemukan 15,5% agresi relasional dipengaruhi oleh persepsi terhadap penerimaan dari teman sebaya. Kondisi ini bila tidak diatasi akan berdampak pada resiko kecemasan, perasaan kesepian, depresi, dan kinerja akademik yang mempengaruhi tahap perkembangan selanjutnya (Dailey et al., 2015). Hal ini didukung oleh (Olweus, 1980) mengemukakan bahwa prediktor terbaik dari agresivitas orang dewasa adalah agresivitas masa kanak-kanak/remaja. Ketika perilaku agresi masa

kanak-kanak/remaja tidak diintervensi, saat masa dewasa perilaku agresi akan terus berkembang dalam diri individu (Sharma, 2018). Perilaku agresi orang dewasa biasanya dilakukan di tempat kerja (Sharma, 2018) dan di keluarga (Haskett & Willoughby, 2007). Demikian dengan prevalensi karyawan yang terpapar agresi di tempat kerja sebesar 5 sampai 55% di berbagai Negara di Eropa (Eschleman, Bowling, Michel, & Burns, 2014). Sebuah studi oleh Sellers, Millenbach, Ward, & Scribani (2012) menyatakan 25% perawat di New York sering menjadi korban intimidasi di tempat kerja. Selaras dengan Tian, Song, Kwan, & Li (2019) mengemukakan 65% karyawan menggunakan waktu bicaranya untuk melakukan gossip.

Berbagai faktor risiko sosial atau interaksi remaja dengan orang tua terkait dengan keterlibatan mereka dalam agresi relasional, seperti prosedur keluarga dan pengasuhan (Voulgaridou & Kokkinos, 2020). Selain itu, lingkungan keluarga dapat mempengaruhi atau manifestasi pengalaman agresi relasional. Kawabata, Alink, Tseng, Van IJzendoorn, & Crick (2011) mengemukakan bahwa interaksi orang tua yang positif seperti penerimaan dan resolusi konflik berkorelasi negatif terhadap perilaku agresi relasional. Sebaliknya, interaksi negatif dan konflikual antara orang tua dan anak dapat mengembangkan keterampilan sosial yang maladaptif dan perilaku yang lebih bersifat eksternalisasi (Marmorstein & Iacono, 2004). Pengasuhan orang tua mempengaruhi perkembangan agresi relasional, karena interaksi orang tua-anak pada waktu di rumah signifikan pengaruhnya terhadap pertemanan di luar rumah (misalnya, cara interaksi orang tua-anak digeneralisasikan kepengaturan lain termasuk pertemanan; Haskett & Willoughby, 2007; Vaillancourt, 2007).

Pengaruh konteks keluarga terhadap perilaku sosial anaknya telah lama dikenal. Carlson, Alan Sroufe, & Egeland (2004) berpendapat bahwa hubungan orang tua-anak

berfungsi sebagai dasar emosional untuk mengeksplorasi dan mengembangkan hubungan teman sebaya. Persamaan karakteristik agresi relasional dan keluarga ditunjukkan oleh perilaku orang tua, seperti: penolakan orang tua (Coie & Dodge, 1998), pengaruh negatif (Rubin, Burgess, Dwyer, & Hastings, 2003), dan paksaan pengasuhan anak (Russell, Hart, Robinson, & Olsen, 2003). Kesamaan dalam konteks keluarga agresi relasional dan agresi fisik/verbal dikarenakan multifinalitas lingkungan keluarga dalam patogenesis, menunjukkan bahwa lingkungan keluarga yang sama dapat mempengaruhi anak untuk berbagai bentuk agresi. Mengingat bahwa lingkungan keluarga yang negatif dapat membuat anak rentan untuk meniru perilaku agresi relasional dari keluarga dan mentransfer dinamika keluarga tersebut ke dalam hubungan teman sebaya (Lindahl, Malik, Kaczynski, & Simons, 2004).

Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Bandura, 1977) mengungkapkan teori belajar melalui peniruan, bahwa perilaku agresi bersumber dari hasil belajar melalui peniruan (imitasi) tanpa adanya penguatan sekaligus yang kita terima. Individu bisa meniru beberapa perilaku hanya melalui pengamatan terhadap perilaku model, dan akibat yang ditimbulkannya atas model tersebut.

