

MEREDUKSI AGRESIFITAS DENGAN *COGNITIVE BEHAVIORAL ART THERAPY* PADA SISWA SMPN 14 PONTIANAK

Amallia Putri¹, Yuline²

^{1,2} Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura Pontianak Jl. Profesor H. Hadari Nawawi, Bansir Laut, Kec. Pontianak Tenggara, Kota Pontianak, Kalimantan Barat

Email: amalliaputri@fkip.untan.ac.id

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji efektifitas konseling kelompok dengan *cognitive behavioral art therapy* dalam mereduksi agresifitas dengan menggunakan *mixed methods model embedded experimental*. Skala yang digunakan adalah skala agresivitas Buss dan Pery (Garofalo, 2018) dengan total 30 item pernyataan. Berdasarkan analisis data nilai rata-rata *pretest* adalah 83,7 dan setelah diberi perlakuan CBAT nilai *posttest* adalah 57,8 dengan nilai uji *Wilcoxon signed-rank test* nilai Z sebesar -2,201, dengan nilai p sebesar 0,028, yang berarti nilai p lebih kecil dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti konseling kelompok *cognitive behavioral art therapy* efektif dalam mereduksi agresifitas siswa. Dilihat secara kualitatif dari analisis percakapan konseling dengan agresifitas yang tinggi merujuk pada berkata kasar, pemarah, bertengkar, tidak dapat mengontrol emosi. Perubahan yang terjadi pada kategori sedang sampai rendah, hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok *cognitive behavioral art therapy* memberikan dampak terapeutik pada anggota kelompok yang menjadi konseli.

Kata Kunci: *Agresifitas, Cognitive behavioral art therapy, siswa*



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) International License.

ABSTRACT

The aim of this study was to test the effectiveness of group counseling with cognitive behavioral art therapy in reducing aggression using a mixed methods model embedded in an experiment. The scale used is the Buss and Pery aggressiveness scale (Garofalo, 2018) with a total of 30 statement items. Based on data analysis, the average pretest value was 83.7 and after being given CBAT treatment the posttest value was 57.8 with a Wilcoxon sign-rank test Z value of -2.201, with a p value of 0.028, which means the p value is smaller than 0.05. So it can be concluded that H_a is accepted and H_0 is rejected, which means that cognitive behavioral art therapy group counseling is effective in reducing student aggression. Viewed qualitatively analysis of counseling conversations with high aggressiveness Referring to harsh words, being angry, negotiating, does not reduce emotional control. The changes that occur are in the moderate to low category, this shows that cognitive behavioral art therapy group counseling has a therapeutic impact on group members who are counselees.

Keyword: *Aggressiveness, Cognitive behavioral art therapy, students*

PENDAHULUAN

Anak yang memasuki masa remaja berada pada fase pencarian identitas diri (Santrock, 2010). Dalam masa perkembangan anak mengalami berbagai permasalahan perilaku yang dapat merugikan dirinya maupun orang lain. Perilaku yang dicerminkan dapat berupa perilaku yang positif dan perilaku yang negatif, salah satunya yaitu berupa perilaku kenakalan. Kenakalan pada anak dimaknai sebagai suatu bentuk perilaku yang tidak sesuai dengan norma–norma yang hidup di tengah masyarakat. Menurut Kartono

(2008) kenakalan merupakan produk konstitusi defektif dari mental dan emosi, yaitu mental dan emosi anak yang belum matang (*labil*) dan rusak (*defektif*) sebagai akibat proses pengkondisian oleh lingkungan yang buruk.

Salah satu jenis kenakalan yang sering terjadi adalah perilaku agresi. Pada masa perkembangan perilaku agresi dapat terjadi, karena pada masa inilah seorang anak sudah mulai merasa ingin mengetahui dan ingin melakukan sesuatu yang dia inginkan walaupun tanpa dia sadari sesuatu yang dia lakukan itu dapat berdampak negatif pada dirinya sendiri ataupun pada orang lain (Santrock, 2010). Perilaku agresi secara psikologis cenderung menyerang sesuatu yang dipandang sebagai hal yang mengecewakan, menghalangi atau menghambat. Pengertian tentang agresi dikemukakan oleh Berkowitz (Armstrong, 2005) agresi merupakan segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental, atau mencelakakan individu lain yang tingkah lakunya tidak diinginkan.

Agresifitas pada remaja seringkali menjadi masalah yang memengaruhi kehidupan sosial mereka. Agresifitas yang berlebihan pada remaja dapat mengakibatkan dampak yang negatif baik bagi individu itu sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi agresifitas pada remaja adalah stres yang dialaminya, termasuk stres akademik dan sosial. Berkowitz (Nisbett, 2017) menjelaskan bahwa perilaku agresi merupakan tindakan non verbal ataupun verbal yang memiliki tujuan menyakiti orang lain. Perilaku agresi secara fisik (nonverbal) antara lain memukul, menggigit, mencubit, menendang, menginjak, melempari orang dengan benda, dan sebagainya. Sedangkan secara psikis (verbal), diantaranya mengucapkan kata-kata hinaan atau mengejek, memaki dengan kata-kata kotor, melecehkan, mengancam, membentak orang yang lebih tua, atau bahkan memerintah orang lain seenaknya.

Pendidikan merupakan faktor penting dalam membentuk karakter siswa. Oleh karena itu, sekolah sebagai lingkungan pendidikan dapat membantu dalam mengatasi masalah agresifitas pada siswa SMP yang masuk dalam kategori perkembangan usia remaja. Pohan (1986) mengungkapkan bahwa masa remaja yang memiliki emosi yang tidak stabil seringkali menjadi masa-masa rawan terjadinya perilaku agresi yang diakibatkan kurangnya bimbingan orang tua, kurangnya perhatian guru, pengaruh lingkungan, pergaulan yang tidak baik atau kurangnya perhatian dari orang tua karena adanya pola asuh yang dapat mempengaruhi semua ini.

Cognitive Behavioral Art Terapy (CBAT) adalah salah satu metode terapi yang menggabungkan terapi kognitif, perilaku, dan seni untuk membantu individu mengatasi

masalah psikologis, termasuk agresifitas. Oleh sebab itu pada remaja perlu memahami strategi dalam penyelesaian masalah dan penanganan emosional untuk dapat secara adaptif mengatasi emosi-emosi negatif dengan cara menghindari situasi negatif yang membuat marah dan terlibat dalam aktivitas yang dapat mengalihkan perhatiannya seperti dengan menggunakan intervensi *cognitive behavioral art therapy* (CBAT).

CBAT merupakan salah satu bentuk terapi yang menggunakan gambar sebagai media dan *cognitive behavioral therapy* sebagai pendekatannya. Secara konseptual, menggambar adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan menggunakan media gambar, dimana klien dapat menyampaikan keadaan pikiran dan perasaannya secara bebas tanpa adanya rasa cemas dan tidak nyaman akibat dari pengaruh lingkungan (Morris, 2014; Oster & Crone, 2004; Rubin, 2001). CBAT adalah bentuk terapi di mana klien terlibat dalam cara berpikir tentang masalah mereka. Klien dapat mempersepsikan masalah mereka dari perspektif baru melalui gambar dan sadar terhadap perasaan dan pikirannya (Alavinezhad, Mousavi, & Sohrabi, 2014).

