

**PENGARUH PENERAPAN PSIKODRAMA DALAM LAYANAN
KONSELING KELOMPOK TERHADAP PERILAKU AGRESIF
ANAK ASUH PANTI ASUHAN PADA USIA SEKOLAH DASAR
KELAS TINGGI 4 - 6 SD
(STUDI QUASI EKSPERIMEN DI YAYASAN PANTI ASUHAN
RAHMANSYAH)**

**Meithy Intan Rukia Luawo¹
Fega Wildaranti²**

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah penerapan Psikodrama dalam konseling kelompok berpengaruh terhadap penurunan perilaku agresif anak asuh panti asuhan pada usia sekolah dasar kelas tinggi 4-6 SD. Menggunakan metode quasi-experimental design dengan bentuk pretest-posttest nonequivalent group design berupa layanan konseling kelompok dengan pendekatan psikodrama dan menggunakan beberapa teknik, seperti pembalikan peran, pelatihan peran, cermin, dan pengulangan. Populasi dalam penelitian adalah anak-anak asuh dari Yayasan Panti Asuhan Rahmansyah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah non-probability sampling dengan bentuk purposive sampling. Anak asuh dari Yayasan Panti Asuhan yang dijadikan sampel dalam penelitian adalah 12 orang dengan skor kecenderungan perilaku agresif berada dalam kategori sedang yaitu ditandai dengan melakukan beberapa perilaku agresif dalam bentuk agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan. Kelompok kontrol pada saat pretest mendapatkan total skor 740 dan posttest dengan total skor 748. Kelompok eksperimen pada saat pretest mendapat total skor 921 dan posttest dengan total skor 641, kecenderungan perilaku agresif kelompok eksperimen setelah treatment, dua anggota berada pada kategori sangat rendah ditandai dengan hampir tidak pernah melakukan perilaku agresif dan empat anggota berada pada kategori rendah ditandai dengan melakukan beberapa perilaku agresif. Hal ini memberikan bukti bahwa penerapan psikodrama dalam konseling kelompok efektif dalam membantu anak-anak menurunkan kecenderungan perilaku agresinya tersebut. Dengan demikian, konselor dapat memaksimalkan penerapan psikodrama ketika intervensi anak-anak yang berkecenderungan agresif sebagai salah satu alternatif teknik konseling dalam membantu anak menurunkan kecenderungan perilaku agresif.

Kata Kunci: psikodrama, konseling kelompok, agresi, agresivitas, anak asuh panti asuhan.

Abstract

This research has purpose to determine whether application psychodrama in counselling group effect on decreasing orphan at elementary school age of high grade elementary 4-6 aggressive behaviour. This research used quasi-experimental

¹ Universitas Negeri Jakarta, meithyrl@unj.ac.id

² Universitas Negeri Jakarta, fega.wildaranti.kuliah@gmail.com

design model in the form pretest-posttest nonequivalent group design in the form of counselling group psychodrama approach with used some of techniques, such as role reversal, role training, mirror, and replay. Sampling technique used was purposive sampling. The sample of this research were 12 orphan as orphan of Rahmansyah Orphanage Foundation in the category of moderate are marked by doing some aggression behavior in the form of physical aggression, verbal aggression, anger and hostility. The control group at the time of the pretest got a total score of 740 and posttest with a total score of 748. The experimental group at the time of the pretest got a total score of 921 and posttest with a total score of 641, the tendency of aggressive behaviour in the experimental group after received treatment, two members in the very low category is characterized by almost never doing aggressive behaviour and four members are in the low category is characterized by doing some aggressive behaviour. Thus, Psychodrama application in counselling group has significant effect on decreasing orphan aggressive behaviour and it can be used as an alternative counselling approach. Therefore, counselor can maximize the application of Psychodrama to help children with aggressive behaviour.