Menurut Freud, proses pembentukan kepribadian seorang anak tidak lepas dari proses belajar, yakni proses identifikasi yang dilakukan secara spontan terhadap kedua orang tuanya dan tokoh-tokoh lain yang signifikan mempengaruhi pembentukan kepribadian (Bertens, 2016). Identifikasi ini bisa dipahami sebagai proses yang lebih dalam (bersifat permanen pada kepribadian) daripada hanya sekadar meniru (imitasi).

Berdasarkan pemaparan di atas, maka perlunya pelayanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan konseling keluarga untuk mengatasi agresi relasional. Penggunaan konseling keluarga menjadi penting dalam mengurangi agresi relasional

karena korelasi yang kuat antara lingkungan keluarga yang mengandung unsur-unsur seperti kontrol psikologis yang tinggi, kurangnya responsivitas dalam pengasuhan (Casas et al., 2006; Nelson & Crick, 2002), serta ketidakharmonisan antaranggota keluarga dengan perilaku agresi relasional anak. Dengan melibatkan keluarga dalam proses konseling, kita dapat merestrukturisasi dinamika keluarga yang mungkin berkontribusi pada agresi relasional anak, memberikan dukungan yang lebih kuat untuk perubahan perilaku positif, dan membantu anak dalam mengatasi masalah sosial mereka dengan lebih efektif. Hal ini didukung oleh Marwanty (2016) konseling keluarga dapat memperbaiki pola asuh orang tua yang salah untuk mengurangi perilaku agresi. Konseling keluarga dilakukan dalam berbagai bentuk layanan bimbingan dan konseling (Afdal, 2015a).

Penekanan pada konseling keluarga sebagai metode intervensi dalam mengatasi agresi relasional sangat relevan mengingat bahwa asal mula agresi relasional seringkali berakar dalam lingkungan keluarga itu sendiri. Misalnya, sebagai hasil dari pengondisian sosial dalam pengertian behavioristik tradisional: jika anak-anak secara khusus diberi penghargaan atas demonstrasi agresi mereka, maka perilaku semacam ini akan diperkuat (Björkqvist & Österman, 1992). Intervensi yang menargetkan peran orang tua sebagai pasangan perkawinan dan pengasuh mungkin diperlukan untuk mengatasi agresi relasional secara efektif dan mengurangi perilaku antisosial remaja (Taylor & Borduin, 2014). Hal ini didukung oleh (Carr, 2006) yang berpendapat bahwa semua masalah manusia pada dasarnya bersifat relasional sehingga terapi keluarga sesuai untuk kasus perilaku agresi yang berkaitan dengan hubungan sosial.

Hal ini diperkuat oleh keefektifan salah satu terapi keluarga, *Functional Family Therapy* (FFT) yang efektif meningkatkan perilaku prososial, kemandirian diri individu, dan keterampilan komunikasi, serta meningkatkan interaksi yang saling mendukung satu

sama lain (Hartnett, Carr, Hamilton, & Sexton, 2017; Thurston et al., 2015). FFT mengintervensi masalah-masalah seperti kekerasan remaja dan penggunaan narkoba, tetapi juga membahas kekuatan orang tua dan kemampuan mengasuh anak untuk meningkatkan dinamika keluarga dan mempertahankan perilaku prososial yang dipraktikkan selama terapi (Hartnett, Carr, & Sexton, 2016), beberapa keberhasilan dalam mengurangi tingkat residivisme remaja, mengurangi perilaku bermasalah, dan meningkatkan penyesuaian keluarga (Hartnett et al., 2016). Namun, yang akan dikaji pada penelitian ini adalah mengatasi agresi relasional dengan terapi keluarga melalui pelayanan bimbingan dan konseling, salah satu pendekatan terapi keluarga yang digunakan untuk mengatasi agresi relasional adalah *experiential family therapy*.