Dengan metode terapi *cognitive behavioral art therapy* (CBAT) diharapkan siswa dapat mengendalikan rasa marah (*anger management*) sehingga dapat menurunkan kecenderungan perilaku agresi remaja yang seringkali menampilkan perilaku negatif seperti marah, kasar, mengejek, atau memukul serta siswa dapat belajar mengekspresikan perasaan dengan bentuk gambar dengan cara partisipan memahami bagaimana perasaan marah dan agresi dapat mempengaruhi tindakan, serta dapat mengubah emosi negatif dengan mengekspresikannya dengan cara yang lebih positif, dan menyelesaikan masalah serta belajar cara melakukan relaksasi. Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang ada diatas, peneliti merasa perlu untuk merancang sebuah penelitian dengan judul “Penerapan *Cognitive Behavioral Art Therapy* (CBAT) untuk mereduksi Agresifitas pada siswa SMPN 14 Pontianak”. Sehingga, argumentasi peneliti dapat dibuktikan dalam prosedur penelitian ilmiah.

Remaja merupakan periode transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan pada aspek biologis, kognitif maupun psikososial (Fahlevi, dkk, 2019). Menurut Santrock (2010) anak dengan usi ini berada pada fase pencarian identitas diri. Dalam pencarian identitas diri banyak dari mereka mengalami berbagai hambatan dan permasalahan. Permasalahan ini dapat berakibat negative bagi diri mereka bahkan bagi orang lain. Berbagai permasalahan yang ditemukan ini dapat membuat anak melakukan kenakalan sebagai suatu bentuk perilaku yang tidak sesuai dengan norma–norma yang hidup di tengah masyarakat Kartono (2008) mengungkapkan bahwa kenakalan

merupakan produk konstitusi defektif dari mental dan emosi, yaitu mental dan emosi anak yang belum matang (labil) dan rusak (defektif) sebagai akibat proses pengkondisian oleh lingkungan yang buruk.

Salah satu jenis kenakalan yang terjadi pada anak adalah perilaku agresi. Perilaku agresi pada remaja dapat didefinisikan sebagai tindakan yang dilakukan oleh remaja yang bertujuan untuk menyakiti atau melukai orang lain secara fisik, verbal, atau psikologis. Perilaku agresi pada remaja dapat muncul dalam berbagai bentuk, termasuk tindakan kekerasan fisik seperti pemukulan, tendangan, dan serangan fisik lainnya, serta tindakan agresi verbal seperti ejekan, hinaan, dan ancaman. Pengertian tentang agresi dikemukakan oleh Berkowitz (Armstrong, 2005) agresi merupakan segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental, atau mencelakakan individu lain yang tingkah lakunya tidak diinginkan.

Menurut Hurlock (2004) Perilaku agresi pada remaja muncul ketika remaja merasa adanya ancaman, marah, gusar, atau frustrasi. Selain itu, Perilaku agresi pada remaja juga dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti lingkungan sosial, masalah emosional, dan faktor biologis. Faktor lingkungan sosial dapat mencakup kekerasan dalam keluarga, konflik dengan teman sebaya, atau pengaruh dari media yang menampilkan tindakan kekerasan. Masalah emosional seperti stres, kecemasan, dan depresi juga dapat berkontribusi terhadap perilaku agresi pada remaja. Faktor biologis seperti ketidakseimbangan hormon dan gangguan kesehatan mental juga dapat mempengaruhi perilaku agresi pada remaja.

Perilaku agresi merupakan tindakan non verbal ataupun verbal yang memiliki tujuan menyakiti orang lain (Berkowitz dalam Nisbett, 2017). Memukul, menggigit, mencubit, menendang, menginjak, melempari orang merupakan jenis perilaku agresi fisik (non verbal). Sedangkan yang merupakan agresi secara psikis (verbal), yaitu menghina atau mengejek, mengancam, membentak, memaki dengan kata kotor, melecehkan, dll.

Perkembangan remaja pada usia anak SMP dengan berbagai perubahan yang terjadi biologis, psikologis maupun sosial membuat masa remaja yang memiliki emosi yang tidak stabil seringkali menjadi masa-masa rawan terjadinya perilaku agresi. Oleh sebab itu remaja hendaknya dapat diberikan pendampingan dalam memahami strategi untuk penyelesaian masalah dan menangani permasalahan emosional agar dapat secara adaptif mengatasi emosi-emosi negatif yang dapat dirubah menjadi aktivitas yang lebih positif seperti dengan menggunakan intervensi *cognitive behavioral art therapy* (CBAT). Pendekatan CBAT diharapkan mampu mengatasi perilaku agresi dengan merubah emosi

negatif dengan mengekspresikannya dengan cara yang lebih positif, dan menyelesaikan masalah serta belajar cara melakukan relaksasi.

Cognitive Behavioral Art Therapy (CBAT) merupakan kombinasi dari dua terapi, yaitu cognitive behavioral therapy dan art therapy. CBAT adalah terapi yang menggabungkan teknik-teknik terapi kognitif dan perilaku dengan seni, seperti gambar, lukisan, atau seni patung. Terapi ini bertujuan untuk membantu individu memahami pola pikir dan perilaku yang tidak sehat dan menggantinya dengan pola pikir dan perilaku yang lebih positif. CBAT merupakan terapi di mana klien terlibat dalam cara berpikir tentang masalah mereka serta dapat mempersepsikan masalah mereka dari perspektif baru melalui gambar dan sadar terhadap perasaan dan pikirannya (Alavinezhad, Mousavi, & Sohrabi, 2014). Secara konseptual, menggambar adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan menggunakan media gambar, dimana klien dapat menyampaikan keadaan pikiran dan perasaannya secara bebas tanpa adanya rasa cemas dan tidak nyaman akibat dari pengaruh lingkungan (Morris, 2014; Oster & Crone, 2004; Rubin, 2001).