Keyword: psychodrama, counselling group, aggressive behaviour, aggression, orphan

PENDAHULUAN

Anak merupakan amanah sekaligus karunia Tuhan Yang Maha Esa dan melekat pada dirinya harkat, martabat, serta hak-haknya sebagai manusia yang harus dilindungi sejak mereka dilahirkan. UNICEF (*United Nations Children's Fund*) mendefinisikan anak sebagai individu yang berada pada usia 18 tahun ke bawah, memiliki hak berkewarganegaraan, berpendidikan, perlindungan terhadap tindak kekerasan, pengasuhan dan kasih sayang serta hak dalam pelayanan kesehatan. Berbagai pemenuhan hak tersebut merupakan tanggung jawab bagi orangtua, keluarga, bangsa, dan negara bahkan kerja sama internasional. Akan tetapi, pada masa perkembangannya, tidak semua anak memperoleh berbagai pemenuhan hak dan mengalami sejumlah permasalahan.

Permasalahan pada anak umumnya kerap terjadi yaitu penelantaran anak dan eksploitasi anak yang dapat membuat anak mengikuti perilaku agresif. Salah satu yang menyebabkan anak melakukan perilaku

agresif adalah kurangnya fungsi keluarga terhadap anak.

Fungsi keluarga sangat memberikan pengaruh terhadap perkembangan psikis dan moral bagi anggota keluarga yang mampu menjadi situasi yang kondusif bagi anak sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak berjalan dengan baik. Kurangnya fungsi keluarga dapat menjadikan anak terlantar, sehingga mereka kemudian diwadahi oleh suatu lembaga yaitu panti asuhan yang merupakan rumah tempat memelihara dan merawat anak yatim atau yatim piatu. Namun, panti asuhan tidak hanya terbuka bagi anak yatim atau yatim piatu, tetapi juga terbuka bagi anak-anak yang kurang beruntung, seperti anak terlantar dan anak-anak dari keluarga yang tidak mampu.

Tentunya terdapat perbedaan situasi ketika anak berada di panti asuhan dengan berada dalam lingkungan keluarga, di panti asuhan anak-anak asuh akan diasuh oleh pengasuh yang berperan menggantikan peran orang tua dalam mengasuh, menjaga dan mendidik, sehingga tumbuh kembang anak lebih banyak dipengaruhi oleh pengasuh. Anak-anak yang tinggal di dalam

panti asuhan berasal dari latar belakang yang berbeda-beda. Hal ini dapat mengakibatkan munculnya perkembangan yang mengarah kepada perilaku negatif, salah satunya adalah munculnya perilaku agresif.

Perilaku agresif adalah perilaku yang berniat untuk menyakiti orang (DeWall, Anderson, & Bushman, 2011). Perilaku agresif biasanya ditunjukkan untuk menyerang, menyakiti atau melawan orang lain, baik secara fisik maupun verbal. Hal itu bisa berbentuk pukulan, tendangan, dan perilaku fisik lainnya, atau berbentuk cercaan, makian ejekan, bantahan dan semacamnya. Perilaku ini tentu saja dapat membahayakan anak atau orang lain. Perilaku agresif juga didefinisikan sebagai setiap tindakan yang disengaja "menyakiti orang lain, secara fisik atau psikologis" (Shechtman, 2009).

Perilaku agresif yang terjadi kepada anak merupakan refleksi dari diri anak terutama emosional. Ketika merefleksikan emosi marah, maka anak akan mengekspresikannya dengan melakukan agresi, anak biasanya akan merasa puas dan terpenuhi keinginan anak. Sering kali anak melakukan agresi dengan menunjukkan perilaku agresif secara verbal dengan menghina teman dengan kata-kata kasar dan perilaku non verbal dengan melakukan memukul, mencubit dan menendang temannya.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada Yayasan Panti Asuhan Rahmansyah. Studi pendahuluan ini difokuskan kepada anak-anak usia sekolah dasar tingkat atas yaitu kelas 4-kelas 6 SD. Hasil studi pendahuluan pada delapan anak di yayasan panti asuhan Rahmansyah melalui pengisian kuisioner agresi. Kuesioner yang digunakan adalah instrumen agresivitas Buss dan Perry (1992). Berdasarkan hasil pengisian kuisioner menunjukkan adanya kecenderungan memiliki perilaku agresif yang tinggi. Dari delapan anak asuh panti asuhan Rahmansyah, satu anak memperoleh kategori rendah yaitu dengan skor 65, sedangkan empat anak lainnya memperoleh kategori sedang dengan skor 80-100, dan tiga anak lainnya memperoleh kategori

tinggi dengan skor 116-118. Dengan memperoleh rata-rata skor 94.75 dan termasuk pada kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa anak asuh di Yayasan panti asuhan Rahmansyah memiliki kecenderungan perilaku agresif, hal tersebut di dukung dengan adanya keluhan dari pihak pengasuh panti asuhan Rahmansyah, bahwa masih banyak anak asuh yang sering memukul, berkata kasar, dan bertengkar.