Terapi keluarga eksperiensial disamakan dengan terapi humanistik individual, karena menekankan pada pentingnya mengalami dan mengekspresikan emosi *here and now* (Satir & Banmen, 1983), ketika merasa frustrasi, marah, atau cemas dalam situasi sosial tertentu, mereka dapat merespons dengan perilaku yang merugikan seperti menyebar rumor dan ancaman menarik persahabatan. *Experiential family therapy* menyoroti hambatan bagi pengalaman terhadap perkembangan pribadi yang membuat orang cenderung mengalami masalah dan perilaku untuk mempertahankan masalah (Carr, 2006). *Experiential family therapy* menggunakan pendekatan berbasis klien (mencapai kesadaran untuk mengaktualisasikan diri); Carl Rogers (1951), terapi Gestalt (menangani masa lampau dengan membawa aspek-aspek masa lampau yang relevan ke saat sekarang; (Perls, 1973), dan psikodrama (bermain peran yang menggunakan improvisasi dramatis sebagai cara untuk menjelajahi dunia batin anggota kelompok dan menciptakan kondisi untuk ekspresi perasaan spontan terkait dengan masalah yang paling penting bagi klien; Moreno (1972).



Terapi keluarga berdasarkan *experiential family therapy* terkait dengan penekanan emosi (Nichols & Davis, 2017; Satir, 1983). Meskipun anak harus belajar bahwa mereka tidak dapat selalu melakukan apapun yang mereka sukai, banyak orang tua memiliki kecenderungan yang tidak menguntungkan bagi anak untuk mengacaukan fungsi emosi yang instrumental dan ekspresif (Nichols & Davis, 2017; Satir, 1983). Orang tua mencoba mengatur tindakan anak-anak dengan mengendalikan perasaan anak. Akibatnya, anak-anak belajar melupakan pengalaman emosional untuk menghindari kritik. Meskipun proses ini kurang lebih bersifat universal, keluarga yang disfungsi (banyak konflik) cenderung kurang toleran terhadap emosi yang tidak teratur daripada kebanyakan orang (Nichols & Davis, 2017). Anak dalam keluarga seperti itu sering tumbuh jauh dari diri mereka sendiri dan hanya merasakan perasaan tertekan (misalnya: kebosanan, apatis, dan kecemasan).

Dengan demikian, *experiential family therapy* bekerja dari dalam ke luar, membantu individu mengungkapkan emosi jujur mereka, dan kemudian membangun ikatan keluarga yang lebih tulus (Nichols & Davis, 2017). *Experiential family therapy* menggambarkan keluarga sebagai tempat berbagi pengalaman (Satir, 1988). Dalam situasi yang ideal, seharusnya kontrol orang tua tidak berlebihan sehingga anak tumbuh dalam suasana dukungan psikologis dan dorongan kreatif (Nichols & Davis, 2017). Orang tua menghargai anak-anak mereka, menerima perasaan mereka, dan memvalidasi pengalaman mereka. Anak-anak didorong untuk mengalami kehidupan sepenuhnya dan untuk mengekspresikan seluruh emosi manusia, serta keluarga yang sehat menawarkan para anggotanya kebebasan untuk menjadi diri mereka sendiri (Nichols & Davis, 2017).

*Experiential family therapy* bertujuan untuk membantu individu meningkatkan harga diri; membuat pilihan sendiri; menjadi lebih bertanggung jawab; menjadi lebih kongruen

sehingga mereka mengalami keharmonisan antara perasaan, pikiran dan perilaku; menyelesaikan tugas yang belum selesai; dan mencapai kebebasan dalam kehidupan mereka saat ini dari dampak peristiwa negatif masa lalu (Satir, 1983). *Experiential family therapy* memiliki berbagi komitmen untuk menggunakan metode yang intens secara emosional, berorientasi pada tindakan, sangat kreatif, lebih rasional untuk membantu anggota keluarga secara individu mengatasi hambatan berbasis pengembangan diri sehingga masalah dan pola perilaku pemeliharaan masalah dapat dimodifikasi (Carr, 2006).

