

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
ANGER MANAGEMENT DALAM MENURUNKAN PERILAKU
AGRESIF VERBAL PESERTA DIDIK SMA NEGERI 1
TOBOALI**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)**

**Oleh :
MUTIA ANGGELISA
2015004
Fakultas Tarbiyah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK
BANGKA BELITUNG
TAHUN 2024**



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM**

Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung
E-mail: humas@iainsasabel.ac.id Website: www.iainsasabel.ac.id Kode Pos: 33173

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

Nomor : B-03/BKPI/5.5/PP.00.9/06/2024

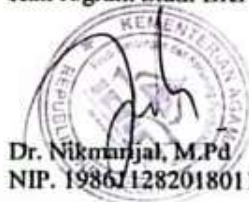
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Mutia Anggelisa
NIM : 2015004
Program : Strata I
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Anger Management Dalam Menurunkan Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik di SMA N 1 Toboali.

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 12 Juni 2024
Ka.Program Studi BKPI



Dr. Nikmijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mutia Anggelisa

NIM 2015004

Fakultas : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Anger Management* dalam Menurunkan Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik SMA Negeri 1 Toboali.“. ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 12 Juni 2024

Yang menyatakan



Mutia Anggelisa

NIM. 2015004



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH**

Jln. Mentok KM. 13, Desa Petaling Kec. Mendo Barat Kab. Bangka
Provinsi Kep. Bangka Belitung 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi
Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN SAS Babel
di-
tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mencermati dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Mutia Anggelisa
Nim : 2015004
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul : Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Anger Management* dalam Menurunkan Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik SMA Negeri 1 Toboali.

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini dibuat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Dr. Nikmarijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

Bangka, 12 Juni 2024

Pembimbing II

Komariah, S.Psi., M.Pd
NIP. 199105212020122026



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jln. Mentok KM. 13, Desa Petaling Kec. Mendo Barat Kab. Bangka
Provinsi Kep. Bangka Belitung 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-
tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku Penguji berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Mutia Anggelisa
Nim : 2015004
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul : Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Anger Management* dalam Menurunkan Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik SMA Negeri 1 Toboali

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

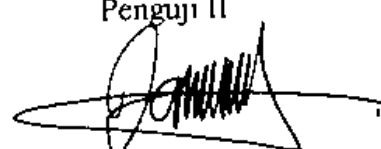
Demikian Nota Dinas Konsultan ini dibuat. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bangka, 16 Juli 2024

Penguji I

Muhammad Ikhsan Ghozali, M.Si.
NIP. 197505112006041001

Penguji II

Zainudin, M.A.
NIDN. 2010089301



KEMENTERIAN AGAMA RI
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
 SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
 FAKULTAS TARBİYAH
 Jalan Raya Petaling Km. 13 Kee. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
 E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id, Website: www.iainsasbabel.ac.id
 BANGKA 33173

PENGESAHAN

Nomor: 159.B9/FT/PP.00.9/07/2024

Skripsi dengan judul: Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Anger Management* dalam Menurunkan Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik SMA Negeri 1 Toboali

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Mutia Anggelisa
 NIM : 2015004
 Fakultas : Tarbiyah
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

telah dimunaqasyahkan pada hari: Jum'at, tanggal 21 Juni 2024 dengan nilai A (87.32), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

Pembimbing I,

Dr. Nikmarijal, M.Pd
 NIP. 19861128 201801 1 001

Penguji I,

Muhammad Ikhsan Ghozali, M.Si
 NIP. 19750511 200604 1 001

Ketua Panitia

Indrawati, M.Pd
 NIP. 19780223 200912 2 001

Pembimbing II,

Komarrah, S.Psi, M.Pd
 NIP. 19910521 202012 2 026

Penguji II,

Zamudin, M.A
 NIDN. 2010089301

Bangka, 18 Juli 2024

Dekan Fakultas Tarbiyah,

Dr. H. Soleha, M.A

NIP. 19750527 200501 2 008



HALAMAN MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah [94]: 6)

“Tidaklah mungkin bagi matahari mengejar bulan dan malam pun tidak dapat mendahului siang. masing-masing beredar pada garis edarnya.”

(QS. Yasin [36]: 40)

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah [2]: 286)

“Orang yang kuat itu bukanlah karena jago gulat, tetapi orang kuat ialah orang yang dapat menahan dirinya di kala sedang marah“.