Penerapan CBAT dalam mereduksi agresifitas siswa didasarkan pada beberapa teori pendukung, antara lain: 1) Teori Kognitif: Teori ini mengemukakan bahwa emosi dan perilaku dipengaruhi oleh cara seseorang memahami dan menafsirkan situasi. Dalam CBAT, terapis membantu siswa memahami pikiran dan emosi yang mendasari perilaku agresif mereka, dan mengganti pola pikir tersebut dengan pola pikir yang lebih positif. 2) Teori Perilaku: Teori ini mengemukakan bahwa perilaku dipelajari melalui pengalaman dan lingkungan. Dalam CBAT, terapis membantu siswa mengidentifikasi situasi atau faktor lingkungan yang memicu perilaku agresif, dan membantu siswa mengembangkan strategi untuk mengatasi situasi tersebut. 3) Teori Seni Terapi: Teori ini mengemukakan bahwa seni dapat membantu individu mengungkapkan emosi dan pengalaman yang sulit diungkapkan dengan kata-kata. Dalam CBAT, seni digunakan sebagai alat untuk membantu siswa mengungkapkan emosi dan pengalaman mereka, dan membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang lebih baik. CBAT memiliki fungsi dalam hal ini untuk menyediakan beberapa macam keterampilan (skills) untuk melibatkan kemampuan dalam fungsi kognitif dan meningkatkan pola pikir dan cara penyelesaian masalah dengan menggunakan media seni (art) (Rosal, 2018).

Menurut Liebmann (2008) dengan menggunakan art therapy dapat mengarahkan kemarahan ke dalam bentuk gambar (image) dan juga individu dapat mengekspresikan perasaannya dengan cara tidak melakukan kekerasan (non violent) dengan cara dialihkan melalui bentuk atau simbol dan juga melalui proses berpikir agar individu dapat

menyalurkan ide dan solusi. Pada Penelitian (Breiner et al., 2011) penggunaan CBAT untuk manajemen marah pada tahanan di US menggunakan metode CBT dengan menambahkan art therapy untuk mempermudah klien mengekspresikan pikiran dan perasaannya. Penelitian art therapy diintegrasikan dengan CBT pun dilakukan dalam penelitian (alavinezhad et al., 2014) dalam penanganan emosi marah dan harga diri pada anak dengan agresi menunjukkan bahwa art therapy dan CBT efektif dapat menurunkan kemarahan dan meningkatkan harga diri pada anak yang memiliki perilaku agresi.

Siswa diharapkan dapat belajar mengekspresikan perasaan dengan bentuk gambar dengan cara siswa memahami bagaimana perasaan marah dan agresi dapat mempengaruhi tindakan melalui metode terapi cognitive behavioral art therapy (CBAT). Selain itu melalui intervensi yang dilakukan dalam setting kelompok siswa dapat mendapatkan kesadaran akan perilaku agresi serta dapat melepaskan perasaan dan emosi negatif melalui strategi yang lebih baik seperti mengekspresikan perasaan dengan cara yang positif, meningkatkan kemampuan untuk menyelesaikan masalah dan mempelajari cara melakukan relaksasi.

METODE PENELITIAN

Desain *embedded* metode campuran dengan *embedded experimental* model dipilih oleh peneliti sebagai desain utama dari penelitian ini. Dengan menggunakan *embedded experimental* model maka di dalam penelitian ini studi eksperimen (kuantitatif) digunakan untuk mendapatkan data atau informasi hasil dari eksperimen penerapan *Cognitive Behavioral Art Therapy* (CBAT) dalam mereduksi agresifitas siswa, sedangkan metode kualitatif digunakan untuk memahami bagaimana proses dan intervensi eksperimen bekerja atau proses penerapan *Cognitive Behavioral Art Therapy* (CBAT) berdasarkan ungkapan dari siswa yang memiliki perilaku agresif. Skala yang digunakan adalah skala agresivitas Buss dan Pery (Garofalo, 2018) dengan total 30 item pernyataan. Subjek penelitian merupakan siswa dengan kriteria sebagai berikut: 1) Terdaftar sebagai siswa SMPN 14 Pontianak; 2) Rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling yang dilihat dari buku kasus permasalahan siswa agresif. 3) Memiliki hasil *pre-test* dengan kategori sedang-tinggi dari hasil angket agresif

Di dalam tahapan ini pelaksanaan penelitian dilakukan sepuluh kali pertemuan. Tahapan pelaksanaan kuasi eksperimen dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1) Tahap I Kualitatif

Melakukan identifikasi masalah dan wawancara awal

2) Tahap II Kuantitatif

Memberikan *pre-test* dengan skala agresifitas, melakukan intervensi konseling kelompok dengan 10 kali sesi sekaligus mengambil data kualitatif selama proses dari ungkapan konseli dilanjutkan dengan pemberian *post-test* skala agresifitas.

3) Tahap III Kualitatif

Pelaksanaan *Focused Group Discussion*

4) Tahap IV *Mixed*

Melakukan interpretasi hasil mixed data kuantitatif sebagai data utama dan data kualitatif sebagai data pendukung

Teknik analisis data merupakan suatu bagian dari proses penelitian yang mencoba menyusun secara sistematis atau mengklasifikasikan data-data yang telah didapat. Digunakan analisis deskriptif kualitatif untuk menyertai dan melengkapi gambaran yang diperoleh dari analisis data kuantitatif (Arikunto, 2013: 282). Tujuan dari analisis data kualitatif adalah untuk mendukung analisis data kuantitatif. Hal yang akan dianalisis yaitu gambaran agresifitas sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Terapy* (CBAT). Analisis kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah Model Miles dan Huberman. Menurut Sugiyono (2012) Analisis model Miles dan Huberman meliputi tiga tahapan yaitu data *reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/ verification*. Selanjutnya untuk analisis data kuantitatif Peneliti menggunakan analisis deskriptif dengan melihat rata-rata (mean) dan *Standar Deviasi* (SD) dengan bantuan SPSS untuk mengetahui data empiris tentang tingkatan agresifitas sebelum dan sesudah diberikan *treatment* yaitu layanan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Terapy* (CBAT), dengan rumus presentase dan menggunakan kategori tinggi, sedang, rendah. Kemudian dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis. Analisis data mixed method sebagaimana yang diungkapkan oleh Creswell (2010) analisis data *mixed method* salah satu nya dengan membuat matriks/tabel. Megkombinasikan informasi-informasi yang diperoleh dari pengumpulan data kuantitatif dan kualitatif kedalam bentuk matriks atau tabel. Matriks/tabel tersebut akan menampilkan analisis data kualitatif dan kuantitatif terkombinasi. Data kuantitatif yang dijabarkan secara vertical diikuti dan direlasikan pada data kualitatif disebelahya sebagai pendukung data kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan maka akan diuraikan data yang meliputi: 1) Hasil analisis kuantitatif mengenai tingkat kecemasan akademik baik sebelum (*pre-test*) maupun sesudah intervensi (*post-test*), dan uji hipotesis (analisis *wilcoxon*) untuk melihat keefektifan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy* untuk mereduksi agresifitas siswa SMP 14 Pontianak secara kuantitatif. 2) Hasil analisis deskriptif kualitatif, yaitu kualitatif pre-intervensi (*intake interview*), proses (*during intervention*), dan setelah intervensi (*Focused Group Discussion*) untuk melihat ungkapan siswa yang memiliki agresifitas yang tinggi setelah diberikan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy* secara kualitatif 3) Dilanjutkan dengan Analisis *Mixed* yaitu analisis gabungan dari dua sumber data tersebut (kualitatif dan kuantitatif). Data yang didapatkan dari dua hasil analisis baik kuantitatif dan kualitatif akan direlasikan dan dibandingkan hasilnya dalam sebuah matriks, untuk melihat pola agresifitas sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy*.