Fenomena di lapangan, menunjukkan banyak peneliti yang mengembangkan model untuk mencegah, mengurangi maupun mengentaskan perilaku agresi. *General Aggression Model* (GAM) dikembangkan oleh Allen, Anderson, & Bushman (2018); Anderson & Bushman (2002) adalah kerangka kerja komprehensif, integratif, untuk memahami agresi dengan mempertimbangkan peran faktor sosial, kognitif, kepribadian, perkembangan, dan biologis. Selain itu, program intervensi seperti *Early Childhood Friendship Project* (ECFP) dapat menjadi sarana yang sangat bermanfaat (Ostrov, Godleski, Kamper-DeMarco, Blakely-McClure, & Celenza, 2015). Program ini tidak hanya memberikan pemahaman kepada anak-anak tentang cara mengatasi agresi relasional tetapi juga memberikan dukungan berkelanjutan melalui berbagai aktivitas yang mengedepankan inklusi sosial dan pembentukan persahabatan positif. ECFP yang telah diadaptasi terdiri dari empat kegiatan intervensi per minggu, yang membahas aspek-aspek positif seperti inklusi sosial dan pembentukan pertemanan, serta tema-tema negatif seperti agresi fisik dan relasional (Ostrov et al., 2015).

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi agresi relasional adalah dengan menerapkan program *Walk Away, Ignore, Talk It Out, Seek Help* (WITS;

Leadbeater, Hoglund, & Woods, 2003) atau pergi, abaikan, bicarakan, cari bantuan. Program ini merupakan program pencegahan berbasis komunitas dengan tujuannya adalah mengurangi tindakan agresi relasional dengan meningkatkan intervensi dewasa dan kemampuan sosio-emosional serta keterampilan penyelesaian konflik.

Berdasarkan fenomena di atas model yang ada masih berfokus pada pelaku atau korban tanpa adanya keterlibatan orang tua di dalam proses layanan untuk mengatasi perilaku agresi, sehingga bertitik tolak dari kondisi inilah peneliti tertarik mengembangkan model yang melibatkan orang tua di dalam proses layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan *experiential family therapy*. Salah satu strategi yang dimaksud adalah melalui model. Model adalah suatu deskripsi naratif untuk menggambarkan prosedur atau langkah-langkah dalam mencapai satu tujuan khusus, dan langkah-langkah tersebut dapat dipergunakan untuk mengukur keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan (Yang, Ming-Ying, You, & Chen, 2005). Tujuan penyusunan model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional adalah untuk menyediakan bahan pelayanan bimbingan dan konseling dengan mempertimbangkan kebutuhan siswa, dalam hal ini adalah siswa remaja yang sedang duduk dibangku SMP, yakni bahan pelayanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan intervensi agresi relasional.

Peneliti berusaha memberikan alternatif pengentasan dengan membuat model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa (Nursalim, 2015), yang nantinya model ini dapat dimanfaatkan oleh konselor sekolah maupun oleh orang tua remaja itu sendiri. Model ini disusun dengan menggunakan model pengembangan dalam bidang pendidikan yang berkaitan dengan desain pembelajaran (*research and development*; Borg & Gall, 1983).

## B. Identifikasi Masalah

Fakta empirik dan landasan teoretik yang telah diuraikan sebelumnya menunjukkan bahwa agresi relasional mencakup penyebaran rumor, kritik di belakang seseorang, isolasi sosial (mengabaikan rekan), ancaman untuk menarik persahabatan berdasarkan permintaan tertentu, dan upaya mengurangi status sosial teman sebaya (Archer & Coyne, 2005). Individu yang sering menjadi target agresi relasional akan mengalami kesulitan penyesuaian karena kehilangan persahabatan dan perasaan isolasi sosial (Casey-Cannon et al., 2001). Siswa yang menjadi korban agresi relasional cenderung mengalami kecemasan, depresi, kesulitan hubungan sosial, kinerja akademik dan ide bunuh diri (Dailey et al., 2015; Prinstein et al., 2001).

Agresi relasional muncul diakibatkan dari kontrol psikologis yang tinggi, pengaruh negatif, pengasuhan yang kurang responsif, dan kohesi di antara keluarga. Lingkungan keluarga dapat mempengaruhi atau manifestasi pengalaman agresi relasional, karena Individu bisa meniru beberapa perilaku hanya melalui pengamatan terhadap perilaku model. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Bandura, 1977) teori belajar melalui peniruan, bahwa perilaku agresi bersumber dari hasil belajar melalui peniruan (imitasi) tanpa adanya penguatan sekaligus yang kita terima. Mengingat bahwa lingkungan keluarga yang negatif dapat membuat anak rentan untuk meniru perilaku agresi relasional dari keluarga dan mentransfer dinamika keluarga tersebut ke dalam hubungan teman sebaya (Lindahl et al., 2004).