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menjelaskan bahwa anak asuh yang berada di panti asuhan memiliki kecenderungan perilaku agresif. Sesuai dengan pendapat Tirta dan Wijaya (2018) tidak jarang bentuk agresi terhadap teman dianggap suatu hal yang lumrah, misalnya saja saat anak yang berusia lebih besar memukul, menendang, atau menghina anak yang berusia lebih kecil karena melakukan kesalahan saat bermain.

Perilaku agresif pada anak akan menimbulkan dampak negatif seperti kesulitan dalam berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Terdapat dampak yang dapat dialami oleh anak yang mengalami kesulitan dalam berperilaku adaptif, yaitu; siklus kegagalan, penolakan dari teman sebaya, rendahnya pencapaian akademik, serta permasalahan dalam penyesuaian diri sebagai orang dewasa (Krahe, 2005). Menghambat kegiatan belajar mengajar di sekolah serta menyebabkan anak cenderung beradaptasi pada perilaku buruk agresif dan menimbulkan asumsi bahwa perilaku agresif merupakan hal yang wajar (Ma'ruf, 2015).

Perilaku maladaptif harus dikurangi, salah satu cara mengurangi perilaku agresif adalah melalui layanan konseling kelompok. Konseling pada anak dengan kecenderungan perilaku agresif akan efektif bila dilakukan dalam dinamika kelompok (Ma'ruf, 2015). Melalui dinamika kegiatan kelompok, anak-anak akan belajar untuk dapat bekerja sama, serta bersosialisasi dengan teman-teman sebayanya, membantu siswa untuk dapat berinteraksi secara positif dengan berbagai karakter anak yang beragam di luar

kelompok mereka, mengembangkan aspek-aspek untuk berkontribusi didalam kelompok, dan perbedaan pola komunikasi yang ada dalam konseling kelompok ataupun di luar kegiatan konseling kelompok (DeLucia & Waack., 2006).

Konseling kelompok berfokus dalam membantu konseli dengan tujuan membuat perubahan fundamental dengan cara mereka berpikir, merasakan serta berperilaku. Konseling kelompok untuk anak-anak sering kali dilakukan kepada anak-anak yang biasa memperlihatkan atau menunjukkan perilaku seperti berkelahi, tidak mampu memiliki hubungan akrab dengan teman sebaya, korban kekerasan, keterampilan sosial yang rendah, dan kekurangan perhatian dari orangtua di rumah.

Peranan bimbingan dan konseling sebenarnya tidak hanya berfokus pada setting formal seperti sekolah, tetapi juga berfokus dalam setting informal yaitu didalam lingkungan masyarakat atau komunitas. Pemberian layanan bimbingan dan konseling pada anak asuh di panti asuhan sendiri merupakan mekanisme layanan bagi masyarakat dan disebut sebagai layanan konseling komunitas yang bertujuan untuk membantu mengembangkan potensi pada individu dalam masyarakat kelas sosial bawah dengan penggunaan pendekatan pedagogik. Bimbingan konseling komunitas merupakan salah satu intervensi bimbingan konseling yang diterapkan dalam setting komunitas sebagai dukungan sistem, yang disebut *community outreach* (Lewis, Lewis, Daniels, & J, 2011).

Frekuensi serta durasi pada pertemuan dapat mempengaruhi keefektifan dalam proses konseling kelompok. Dengan demikian, agar tujuan konseling dapat tercapai maka penting bagi konselor untuk dapat merencanakan frekuensi dan durasi pertemuan konseling kelompok. Terdapat enam langkah dalam mengembangkan konseling kelompok, langkah-langkah tersebut terdiri dari enam yaitu tahap pembentukan atau persiapan (pra konseling), tahap orientasi dan eksplorasi,

tahap transisi, tahap kegiatan, tahap konsolidasi, serta tahap evaluasi dan tindak lanjut (Corey, 2012).