(HR. Bukhari dan Muslim)

PERSEMBAHAN

Semua yang telah saya raih tidak lepas dari rasa syukur kepada Allah SWT. atas segala pertolongan dan karunia yang tiada hentinya memberikan kekuatan dan kesabaran dalam diri ini sehingga bisa menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Anger Management* dalam Menurunkan Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik SMA Negeri 1 Toboali“. Skripsi ini, selain wujud tanggung jawab akademik penulis, juga merupakan tanggung jawab moral dan balasan atas do’a tulus orang-orang terkasih yang selalu menyayangi, mencintai, dan mendukung penulis. Dengan segala kerendahan hati, serta penuh cinta dan kasih sayang, karya sederhana ini kupersembahkan untuk:

Almamater tercinta, kampus hijau IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, yang telah menjadi tempat penulis menimba ilmu pengetahuan dan pengalaman serta menemukan keluarga baru yang membersamai proses pendewasaan.

Kedua orang tua tercinta, Alm. Bapak Supiandi dan Almh. Ibu Yusnita, yang telah melahirkan anak gadis yang cantik ini. Kalian mungkin tidak ada lagi di dunia tapi do’a-do’a dan harapan kalian senantiasa mengiringi setiap langkahku sampai detik ini. Terima kasih telah menyayangiku sewaktu masih di dunia.

Kakakku Dodi dan Ayuk Iparku Nudia, yang telah menjadi penyemangat dalam mengerjakan skripsi ini. Do’akan semoga adik kalian ini bisa membanggakan kedua orang tua kita.

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ANGER*
MANAGEMENT DALAM MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF VERBAL
PESERTA DIDIK SMA NEGERI 1 TOBOALI**

Mutia Angelisa

2015004

Fakultas Tarbiyah

Institut Agama Islam Negeri

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

Penelitian ini berangkat dari maraknya peserta didik yang melakukan perilaku agresif verbal seperti mengumpat, memaki, melawan, mengejek, bahkan menghina gurunya sendiri. Pemberian layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling sepertinya belum menunjukkan hasil yang baik. Oleh sebab itu, peneliti melakukan kolaborasi dengan guru BK untuk membantu peserta didik memperbaiki perilaku mereka. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengungkap pengaruh konseling kelompok dengan teknik *anger management* dalam menurunkan perilaku agresif verbal.

Sehubungan dengan tujuan tersebut, penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan eksperimen dengan desain *quasi experiment* dengan tipe *nonequivalent control grup design*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket dan lembar observasi. Adapun data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis *independent sampel T-Test* dengan dibantu program SPSS 26.

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji *independent sample T-Test*, diketahui bahwa nilai *sig. (2-tailed)* lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0,000 < 0,005$). Hasil Ini menegaskan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal tersebut membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *anger management* memiliki pengaruh dalam menurunkan perilaku *agresif verbal* peserta didik Kelas X SMA Negeri 1 Toboali.

Kata Kunci: Layanan konseling kelompok, Teknik *anger management*, Perilaku agresif verbal, Peserta didik, *Quasi experiment*.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada junjungan kita, Rasulullah Saw., beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya, yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah ke zaman yang diwarnai dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang begitu pesat.

Skripsi ini berjudul "Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Anger Management* dalam Menurunkan Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik SMA Negeri 1 Toboali.". Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, M.S.I., selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Ibu Dr. Hj. Soleha, M.A., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.

3. Bapak Dr. Nikmarijal, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, sekaligus Pembimbing I, atas kesediaannya dalam memberikan bimbingan dan sarannya.
4. Ibu Komariah, S.Psi., M.Pd., selaku Penasehat Akademik, sekaligus Pembimbing II, yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta memberikan waktu untuk proses penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Muhammad Ikhsan Ghozali, M.Si., selaku Penguji I, atas kesediannya memberikan saran dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Zainudin, M.A., selaku Penguji II, atas bimbingan dan sarannya.
7. Bapak dan ibu dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah banyak memberi pengetahuan dan pengalaman kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan dengan baik.
8. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
9. Kepala sekolah, seluruh guru, dan para staf pegawai di SMA Negeri 1 Toboali.
10. Ibu Nidya Juni Parti, M.Pd., selaku Guru Bimbingan dan Konseling (BK) SMA Negeri 1 Toboali yang telah berkenan mengarahkan dan memberi kemudahan serta membantu dalam penelitian.
11. Peserta didik SMA Negeri 1 Toboali yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian saya.
12. Kedua orang tua saya, Alm. Bapak Supiandi dan Almh. Ibu Yusnita, yang telah melahirkan penulis ke dunia ini dan selalu memberikan kasih sayang, dukungan

moril dan materiil. Alhamdulillah, meskipun kalian tidak ada lagi di dunia ini, do'a dan harapan kalian pada penulis untuk menjadi sarjana dapat terwujud.