1. Analisis Data Kuantitatif

Didalam analisis kuantitatif akan dipaparkan mengenai tingkat agresifitas siswa sebelum (*pre-test*) maupun sesudah intervensi (*post-test*), dan uji hipotesis (analisis *wilcoxon*) untuk melihat keefektifan konseling kelompok CBAT dalam mereduksi agresifitas siswa SMP 14 Pontianak secara kuantitatif

a) Keefektifan Konseling Kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy* Dalam Mereduksi Agresifitas Siswa

Keefektifan kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy* dalam mereduksi Agresifitas siswa menggunakan: 1) Analisis deskriptif kuantitatif untuk melihat tingkat agresif sebelum (*pre-test*) dan sesudah di berikan intervensi (*post-test*) dan, 2) Uji hipotesis dengan analisis *wilcoxon* untuk melihat keefektifan intervensi.

1) Analisis Deskriptif Kuantitatif

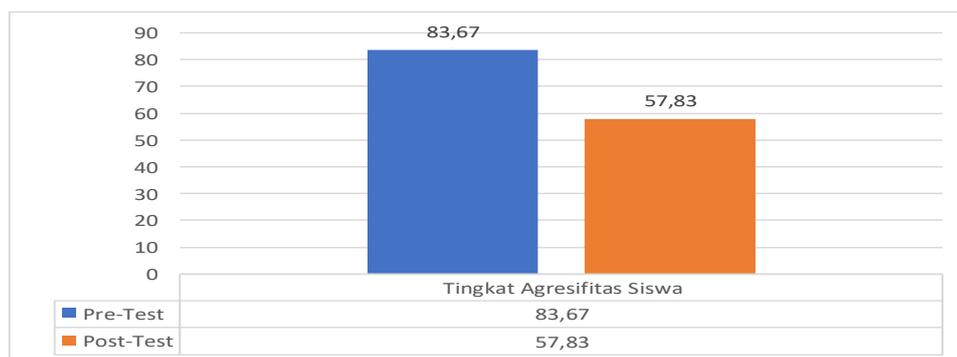
Siswa yang dipilih berdasarkan karakteristik subjek penelitian dengan total 6 siswa diberikan skala agresivitas Buss dan Pery (Garofalo, 2018). Berikut adalah sajian kondisi awal tingkat agresifitas 6 siswa sesuai karakteristik penelitian yang dipaparkan pada tabel 1, berikut ini:

Tabel 1
Kategori agresifitas siswa SMPN 14 Pontianak

No	Inisial	Skor	Kategori
1	RYV	92	Tinggi
2	D	82	Sedang
3	MFA	78	Sedang
4	AF	88	Sedang
5	AA	90	Tinggi
6	RB	72	Sedang

Terlihat pada diatas, bahwa terdapat 2 siswa dalam kategori agresifitas tinggi dan 4 siswa dalam kategori agresifitas sedang. Keenam siswa akan mendapatkan perlakuan atau *treatment* layanan konseling kelompok CBAT sebanyak 10 kali pertemuan, selanjutnya siswa diberikan *post test* untuk mengetahui tingkat agresifitas setelah dilakukan kegiatan konseling kelompok CBAT berakhir. Data hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh dari hasil penyebaran alat ukur agresivitas Buss dan Pery (Garofalo, 2018) pada kelompok setelah diberikan *treatment* untuk mengetahui keefektifan teknik CBAT. Rata-rata hasil *pretest* kelompok eksperimen sebelum diberikanya perlakuan diperoleh nilai rata-rata =83,67 dan setelah diberikanya perlakuan berupa layanan konseling kelompok diperoleh rata-rata *posttest* =57,83.

Berdasarkan skor tingkat agresifitas, apabila digambarkan dalam bentuk grafik diperoleh visualisasi gambar 1.



Gambar 1 Grafik penurunan tingkat Agresifitas Siswa

Dari hasil visualisasi 4.1 dapat dilihat bahwa setelah diberikanya perlakuan siswa dalam kelompok eksperimen mengalami penurunan agresifitas, dengan penurunan skor sebanyak 25,84. Untuk melihat perubahan penurunan tingkat agresifitas masing-masing siswa terdapat dalam pada tabel 2, berikut ini:

Tabel 2 Pola perubahan penurunan tingkat agresifitas siswa

Mahasiswa	Skor <i>Pretest</i>	%	Kriteria	Skor <i>Posttest</i>	%	Kriteria
RYV	92	76 %	Tinggi	69	57 %	Sedang
D	82	68 %	Sedang	55	45 %	Rendah
MFA	78	65 %	Sedang	50	42 %	Rendah
AF	88	73 %	Sedang	64	53 %	Sedang
AA	90	75 %	Tinggi	52	43 %	Rendah
RB	72	60 %	Sedang	57	47 %	Rendah
Mean = 83,7				57,8		

Dari tabel 2 dapat dilihat terjadi penurunan perilaku agresif pada siswa SMPN 14 Pontianak. Dari 6 siswa yang diberikan perlakuan berupa konseling kelompok CBAT 4 orang yang masuk dalam kriteria rendah dan dan 2 orang termasuk kriteria sedang dan dilihat dari selisih rata-rata, maka jumlah perubahan rata-rata pretest dan posttest adalah sebesar 25,9.

1) Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk menjawab permasalahan penelitian. Dalam penelitian ini digunakan uji statistik non-parametrik dengan menggunakan *wilcoxon signed-rank test* untuk menganalisa secara statistik hipotesis penelitian. Pengujian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan agresifitas konseli sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan intervensi konseling CBAT dengan bantuan SPSS versi 25. Dalam pengujian hipotesis ini, peneliti mengambil taraf kesalahan sebesar 5%, ($\alpha=0,05$) sebagai syarat dasar tingkat kepercayaan suatu kebenaran dalam penelitian sosial. Tabel 4.3 akan menunjukkan hasil uji *wilcoxon* untuk data kecemasan akademik sebagai berikut:

Tabel 3
Uji Hipotesis Kecemasan Akademik

N	Z	p	Ket
6	-2,201	0,028	Eks

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon signed-rank test* untuk kecemasan akademik kelompok eksperimen pada tabel 4.3, terlihat nilai $Z = -2,201$ dengan nilai p sebesar 0,028. Dapat dilihat nilai p lebih kecil dari pada 0,05 ($0,028 < 0,05$), dengan demikian maka H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti bahwa konseling *Cognitif Behavior Art Therapy* efektif untuk mereduksi Agresifitas siswa SMPN 14 Pontianak.