Pada tahap kegiatan adalah mengeksplorasi dan berdiskusi mengenai permasalahan yang dimiliki anggota kelompok, dan membuat program untuk tindakan yang nantinya akan dilaksanakan anggota kelompok untuk melakukan perubahan didalam dirinya. Pada tahap kegiatan, anggota kelompok berlatih untuk memiliki keterampilan baru dan tingkah laku baru dalam kehidupan sehari-hari. Pada tahap kegiatan penerapan psikodrama dapat digunakan sebagai pendekatan dengan menggunakan teknik-teknik yang ada pada psikodrama dalam konseling kelompok. Penerapan psikodrama dalam kegiatan konseling kelompok berdasar pada tujuan agar individu mampu mengekspresikan harapan-harapan secara simbolik, mengendalikan impuls, mengekspresikan perasaan dan kebutuhan, dan menciptakan kembali proses interpersonal dan hubungan tanpa mengalami konsekuensi yang menakutkan atau pembalasan dari lingkungan (Rubin, 2005).

Psikodrama adalah pendekatan yang digunakan untuk konseling kelompok di mana konseli mengeksplorasi masalah mereka melalui bermain peran, memberlakukan situasi dan menggunakan berbagai perangkat dramatis untuk memperoleh wawasan, menemukan kreativitas mereka sendiri, dan mengembangkan keterampilan perilaku (Corey, 2012).

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dengan menggunakan psikodrama menjelaskan bahwa psikodrama dapat diterapkan untuk menanganai perilaku agresif pada usia anak-anak. Sesuai dengan pendapat Arifah dan Nurochman (2017) penggunaan teknik psikodrama untuk mengurangi perilaku agresif subjek selama intervensi menggunakan konseling kelompok dengan teknik psikodrama mengalami perubahan yaitu perilaku agresif subjek cenderung menurun selama intervensi dilakukan. Serta,

psikodrama dapat pula diterapkan pada anak-anak dengan tuna rungu (El-Mohamady, 1998). Psikodrama juga dapat diterapkan pada anak-anak yang mengalami kekerasan domestic untuk menurunkan perilaku agresif (KMefthah, Ching, & Yen, 2012).

Psikodrama memfasilitasi imajinasi, intuisi, tindakan fisik, dan berbagai perangkat dramatis untuk mengeksplorasi berbagai masalah psikologis. Psikodrama memungkinkan anggota kelompok untuk mengeksplorasi berbagai peran dan aspek-aspek dari diri mereka sendiri, dan untuk mengalami bagaimana persepsi mereka tentang orang lain dan dengan siapa mereka berhubungan dan bersosialisasi dengan orang-orang disekitar (Aichinger & Holl, 2017).

Dengan demikian penerapan psikodrama sebagai pendekatan dalam kegiatan konseling kelompok bagi anak-anak akan lebih efektif digunakan untuk kegiatan konseling kelompok pada anak-anak, karena dengan penerapan psikodrama sebagai pendekatan dalam kegiatan kelompok anak-anak akan lebih ekspresif dalam menyampaikan perasaannya, selain itu juga dengan kegiatan yang dikemas secara menarik dengan penggunaan media sebagai objek dan efektif untuk perasaan ragu, hubungan atau pengalaman yang dimana penggunaan media tersebut disenangi oleh anak-anak, sehingga dapat memancing anak-anak untuk lebih komunikatif dan ekspresif. Dengan demikian, penerapan psikodrama dalam kegiatan konseling kelompok dapat diterapkan pada anak usia sekolah dasar dengan kecenderungan perilaku agresif. Pada penelitian ini, anak asuh panti asuhan memiliki karakteristik yang sesuai dengan karakteristik anak dalam penerapan psikodrama pada konseling kelompok yaitu memiliki kecenderungan perilaku agresif.