Selain itu, semua masalah manusia pada dasarnya bersifat relasional sehingga terapi keluarga sesuai untuk semua kasus perilaku agresi relasional (Carr, 2006). *Experiential family therapy* bekerja dari dalam ke luar, membantu individu mengungkapkan emosi jujur mereka, dan kemudian membangun ikatan keluarga yang lebih tulus (Nichols & Davis,

2017). *Experiential family therapy* menggambarkan keluarga sebagai tempat berbagi pengalaman (Satir, 1988). Dalam situasi yang ideal, seharusnya kontrol orang tua tidak berlebihan sehingga anak tumbuh dalam suasana dukungan psikologis dan dorongan kreatif (Nichols & Davis, 2017). Orang tua menghargai anak-anak mereka, menerima perasaan mereka, dan memvalidasi pengalaman mereka. Anak-anak didorong untuk mengalami kehidupan sepenuhnya dan untuk mengekspresikan seluruh emosi manusia, serta keluarga yang sehat menawarkan para anggotanya untuk menjadi diri mereka sendiri (Nichols & Davis, 2017).

Beberapa fenomena tersebut menggambarkan bahwa (1) perkembangan agresi relasional merupakan manifestasi dari hubungan antara orang tua dengan anaknya, (2) adanya kondisi-kondisi yang menunjukkan belum mampunya siswa SMP memecahkan masalah sosial dikarenakan belum adanya kerjasama yang baik antara guru BK/konselor dengan orang tua, di samping itu juga belum ada panduan khusus tentang langkah-langkah konseling keluarga dikarenakan fokus bimbingan dan konseling di sekolah lebih banyak pada bimbingan akademik semata, dan (3) untuk membantu siswa SMP untuk mengurangi agresi relasional, maka konseling keluarga dengan *experiential family therapy* perlu dikembangkan.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dalam penelitian, maka batasan permasalahan dalam penelitian ini terfokus pada pengembangan model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa di SMP.

### **D. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran agresi relasional yang dialami siswa SMP?
2. Apakah reka bentuk model konseling keluarga dengan *experiential family therapy*

untuk mengurangi agresi relasional valid dan praktis bagi siswa SMP?

3. Bagaimana pelaksanaan dan efektivitas model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional yang dikembangkan dapat dipakai siswa SMP?

#### **E. Tujuan Pengembangan**

Penelitian ini dirancang untuk mencapai tujuan pengembangan sebagai berikut:

1. Menggambarkan agresi relasional yang dialami siswa SMP.
2. Menghasilkan reka bentuk model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional yang valid dan praktis bagi siswa SMP.
3. Mendeskripsikan pelaksanaan dan efektivitas model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa SMP.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini dibagi atas manfaat yang bersifat teoritis dan manfaat yang bersifat praktis. Manfaat tersebut diuraikan sebagai berikut:

##### **1. Manfaat teoritis**

- a. Sebagai sumbangan pemikiran dalam khazanah intelektual khususnya berhubungan dengan pencegahan agresi relasional pada siswa SMP dalam kerangka konseling keluarga. Khasanah keilmuan yang dimaksud adalah penciptaan model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa
- b. Hasil temuan penelitian ini selanjutnya dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan berkenaan dengan konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa.
- c. Memperkaya pengetahuan dan pemahaman tentang konsep dan teori konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional

siswa.

## **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi lembaga pendidikan, dan organisasi sosial sebagai bahan masukan dalam menyelenggarakan proses pelayanan, program yang memungkinkan untuk mengurangi agresi relasional siswa.
- b. Pimpinan program studi bimbingan dan konseling, sebagai masukan untuk mempersiapkan sarjana bimbingan dan konseling yang mampu melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling secara profesional, khususnya dalam bidang pengembangan konseling keluarga.
- c. Mahasiswa bimbingan dan Konseling, sebagai bahan masukan dalam melakukan konseling keluarga, khususnya untuk permasalahan agresi relasional.

## **G. Spesifikasi Produk yang Diharapkan**

Spesifikasi produk yang diharapkan dari kegiatan pengembangan ini yaitu model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa. Berikut spesifikasi produk yang akan dihasilkan dari penelitian ini sebagai berikut.