Pengambilan keputusan terhadap hasil uji hipotesis dilakukan dengan melihat nilai signifikansi (p). Apabila nilai p lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), maka hipotesis nol (H_0) dapat diterima dan hipotesis alternative (H_a) ditolak. Sedangkan apabila nilai p lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternative (H_a)

diterima. Dari uji hipotesis yang dilakukan terdapat perbedaan tingkat agresifitas siswa sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pemberian konseling kelompok CBAT, sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok *Cognitif Behavior Art Therapy* efektif untuk mereduksi Agresifitas siswa SMPN 14 Pontianak.

2. Analisis Data Kualitatif

Dalam penelitian ini data kualitatif dipaparkan dalam tiga bagian sesuai dengan desain penelitian yang digunakan yaitu *embedded eksperimental* dengan tiga aktivitas pokok, yaitu sebelum intervensi (*intake-interview*), selama intervensi (analisis percakapan), dan setelah intervensi (*focused group discussion*). Berikut dipaparkan masing-masing analisis deskriptif data kualitatif tiap bagian:

a) Bentuk Ungkapan siswa Sebelum, Selama, dan Setelah Intervensi Dengan Konseling Kelompok CBAT Dalam Mereduksi Agresifitas Siswa

(1) Sebelum Intervensi (*Pre-Intervention*)

Penjaringan subjek pada tahap awal dilakukan dengan wawancara dan studi dokumentasi kasus siswa dari buku kasus yang dipegang guru BK. Selanjutnya berdasarkan karakteristik yang sudah ditetapkan dalam penelitian, peneliti mendapatkan 6 subjek kasus yang akan dijadikan subjek penelitian dalam penelitian ini kemudian diberikan *intake interview* yang bermuatan pertanyaan untuk penggalian data kualitatif terkait agresifitas siswa. Dari hasil *intake interview* ditemukan bahwa calon konseli memiliki pola ungkapan umum sebagai berikut ditunjukkan dalam tabel 4.4 dibawah ini :

Tabel 4 Pola Ungkapan Umum Perilaku Agresif Subjek Penelitian Sebelum Diberikan Konseling Kelompok CBAT

No	Agresifitas	Pola Umum
1	Agresif Fisik (<i>Physical Aggression</i>)	a. Menyakiti orang lain secara fisik b. Merusak barang-barang didekat mereka
2	Agresif Verbal (<i>Verbal Aggression</i>)	a. Membantah/ tidak sepaham dan marah b. Menghina teman c. Menyebarkan berita yang bukan merupakan kejadian sebenarnya
3	Kemarahan (<i>Anger</i>)	a. Marah b. Cepat Tersulut Emosi
4	Permusuhan (<i>Hostility</i>)	a. Curiga kepada teman b. Merasa selalu dibicarakan c. Merasa iri

Intake interview memberikan temuan bahwa konseli memiliki permasalahan yang biasa sampai tingkat yang mengkhawatirkan. Ada yang agresi hanya sebatas kemarahan, agresi verbal dan permusuhan bahkan juga ada yang sampai masuk ke agresi fisik dan berkelahian. Secara umum mereka memang memiliki perilaku agresifitas mulai dari sedang sampai pada kategori tinggi, sebagaimana yang tertera pada tabel diatas konseli

yang melakukan *intake interview* mengungkapkan perilaku agresifnya baik yg verbal maupun nonverbal.

(2) Proses Intervensi (*During Intervention*)

Untuk mendapatkan data kualitatif dalam proses intervensi peneliti melakukan analisis percakapan (*conversation analysis*) yang digunakan untuk mengetahui ungkapan yang disampaikan konseli selama proses konseling kelompok berlangsung dengan CBAT. Analisis percakapan yang dipaparkan memuat perubahan tuturan dari konseli selama proses intervensi dengan konseling kelompok CBAT.

Analisis percakapan yang akan disajikan hanya memuat cuplikan yang menunjukkan ungkapan konseli yang terkait dengan perilaku agresifnya. Berikut akan dipaparkan analisis percakapan berdasarkan masing-masing konseli yang menjadi anggota kelompok terdiri dari 6 siswa SMPN 16 Pontianak yang diberikan intervensi konseling kelompok CBAT.

(a) Analisis Percakapan Konseli RYV

RYV merupakan peserta didik yang seringkali berkata kasar, hal tersebut terlihat saat proses layanan konseling kelompok berlangsung. Seperti ketika RYV tidak sependapat dengan anggota konseling lainnya ia berkata “anjing mana ada kayak gitu”. Saat melaksanakan layanan RYV juga terlihat gelisah dan sering keceplosan berkata kasar pada anggota lainnya, seperti salah satunya lagi adalah “bodoh benar kau ni, masa kayak gitu jak ndak paham”. Banyak sekali kalimat yang tidak sopan terlontar dari mulut RYV. Peneliti bertanya kenapa ia sering kali berkata kasar, RYV menjawab “Kesal benar liat dia tu bu, di kasi tau ndak paham-paham bah buat emosi jak”.

Setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok ketika marah RYV lebih sering diam dan tidak mau menjawab pertanyaan dari temannya. Perubahan ini sangat terlihat saat melaksanakan layanan konseling kelompok di pertemuan terakhir, ketika sesi diskusi RYV lebih banyak berdiam. Saat peneliti bertanya kenapa RYV diam, RYV menjawab “Diam jaklah bu, dari pada nanti saya ngomong kasar ngelukain perasaan teman yang lainnya”.

(b) Analisis Percakapan Konseli D

D merupakan peserta didik yang sering kali terkait dengan perkelahian apalagi pada angkatannya di sekolah tersebut. D selalu saja ikut campur dalam perkelahian dalam membela temannya tanpa mencari tahu terlebih dahulu temannya benar atau salah. Hal tersebut membuat D terkenal sebagai biang kericuhan dan sangat nakal di sekolah. D tidak dapat mengontrol emosinya dalam keadaan apapun. Saat melaksanakan layanan

konseling kelompok D mengatakan bahwa “saya seringkali kelai karena membela teman saya dan tidak terima jika teman saya di cacimaki oleh orang lain”.

D juga mengungkapkan bahwa temannya seringkali bercerita tentang keluhan terhadap teman lainnya yang membuat emosinya meluap sehingga “saya tidak segan-segan untuk memukul orang yang membuat teman dekat saya bersedih”. Meskipun demikian D merupakan peserta didik yang suka bergaul dengan peserta didik lainnya tanpa membedakan kelas dan juga umur. Setelah melaksanakan konseling kelompok D menjadi seseorang yang tidak sering ikut campur terhadap masalah temannya dan lebih berfikir dahulu sebelum bertindak dan diungkapkan D pada pertemuan terakhir dalam pelaksanaan konseling kelompok CBAT

(c) Analisis Percakapan Konseli MFA

MFA sering memanggil temannya dengan kalimat kasar yang sangat tidak sopan seperti nam singkatan dari jahanam, sat yang merupakan singkatan dari bangsat, njing merupakan singkatan dari anjing dan masih banyak lagi. Ini terlihat ketika konseling di pertemuan pertama ketika MFA tidak mengenal anggota lainnya, MFA memanggil anggota lainnya dengan kalimat yang tidak sopan tersebut. Peneliti bertanya kenapa MFA memanggil seseorang dengan sebutan yang tidak sopan tersebut, MFA menjawab “dilingkungan saya biasa jak manggil kayak gitu bu, soalnya ndak tau nama dia siapa”. Saat layanan konseling kelompok berlangsung, peneliti bertanya apakah panggilan tersebut MFA gunakan pada orang tidak MFA kenal saja atau ke semua orang.