Perilaku Agresif

Perilaku agresif merupakan perilaku atau kecenderungan perilaku yang bertujuan untuk menyakiti orang lain yang dilakukan secara fisik maupun secara psikologis (Buss

& Perry, 1992). Perilaku agresif merupakan perilaku fisik maupun verbal yang dilakukan secara sengaja maupun tidak disengaja namun memiliki tujuan untuk menyakiti, menghancurkan atau merugikan orang lain untuk melukai objek yang menjadi sasaran perilaku agresif (Myers, 2012).

Kedua penjelasan tersebut menitik beratkan pada adanya perilaku menyakiti ataupun melukai orang lain baik secara fisik, verbal, maupun psikologis yang dapat merugikan orang lain. Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif merupakan suatu perilaku atau kecenderungan perilaku yang dilakukan oleh individu ataupun kelompok dengan maksud untuk menyakiti atau melukai orang lain atau kelompok dengan niat atau dilakukan secara sengaja baik dilakukan secara verbal maupun fisik yang dapat merugikan seseorang.

Terdapat dua factor yang memengaruhi perilaku agresif, yakni faktor personal yaitu karakter bawaan pada individu yang menentukan reaksi individu tersebut ketika menghadapi situasi tertentu, seperti sifat, jenis kelamin, keyakinan, sikap, nilai dan tujuan jangka panjang dan faktor situasional mencakup hal-hal yang terjadi di lingkungan yang turut mempengaruhi reaksi individu terhadap suatu peristiwa seperti petunjuk untuk melakukan perilaku agresif, frustrasi, provokasi, rasa sakit dan ketidaknyamanan, obat-obatan dan isentif (Buss & Perry, 1992).

Terdapat empat aspek perilaku agresif berdasarkan dari tiga komponen dasar yaitu kognitif, afektif, dan motorik. Empat aspek perilaku agresif yang dimaksud yaitu: (1) agresi fisik (*Physical aggression*), (2) agresi verbal (*Verbal aggression*), (3) kemarahan (*Anger*), dan (4) permusuhan (*Hostility*) (Buss & Perry, 1992).

Psikodrama

Psikodrama adalah salah satu pendekatan yang digunakan untuk konseling kelompok, yaitu konseli mengeksplorasi masalah mereka melalui bermain peran, memberlakukan situasi dan menggunakan

berbagai perangkat dramatis untuk memperoleh wawasan, menemukan kreativitas mereka sendiri, dan mengembangkan keterampilan perilaku (Corey, 2012). Pendekatan ini diciptakan pada pertengahan tahun 1930-an oleh J. L. Moreno, psikodrama memfasilitasi imajinasi, intuisi, tindakan fisik, dan berbagai perangkat dramatis untuk mengeksplorasi berbagai masalah psikologis. Psikodrama adalah, salah satu cara yang dapat dikatakan menarik dari pendekatan lainnya. Penerapan psikodrama cenderung menggunakan komunikasi secara verbal dan motorik dimana mengutamakan berbicara melalui gerakan tubuh, sehingga memiliki ciri khas dibandingkan pada cara konseling konvensional. Dengan mengulang kembali pengalaman, masa lalu dibawa ke kondisi saat ini dan masa sekarang, hal tersebut memudahkan konseli dalam memproses kenangan dengan adanya bimbingan dan arahan dari konselor serta adanya partisipasi dan dukungan dari anggota grup lainnya yang memiliki trauma atau permasalahan yang sama (Kipper, 1998). Kegiatan psikodrama tersebut diberlakukan untuk membantu konseli untuk melakukan komunikasi atau hubungan sosial dengan perasaan yang tidak dikenal dan tidak ditampilkan, untuk membantu sebagai sarana mengekspresikan dengan penuh perasaan dan sikap, dan memperluas lakon peran (Corey, 2008).

Psikodrama terdiri dari tiga fase: (1) pemanasan, (2) tindakan, dan (3) berbagi dan diskusi (Corey, 2012). Fase-fase ini tidak mutlak tetapi dapat menjadi konstruksi umum yang membantu konseli untuk membangun spontanitas serta menerapkannya dan mengintegrasikan dengan proses konseling kelompok. Terdapat banyak teknik yang dapat diaplikasikan dalam pendekatan psikodrama, diantaranya sembilan teknik dari pendekatan psikodrama yaitu (1) persentasi diri (*self-presentation*), (2) persentasi diri (*self-presentation*), (3) ganda (*double*), (4) soliloquy, (5) teknik cermin (*mirror technique*), (6) *the magic shop*, (7)

kursi kosong (*the empty chair*), (8) pengulangan (*replay*), (9) pelatihan peran (*role training*).