13. Teman-teman BKPI A 2020 yang senantiasa memberi dukungan untuk terus berjuang bersama-sama dalam perkuliahan dari awal sampai akhir.
14. Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Semoga bantuan dan amal kebaikan yang diberikan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini mendapatkan imbalan pahala dan ridho dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat bagi yang membacanya. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bangka , 12 Juni 2024

Penulis



Mutia Angelisa

NIM. 2015004

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT KETERANGAN PLAGIASI.	ii
HALAMAN PERNYATAAN.	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
NOTA DINAS KONSULTAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO.	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK.....	ix
KATA PENGANTAR.	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Kegunaan Penelitian	9
E. Telaah Pustaka	10
F. Sistematika Pembahasan.....	13
BAB II LANDASAN TEORI	14
A. Konseling Kelompok	14
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	14
2. Tujuan Konseling Kelompok.....	16
3. Tahapan Konseling Kelompok	17
B. Pengelolaan Amarah (<i>Anger Management</i>).....	22

1. Definisi <i>Anger Management</i>	22
2. Tujuan <i>Anger Management</i>	23
3. Teknik Pengelolaan Amarah (<i>Anger Management</i>)	25
C. Perilaku Agresif Verbal	27
1. Pengertian Perilaku Agresif Verbal	27
2. Aspek-Aspek Perilaku Agresif Verbal	29
3. Faktor Penyebab Perilaku Agresif Verbal	31
D. Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Anger Management</i> dalam Menurunkan Perilaku Agresif Verbal.....	34
E. Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	38
A. Jenis Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
C. Populasi dan Sampel.....	39
1. Populasi.....	39
2. Sampel	40
D. Variabel Penelitian.....	41
E. Teknik Pengumpulan Data	42
1. Angket.....	42
2. Observasi	47
F. Instrumen Penelitian.....	47
1. Uji Validitas.....	49
2. Uji Reliabilitas	50
G. Teknik Analisis Data	53
1. Uji Normalitas Data.....	53
2. Uji Homogenitas	54
3. Uji Hipotesis	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	56
A. Hasil Penelitian.....	56

B. Pembahasan	74
BAB V PENUTUP	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	81

DAFTAR TABEL

Tabel III.1	Rancangan Penelitian dengan <i>Nonequivalent Control Group</i>	38
Tabel III.2	Populasi Penelitian.....	40
Tabel III.3	Skala Agresivitas Verbal.....	44
Tabel III.4	Skor Aitem Skala Agresivitas Verbal.....	45
Tabel III.5	Kriteria Perilaku Agresif Verbal.....	47
Tabel III.6	Hasil Uji Validitas Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik.....	49
Tabel III.7	Nilai <i>Alpha Cronbach's</i>	52
Tabel III.8	Uji Reliabilitas Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik.....	52
Tabel IV.1	Rumus Kategori Data.....	56
Tabel IV.2	Kategorisasi Skor Perilaku Agresif Verbal.....	57
Tabel IV.3	Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	58
Tabel IV.4	Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	66
Tabel IV.5	Hasil Uji Normalitas.....	67
Tabel IV.6	Hasil Uji Homogenitas.....	69
Tabel IV.7	Independent Samples Test.....	70
Tabel IV.8	Hasil Uji Independent Sample T-Test.....	71
Tabel IV.9	Kategori Tafsiran Efektivitas N-Gain.....	72
Tabel IV.10	Hasil Perbandingan Pretest, Posttest dan Gain Score.....	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Kerangka Berpikir	36
Gambar IV.1 Kurva Normal.	68
Gambar IV.2 Grafik Penurunan Perilaku Agresif Verbal	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) BK.....	89
Lampiran 2 Kisi-Kisi Inventori Agresif Verbal, Pedoman Angket, dan Angket Penelitian.....	94
Lampiran 3 Tabulasi Data <i>Pretest</i> Agresif Verbal, dan Hasil Angket Penelitian.....	99
Lampiran 4 Rekapitulasi Hasil Angket Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	103
Lampiran 5 Hasil Uji Normalitas.....	104
Lampiran 6 Hasil Uji Homogenitas.....	105
Lampiran 7 Hasil Uji Hipotesis.....	106
Lampiran 8 Tabel Nilai <i>r Product Moment</i>	107
Lampiran 9 SK Pembimbing.....	108
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian.....	112
Lampiran 11 Surat Balasan Izin Penelitian.....	113
Lampiran 12 Kartu Bimbingan Skripsi.....	114
Lampiran 13 Dokumentasi.....	118
Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup.....	120