MFA menjawab “sama semua orangl bu kecuali sama guru dan orang tua. Lagian di lingkungan saya kadang mereka semua memanggil seperti itu biar keliatan gaul.”. Setelah dilaksanakan konseling kelompok, MFA tidak lagi memanggil teman-temannya dengan sebutan yang tidak sopan. Ketika MFA tidak kenal dengan orang tersebut MFA akan menanyakan namanya

(d) Analisis Percakapan Konseli AF

AF merupakan peserta didik yang sering mengganggu temannya meskipun AF yang mengganggu temannya terlebih dahulu tetapi AF lah yang selalu emosi terhadap respon teman-temannya. Saat melaksanakan layanan konseling kelompok AF berkata bahwa ia merasa bosan saat di kelas maka dari itu ia mengganggu temannya, namun temannya memberikan respon berlebihan yang membuat AF mendorong temannya dan berujung berkelahi. Peneliti meminta AF memberikan contoh dari perlakuan tersebut, AF berkata “Ketika bosan terkadang saya mencolek-colek bahun teman yang

ada di sebelah atau di depan saya. Dia balas coleskan saya, tapi saya ngerasa coleskannya sedikit keras yang buat bahu saya merasa sedikit sakit jadi saya balas lebih keras lagi. Setelah itu dia bilang saya jangan coleskan keras-keras. Saya ndak terima, karena yang coleskan keras-keras duluan dia. Jadi saya marahlah. Dia ndak terima saya marah dan jadinya kelai.”. Setelah dilaksanakannya layanan konseling kelompok pada AF, ia sedikit demi sedikit mengarah kepada hal yang lebih positif seperti jarang mengganggu temannya seperti dulu.

(e) Analisis Percakapan Konseli AA

AA sedikit berbeda dengan anggota lainnya, AA tidak mengganggu teman lainnya dan tidak senakal anggota lainnya. AA menjadi salah satu anggota dalam layanan konseling kelompok ini dikarenakan AA yang selalu memberikan respon berlebihan ketika temannya bercanda dan juga menganggunya. AA berkata bahwa ia tidak suka di ganggu. AA berkata bahwa “teman-teman yang cowok tu kadang suka main dorong-dorongan secara berlebihan yang buat saya merasa sakit, jadi saya balaslah biar dia ngerasa sakit. Waktu itu pernah salah satu dari mereka sampai luka saya dorong karena dianya jak terlalu lemah. Masa di dorong gitu jak langsung jatuh dan luka padahkan dia duluan yang dorong saya.”. AA juga berkata bahwa “kadang teman saya suka sembunyiin pulpen saya di kelas, saya kan perlu pulpen jadi saya ambil paksalah pulpenya. Lagian pun itu pulpen saya bukan pulpen dia.”.

Setelah dilaksanakan konseling kelompok AA berkata bahwa “kalau teman ambil pulpen saya, saya bilanglah lagi malas kelai jadi mending balekkan jak langsung. Terus kalau teman-teman lagi main dorong-dorongan saya menghindar jak. Ada kemarin yang tetap dorong saya, saya bilang kalau masih dorong-dorong saya lagi bakalan saya dorong lebih keras jadinya teman saya takut dan ndak mau dorong-dorong saya lagi”. Peneliti bertanya apakah jika teman-temannya tidak menanggapi kalimat darinya dan tetap saja mengganggu RB apakah RB benar-benar akan membalas lebih kasar lagi. RB menjawab “saya ndak akan ngelakuin itu. Kalau mereka masih mengganggu saya, saya lapor ke guru BK biar ndak salah paham kayak hari-hari kemarin. Soalnya selama ini saya masuk BK karena balas mereka yang mengganggu saya. Dari pada masuk BK lagi mending laporkan jak mereka yang sering ganggu saya ke guru BK.”

(f) Analisis Percakapan Konseli RB

RB merupakan peserta didik kelas VIII yang sudah terlihat agresif dari kelas VII. Guru BK di sekolah tersebut mengatakan bahwa perilaku agresif ini selalu berawal dari RB yang selalu memotong pembicaraan orang lain dengan sangat kasar padahal ia tidak

terkait dalam pembicaraan tersebut. Perilaku agresif ini terlihat jelas saat melaksanakan layanan konseling kelompok. Peneliti sedang bertanya kepada salah satu anggota secara bergantian ketika anggota lain menjawab, RB memotong pembicaraan tersebut dengan berkata “benar kah nam? kau bohong kali.” ada juga kalimat lainnya seperti “Aaaa banyak bacot yak kau”. Hal ini membuat anggota lain menjadi kesal pada RB dan RB tidak menyukai kekesalan tersebut dan mengajak anggota lain untuk berkelahi saja dengan dirinya. Setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan beberapa kali pertemuan, terlihat pada saat layanan konseling kelompok dipertemuan terakhir bahwa RB tidak lagi memotong pembicaraan dan tidak berkata kasar.

Dapat disimpulkan bahwa secara umum, percakapan konseling antara konselor dan konseli dengan perilaku agresifitas dari tingkat sedang sampai tinggi terfokus pada agresif fisik, agresif verbal, kemarahan, dan permusuhan.

(3) Setelah Intervensi (*Post-Intervention*)

Setelah proses intervensi dengan konseling kelompok CBAT dilaksanakan, dilanjutkan dengan pelaksanaan *Focused Group Discussion*. Tujuan FGD adalah untuk mengetahui perubahan pada diri mahasiswa yang memiliki perilaku agresifitas setelah mengikuti konseling kelompok CBAT, dan melihat secara kualitatif keefektifan konseling kelompok CBAT dalam mereduksi perilaku agresif siswa SMPN 14. Berikut merupakan hasil dari penyelenggaraan FGD:

- (a) Secara umum konseli mengungkapkan bahwa mereka sering berkata kasar sebagai bentuk agresi verbal, beberapa konseli juga sering berkelahi sebagai bentuk agresi fisik, melakukan luapan emosi dengan kemarahan dan melakukan permusuhan.
- (b) Secara umum tujuan konseli yang mengikuti konseling kelompok CBAT yaitu untuk merubah kebiasaan perilaku agresif mereka karena sebenarnya siswa yang tergabung dalam knseling kelompok ini menyadari banyak masalah yang ditimbulkan dari perilaku agresif yang mereka lakukan namun masih merasa kesulitan untuk merubahnya. Pencapaian tujuan dengan eksplorasi terkait kejadian atau situasi yang membuat konseli menjadi frustrasi dan marah. Kemudian *intervensi cognitive behavioral art therapy* (CBAT) dilakukan untuk mengurangi perasaan marah dan pikiran agresif para partisipan ketika merasa frustrasi dan marah.
- (c) Seluruh konseli mengungkapkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok CBAT memberikan manfaat dalam mereduksi agresifitas pada diri mereka. Manfaat yang dirasakan dengan adanya perubahan yang lebih baik yang mereka rasakan baik dari

pola pikir maupun perasaan mereka, meskipun tidak semua masalah secara tuntas terselesaikan.