Kelebihan pendekatan psikodrama yaitu psikodrama merupakan pendekatan yang sangat fleksibel dan berkedudukan sama dengan menekankan pada pikiran, tubuh, emosi, dan tindakan, memfasilitasi imajinasi, intuisi, tindakan fisik, dan berbagai perangkat dramatis untuk mengeksplorasi berbagai masalah psikologis, dan berguna untuk membantu individu dalam menangani permasalahan yang belum terselesaikan, trauma atau gangguan suasana hati, seperti kecemasan atau depresi.

Konseling Kelompok

Natawidjaya (Rusmana, 2009) Bimbingan kelompok adalah upaya pemberian informasi kepada konseli sehingga konseli mampu membuat sejumlah perencanaan dan pengambilan keputusan mengenai hal-hal yang berkaitan dengan masa depannya. Sedangkan, konseling kelompok merupakan upaya memfasilitasi berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhan konseli yang bersifat preventif (mencegah) sekaligus kuratif (penyembuhan). Dengan demikian, konseling kelompok adalah upaya proses pemberian bantuan kepada individu (konseli) yang dilakukan dalam kegiatan kelompok, bersifat preventif dan kuratif, serta memiliki tujuan untuk memfasilitasi berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhan konseli secara maksimal.

Tujuan pendekatan kelompok dalam bimbingan dan konseling adalah untuk memanfaatkan dinamika yang tercipta dalam suatu kegiatan kelompok demi tercapainya tujuan kegiatan bimbingan dan konseling (Prayitno, 1995). Konseling kelompok berguna untuk membantu konseli yaitu sebagai bentuk intervensi yang efisien bila dibandingkan dengan konseling individual, Lalu, dari perspektif perkembangan dan pedagogis, kerap kali cara yang terbaik bagi konseli adalah dengan belajar dari satu sama lain. Dengan demikian, kekuatan kelompok sebaya dapat

meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan yang positif melalui adanya peran yang terampil dari seorang konselor sebagai pemimpin (Rusmana, 2009).

Terdapat enam langkah dalam penerapan konseling kelompok, tahapan tersebut terdiri dari enam tahap yaitu tahap pembentukan atau persiapan (pra konseling), tahap orientasi dan eksplorasi, tahap transisi, tahap kegiatan, tahap konsolidasi, serta tahap evaluasi dan tindak lanjut (Corey, 2012). Frekuensi dan durasi pertemuan dapat memberikan pengaruh terhadap keefektifan proses konseling kelompok. Dengan demikian, agar tujuan konseling dapat tercapai maka penting bagi konselor untuk merencanakan frekuensi serta durasi pertemuan.

Frekuensi serta durasi pada setiap sesi konseling disesuaikan dengan jenis kelompok. Pada kelompok anak-anak maka dapat dilakukan konseling dua kali dalam seminggu dengan durasi singkat pada setiap pertemuan, sedangkan untuk kelompok dewasa dapat melakukan sesi konseling seminggu sekali dengan durasi 120 menit setiap pertemuan. Selain itu durasi sesi konseling disesuaikan dengan kesepakatan anggota kelompok serta tujuan konseling yang hendak dicapai (Corey, 2012).

Anak Panti Asuhan

Berdasarkan KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) panti asuhan merupakan rumah tempat memelihara dan merawat anak yatim atau yatim piatu. Namun, panti asuhan tidak hanya terbuka bagi anak yatim atau yatim piatu, tetapi juga terbuka bagi anak-anak yang kurang beruntung, seperti anak terlantar dan anak-anak dari keluarga yang tidak mampu.