1. Model yang disusun mengacu kepada pelayanan BK dalam bidang bimbingan pribadi dan sosial.
2. Model yang disusun lebih memfokuskan pada cara-cara mengurangi agresi relasional.
3. Materi pada model disusun secara spesifik berdasarkan hasil studi kebutuhan terhadap siswa SMP yang terindikasi melakukan agresi relasional.
4. Model disertai dengan panduan tentang petunjuk teknis yang akan digunakan guru BK/konselor dan orang tua, serta materi layanan yang digunakan untuk siswa SMP.
5. Model yang dikembangkan dibuat sesuai dengan kebutuhan siswa SMP untuk mengurangi agresi relasional.

## H. Kebaharuan dan Orisinalitas Penelitian

Kebaharuan dan Orisinalitas dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa.
2. Panduan untuk guru BK/konselor dalam melaksanakan model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa.
3. Modul konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional untuk siswa dan orang tua

## I. Pentingnya Pengembangan

Alasan rasional yang melandasi pengembangan model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* sebagai solusi alternatif dalam membantu remaja, adapun alasan pengembangan model sebagai berikut:

1. Praktik layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh tenaga yang berlatar belakang keilmuan BK, belum mengikutsertakan orang tua di dalam proses layanan bimbingan dan konseling.
2. Belum ada model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa SMP di Indonesia.
3. Diharapkan dengan adanya pengembangan model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional ini, dapat dimanfaatkan oleh siswa SMP dalam menjalin hubungan sosial yang baik dengan teman.

## J. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

1. Asumsi

Asumsi yang melandasi proses pengembangan model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional remaja sebagai



berikut.

- a. Masalah agresi relasional siswa dapat dikelola dengan memanfaatkan konseling keluarga dengan *experiential family therapy*.
- b. Orang tua mampu mengurangi agresi relasional anak dengan menggunakan model secara mandiri tanpa tergantung pada konselor.
- c. Konselor atau guru BK di SMP Kota Padang dapat memanfaatkan model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa.

## 2. Keterbatasan Pengembangan

Penelitian pengembangan yang digunakan oleh peneliti dalam hal ini hanya pada tahap kelompok kecil, atau masih sebatas sekolah menengah Atas di Kota Padang. Apabila model ini digunakan untuk lapangan yang lebih luas, maka perlu disikapi secara hati-hati oleh konselor dan orang tua sesuai dengan kebutuhan siswa atau remaja.

## K. Definisi Istilah

Penelitian ini berjudul “Pengembangan Model Konseling Keluarga dengan *Experiential family therapy* untuk Mengurangi Agresi Relasional Siswa SMP”. Untuk menghindari kesalahpahaman mengenai judul penelitian, maka dikemukakan penjelasan istilah sebagai berikut.

1. Model yang dimaksud dalam penelitian ini adalah rancangan konseling keluarga yang direncanakan, disusun, dan didesain secara sistematis dengan memanfaatkan hubungan orang tua, siswa, dan guru BK/Konselor yang ditempatkan dalam satu kelompok.
2. Model ini menggunakan pendekatan *Experiential family therapy* yang direncanakan,

disusun, dan didesain secara sistematis yang digunakan oleh guru BK/Konselor dan orang tua sehingga tercapai tujuan yang telah dirumuskan.

3. Agresi relasional yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penyebaran rumor, kritik di belakang seseorang, isolasi sosial (mengabaikan rekan), ekspresi menghina secara halus (kejam/menatap kejam), ancaman untuk menarik persahabatan berdasarkan permintaan tertentu, dan upaya mengurangi status sosial teman sebaya.

Berdasarkan paparan definisi istilah tersebut, maka model konseling keluarga dengan *experiential family therapy* untuk mengurangi agresi relasional siswa merupakan rancangan konseling keluarga yang digunakan oleh orang tua dan guru BK/konselor yang direncanakan, disusun, dan didesain secara sistematis dengan mengintegrasikan pendekatan *experiential family therapy* untuk mengurangi penyebaran rumor, kritik di belakang seseorang, isolasi sosial (mengabaikan rekan), ekspresi menghina secara halus (kejam/menatap kejam), ancaman untuk menarik persahabatan.