Dari hasil *focus group discussion* ditemukan bahwa konseli yang telah diberikan intervensi merasakan pemberian konseling kelompok CBAT memberikan perubahan pada diri mereka.

3. Analisis Data Mixed

Embedded experimental design digunakan dalam menganalisis data berdasarkan dua sumber data yang sebelumnya telah dianalisis. Dua sumber data yang dimaksud adalah analisis data kuantitatif dengan menggunakan statistik dan analisis data kualitatif dengan menggunakan analisis percakapan. Setelah analisis dua sumber data tersebut didapatkan maka selanjutnya akan dilakukan analisis gabungan dari dua sumber data tersebut.

Data yang didapatkan dari dua hasil analisis baik kuantitatif dan kualitatif akan direlasikan dan dibandingkan hasilnya dalam sebuah matriks. Berdasarkan matriks tersebut dapat terlihat sejauh mana hipotesis penelitian dapat terjawab. Matriks akan disajikan dalam tabel 5 dibawah ini:

**Tabel 5 Hasil Analisis Data Mixed Kuantitatif Dan Kualitatif
 (Analisis ungkapan/ Pernyataan)**

Kode Konsel i	Hasil Statistik	Hasil Pretest dan Posttest Perilaku Agresifitas		Hasil Pernyataan Data Kualitatif Perilaku Agresifitas	
		Pretest	Posttest	Tinggi & Sedang	Sedang & Rendah
RYV	Z= -2,201	92/ 76% Tingkat kategori agresif = Tinggi	69/ 57% Tingkat kategori agresif = Sedang	<ul style="list-style-type: none"> • Berkata Kasar • Pemarah 	memilih diam dari pada berkata kasar Ketika marah
D		82/ 68% Tingkat kategori agresif = Sedang	55/ 45% Tingkat kategori agresif = Rendah	<ul style="list-style-type: none"> • Bertengkar • Ikut campur urusan orang lain • Tidak dapat mengontrol emosi 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak ikut campur masalah orang lain • Dapat berfikir sebelum bertindak
MFA		78/ 65% Tingkat kategori agresif = Sedang	50/ 42% Tingkat kategori agresif = Rendah	<ul style="list-style-type: none"> • Memanggil teman dengan nama julukan kasar 	Tidak memanggil teman dengan julukan kasar
AF		88/ 73% Tingkat kategori agresif =	64/ 53% Tingkat kategori agresif =	<ul style="list-style-type: none"> • Mengganggu teman • Emosi • Bertengkar 	Jarang mengganggu teman

AA	Sedang 90/ 75% Tingkat kategori agresif = Tinggi	Sedang 52/ 43% Tingkat kategori agresif = Rendah	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak dapat mengontrol emosi • Tidak dapat mengutarakan perasaan dengan baik 	<ul style="list-style-type: none"> • Dapat sedikit mengontrol emosi • Belajar mengutarakan perasaan
RB	72/ 60% Tingkat kategori agresif = Sedang	57/ 47% Tingkat kategori agresif = Rendah	<ul style="list-style-type: none"> • Memotong obrolan secara tidak sopan • Bertengkar • Emosi 	Tidak memotong obrolan orang lain

Berdasarkan matriks diatas dapat dilihat bahwa hasil analisis kuantitatif berelasi dengan hasil analisis kualitatif. Analisis data kuantitatif yang diukur dan disajikan dalam bentuk angka didukung dengan data kualitatif dalam bentuk tuturan konseli saat konseling kelompok CBAT. Perubahan yang terjadi dalam pemberian perlakuan pada umumnya mengarah dalam kategori sedang/tinggi ke kategori sedang sampai rendah. Hal ini didukung oleh tuturan konseli dari yang menunjukkan perilaku agresif sedang-tinggi menuju ke perilaku agresif sedang-rendah. Hal ini menunjukkan bahwa proses intervensi konseling kelompok CBAT memiliki dampak perubahan terapeutik terhadap diri konseli. Perubahan tersebut ditunjukkan pada tuturan konseli secara kualitatif serta data kuantitatif dari hasil pengisian angket.

Salah satu jenis kenakalan yang terjadi pada anak adalah perilaku agresi. Perilaku agresi pada remaja dapat didefinisikan sebagai tindakan yang dilakukan oleh remaja yang bertujuan untuk menyakiti atau melukai orang lain secara fisik, verbal, atau psikologis. Perilaku agresi pada remaja dapat muncul dalam berbagai bentuk, termasuk tindakan kekerasan fisik seperti pemukulan, tendangan, dan serangan fisik lainnya, serta tindakan agresi verbal seperti ejekan, hinaan, dan ancaman. Pengertian tentang agresi dikemukakan oleh Berkowitz (Armstrong, 2005) agresi merupakan segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental, atau mencelakakan individu lain yang tingkah lakunya tidak diinginkan.

Berdasarkan hasil angket agresivitas Buss dan Perry (Garofalo, 2018) terjadi perunan perilaku agresif pada semua anggota kelompok yang mengikuti layanan konseling kelompok CBAT. Penurunan tingkat agresifitas terbanyak terjadi pada AA dengan skor 90 kategori tinggi menjadi skor 52 kategori rendah. Sedangkan konseli lain mengalami penurunan pula namun tidak sebanyak AA. RVY dari kategori tinggi ke kategori sedang, D

dari kategori sedang ke rendah, MFA dari kategori sedang ke kategori rendah, AF tidak mengalami perubahan kategori tetap dalam kategori sedang namun terjadi penurunan skor sebanyak 24 dan RB berubah kategori dari sedang ke rendah. Hal ini sejalan Menurut Liebmann (2008) dengan menggunakan *art therapy* dapat mengarahkan kemarahan ke dalam bentuk gambar (*image*) dan juga individu dapat mengekspresikan perasaannya dengan cara tidak melakukan kekerasan (*non violent*) dengan cara dialihkan melalui bentuk atau simbol dan juga melalui proses berpikir agar individu dapat menyalurkan ide dan solusi.