Kemudian menurut Depsos RI (2004) Panti asuhan adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang bertanggungjawab dalam memberikan layanan kesejahteraan sosial kepada anak-anak yang terlantar dengan memberikan penyantunan serta pengentasan bagi anak yang terlantar, berperan sebagai pengganti orangtua atau wali bagi anak untuk memenuhi kebutuhan

secara fisik, mental, serta sosial kepada anak asuh sehingga mereka memperoleh kesempatan yang luas, tepat serta memadai bagi pengembangan kepribadiannya sesuai dengan harapan sebagai bagian dari generasi penerus bangsa serta aktif dalam bidang pembangunan nasional. Dari kedua pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa Panti Asuhan merupakan lembaga sosial dimana lembaga tersebut mengasuh, mendidik serta memelihara anak-anak yang terantar.

Anak Panti asuhan (*orphan*) menurut UNICEF adalah anak-anak yang berada di rentang usia 0-17 tahun, dimana mereka kehilangan setidaknya salah satu orangtuanya. Anak panti asuhan (*orphan*) pun terbagi menjadi dua yaitu "*single orphan*" dimana seorang anak yang kehilangan salah satu orangtua dan "*double orphan*" yaitu dimana seorang anak yang kehilangan kedua orangtuanya. Kemudian mereka diasuh atau di adopsi oleh sebuah yayasan atau lembaga panti asuhan guna menjamin kesejahteraan kehidupan mereka. Dengan demikian dapat dikatakan anak asuh adalah keseluruhan individu baik laki-laki maupun perempuan yang diasuh, dibiayai, terdaftar, dan tinggal di panti asuhan yang bersangkutan dengan batasan usia remaja.

METODOLOGI

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan sebanyak delapan kali sesi yang sudah disesuaikan dengan tahapan konseling kelompok dan penelitian ini dilaksanakan di Yayasan Panti Asuhan Rahmansyah. Terdapat tiga tahap dalam melakukan penelitian eksperimen yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap akhir. Tahap persiapan dilakukan untuk mempersiapkan serta merencanakan serta menentukan jenis kelompok, melakukan pretest kemudian memilih serta menyeleksi anggota kelompok yang sesuai dengan tujuan penelitian sebelum dilakukannya program konseling kelompok.

Berikutnya adalah tahap pelaksanaan perlakuan eksperimen yang dilakukan sebanyak delapan kali sesi, yaitu dengan

melakukan tahapan konseling kelompok dari tahap orientasi dan eksplorasi hingga tahap evaluasi dan tindak lanjut dengan menerapkan penerapan psikodrama. Pada tahap akhir eksperimen kemudian dilakukan post-test dengan tujuan untuk mengukur perbandingan tingkat kecenderungan perilaku agresif yang diperoleh subyek penelitian.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik Nonprobability Sampling. Teknik penentuan sampel yang digunakan adalah purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel yang ditentukan dengan adanya pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2009). Langkah-langkah dalam penentuan sampel yaitu peneliti melakukan identifikasi serta menyebar instrumen kepada anak asuh panti asuhan di Yayasan Panti Asuhan Rahmansyah pada kategori usia sekolah dasar kelas tinggi 4-6 SD (9-12 tahun), dengan sampel 12 anak asuh, pada saat pretest delapan anak asuh berada pada kategori sedang, tiga anak asuh berada pada kategori rendah dan satu anak asuh berada pada kategori sangat rendah. Selanjutnya, dari hasil pengolahan instrumen peneliti mengambil sampel dengan karakteristik anak asuh yang memiliki kecenderungan perilaku agresif sedang - tinggi dari hasil pretest. Kemudian sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing kelompok beranggotakan 6 anak asuh. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi dan instrumen agresif.

Instrumen yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori perilaku agresif dari Buss dan Perry (1992) terdapat empat aspek perilaku agresif berdasarkan dari tiga komponen dasar yaitu kognitif, afektif, dan motorik. Empat aspek perilaku agresif yang dimaksud yaitu: (1) agresi fisik (*physical aggression*), (2) agresi verbal (*verbal aggression*), (3) kemarahan (*anger*), dan (4) permusuhan (*hostility*). Instrumen yang dikembangkan memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh pendekatan

psikodrama guna menurunkan kecenderungan perilaku agresif pada anak asuh panti asuhan di Yayasan Panti Asuhan Rahmansyah.