Mengamati perubahan perilaku agresif melalui gambar yang dibuat oleh siswa dalam penerapan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy* (CBAT) dapat memberikan wawasan yang berharga. Terapi seni kognitif perilaku menggabungkan elemen-elemen terapi seni visual dengan prinsip-prinsip psikologi kognitif dan perilaku untuk membantu individu mengatasi masalah emosional dan perilaku. Hal yang diamati dan dievaluasi dari gambar yang siswa menggambarkan situasi atau emosi yang mungkin menjadi pemicu perilaku agresif sebelumnya. Selanjutnya dengan warna-warna yang digunakan dan ekspresi artistik dalam gambar. Perubahan dari warna gelap atau agresif ke warna-warna yang lebih cerah atau harmonis dapat mencerminkan perubahan emosional. Selanjutnya pola warna dan bentuk yang digunakan dalam gambar. Perubahan dari pola yang kacau atau konflik ke pola yang lebih teratur dan harmonis dapat mencerminkan perubahan dalam cara siswa mengorganisasi pikiran mereka. Hal ini tergambar dalam proses pembuatan hewan dari plastisin dan menggambar yang dilakukan siswa.

Evaluasi terhadap gambar perlu dilakukan dengan hati-hati karena dikhawatirkan akan bersifat subjektifitas. Selain itu, konseling kelompok dan terapi seni kognitif perilaku memerlukan pemahaman mendalam tentang konteks individu dan interaksi kelompok untuk memberikan interpretasi yang akurat. Proses tersebut dianggap sebagai cara untuk berkomunikasi yang menekankan pada gambar dan memfasilitasi proses berpikir untuk mengeksplorasi perasaan, mendamaikan konflik emosional, lebih membuat seseorang *aware* terhadap dirinya, mengelola perilaku, mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan orientasi realitas, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan harga diri (Burt, 2012; Farokhi, 2011; O'lenic & Arman, 2005; Ul-Hasanah, Borualogo, & Wahyudi, 2018). Setetelah beberapa pertemuan konseli menjadi lebih terbuka dan mampu melakukan pengelolaan emosi yang ada dalam diri mereka.

SIMPULAN DAN SARAN

Dibawah ini akan dipaparkan mengenai hasil penelitian keefektifan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy* untuk mereduksi agresifitas siswa SMPN 14 Pontianak adalah sebagai berikut: 1) Agresifitas siswa SMPN 14 Pontianak sebelum diberikan intervensi konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy* berada dalam kategori sedang sampai tinggi. 2) Intervensi dengan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Art Therapy* efektif untuk mereduksi agresifitas siswa SMPN 14 Pontianak.

Berdasarkan hasil simpulan diatas peneliti menyampaikan beberapa saran untuk menjadi masukan kepada pihak-pihak terkait penelitian, saran yang diajukan adalah sebagai berikut: 1) Kepada Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling hendaknya untuk melakukan pelatihan dengan *Cognitive Behavioral Art Therapy* pada mahasiswa agar mereka dapat memberikan intervensi dengan pendekatan tersebut, dan ini dapat dijadikan rekomendasi dalam mengatasi permasalahan serupa. 2) Kepada Peneliti Selanjutnya penelitian ini bisa dijadikan dasar oleh peneliti selanjutnya untuk menyempurnakan keterbatasan penelitian. Peneliti merekomendasikan agar peneliti selanjutnya menggunakan kelompok control dan desain pengukuran yang merencanakan *follow-up (repeated measure)* untuk melihat dampak intervensi yang diberikan dalam jangka waktu yang lebih lama terhadap perilaku agresif siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alavinezhad, R., Mousavi, M., & Sohrabi, N. (2014). Effects of Art Therapy on Anger and Self-esteem in Aggressive Children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 113, 111–117. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.016>
- ASMIYARTI, Y (2019). EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELFMANAGEMENT UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS X DI, repository.radenintan.ac.id, <http://repository.radenintan.ac.id/6917/1/Skripsi%20Full.pdf>
- Barus, G (2021). Examining the self-leadership ability of future Guidance and Counselling teachers: which one is better, male-students or female-students?. *Jurnal Psikologi Pendidikan &Konseling* Vol, repository.usd.ac.id, https://repository.usd.ac.id/41510/1/7637_Artikel%2BBarus_Examining%2Bthe%2Bself-leadership%2Bability..._Des%2B2021_JPPK%2BSinta%2B3.pdf
- Breiner, M. J., Gussak, D. E., Aufderheide, D., Bouyea, E., & Tuomisto, L. (2011). Creating an Art Therapy Anger Management Protocol for Male Inmates Through a Collaborative Relationship. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 56(7), 1124–1143. <https://doi.org/10.1177/0306624x11417362>
- Creswell, J. 2010. *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif fan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Diogo, MGN, Lasan, BB, & Hambali, IM (2021). Pengembangan panduan pelatihan teknik self control untuk mereduksi perilaku agresif fisik siswa sma. *Jurnal Pendidikan: Teori ...*, journal.um.ac.id, <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/15140>
- Fahlevi, Reza; Basaria, Debora; Pranawati, Santi Yanuar (2019). Penerapan *Cognitive Behavioral Art Therapy* (CBAT) Untuk Menurunkan Agresivitas Pada Remaja Lpka X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*. Vol. 3, No. 2, Oktober 2019: Hlm 385-395.
- Hamilton, M. A. (2011). Verbal aggression: understanding the psychological antecedents and social consequence. *Journal of Language and Social Social Consequences*, 31,1-8. <https://doi.org/10.1177/0261927X11425032>.
- Hurlock, E.B. (2004). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nisbeet, R.E. (2017). *Though and feeling: cognitive alteration of feeling states*. United Kingdom: Routledge.
- Patandean, ST (2018). THE EFFECTIVENESS OF COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY TO REDUCE THE ANXIETY OF NARRIVES TOWARDS FREE IN THE CLASS II A PAMEKASAN *Journal of Correctional Issues*, journal.poltekip.ac.id, <https://journal.poltekip.ac.id/jci/article/view/9>
- Pohan, M.I. (1986). *Masalah anak dan anak bermasalah*. Jakarta: Intermedia.
- Rohmadani, ZV, & Khoiryasdien, AD (2022). PENGARUH RITUAL AGAMA UNTUK MENURUNKAN STRES PADA MAHASISWA BARU. *Jurnal Sudut Pandang*, thejournalish.com, <http://thejournalish.com/ojs/index.php/sudutpandang/article/view/414>
- Shokiyah, NN (2021). MEMBATIK SEBAGAI MEDIA DALAM MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF ANAK. *Brikolase: Jurnal Kajian Teori, Praktik dan ...*, jurnal.isi-ska.ac.id, <https://jurnal.isi-ska.ac.id/index.php/brikolase/article/view/3356>
- Thohar, SF (2018). Pengaruh Mindfulness Terhadap Agresivitas Melalui Regulasi Emosi Pada Warga Binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar. ... (*Journal of Psychology and Islamic Science*), jurnalfuda.iainkediri.ac.id, <https://jurnalfuda.iainkediri.ac.id/index.php/happiness/article/view/337>
- Tyndall-lind, A., Landreth, G. L., & Giordano, M. A. (2001). Intensive group play therapy with child witnesses of domestic violence. *International Journal of Play Therapy*, 10(1), 53–83. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0089443>