Variabel	Aspek	Indikator
Agresi	Agresi fisik (<i>Physical aggression</i>)	a. Berkelahi
		b. Memukul
	Agresi verbal (<i>Verbal aggression</i>)	c. Menendang
		a. Menghina
	Kemarahan (<i>Anger</i>)	b. Memaki
		c. Menyebarkan rahasia
Permusuhan (<i>Hostility</i>)	d. Bersikap sarkastik	
	a. Menunjukkan sikap yang tidak seperti biasa	
	b. Menunjukkan perubahan fisik (wajah memerah, tubuh gemetar)	
	c. Tidak ingin mengalah	
	a. Merasa mudah marah	
	b. Rasa cemburu dan kebencian	
	c. Merasa curiga	

Table 1. Kisi-kisi Instrumen Perilaku Agresif

Teknik analisis data yang digunakan adalah Mann Whitney U Test. Pada tahap analisis data melakukan perbandingan hasil pre test dan post test pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Melalui uji hasil tersebut maka dapat diketahui apakah terdapat pengaruh antara nilai rerata pre test dan post test pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol serta mengetahui efektivitas suatu perlakuan.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan deskripsi kecenderungan perilaku agresif dari enam sampel penelitian pada kelompok eksperimen sebelum mendapatkan intervensi layanan konseling kelompok dengan penerapan psikodrama, dimana sebesar 100% anggota berdasarkan hasil pretest berada pada kategori sedang, yaitu pada kategori sedang ditandai dengan

melakukan beberapa perilaku yang menunjukkan agresi dengan ciri-ciri perilaku agresi baik secara fisik, verbal, agresi kemarahan dan permusuhan yaitu melakukan kontak fisik dengan cara memukul, menendang, berkelahi, melakukan kontak fisik dengan cara menghina, memaki, menyebarkan rahasia, bersikap sarkastik seperti memanggil dengan nama lain, bergosip, menceritakan hal buruk/cerita palsu, tidak mau mengalah, mengambil barang orang lain secara paksa. Layanan konseling kelompok dengan penerapan psikodrama dilakukan sebanyak delapan sesi dengan tujuan untuk menurunkan kecenderungan perilaku agresif anak asuh panti asuhan.

Deskripsi kecenderungan perilaku agresif anggota kelompok eksperimen setelah mendapatkan konseling kelompok dengan penerapan psikodrama, dua orang anggota atau sebesar 34% berada pada kategori sangat rendah, yaitu pada kategori sangat rendah ditandai dengan hampir tidak pernah melakukan beberapa perilaku yang menunjukkan agresi dengan ciri-ciri perilaku agresi baik secara fisik, verbal, agresi kemarahan dan permusuhan yaitu melakukan kontak fisik dengan cara memukul, menendang, berkelahi, melakukan kontak fisik dengan cara menghina, memaki, menyebarkan rahasia, bersikap sarkastik seperti memanggil dengan nama lain, bergosip, menceritakan hal buruk/cerita palsu, tidak mau mengalah, mengambil barang orang lain secara paksa. Sedangkan empat orang anggota atau sebesar 36% berada pada kategori rendah, yaitu pada klasifikasi rendah ditandai dengan melakukan beberapa perilaku agresif dengan intensitas jarang.

Kelas Interval	Kategorisasi
$208 < X$	Sangat Tinggi
$173 < X \leq 208$	Tinggi
$138 < X \leq 173$	Sedang
$103 < X \leq 138$	Rendah
$X \leq 103$	Sangat rendah

Table 2. Kategorisasi panjang kelas interval

No.	Nama	Skor	Kategori
1.	AG	142	Sedang
2.	IR	155	Sedang
3.	LS	145	Sedang
4.	AW	169	Sedang
5.	YG	142	Sedang
6.	KK	168	Sedang
\sum Eksperimen = 921			$\bar{x} = 153,5$

Table 3. Skor pretest kelompok eksperimen

No.	Nama	Skor	Kategori
1.	AG	103	Rendah
2.	IR	112	Rendah
3.	LS	102	Sangat Rendah
4.	AW	111	Rendah
5.	YG	100	Sangat Rendah
6.	KK	113	Rendah
\sum Eksperimen = 641			$\bar{x} = 106,8$

Table 4. Skor posttest kelompok eksperimen

Berdasarkan hasil analisis pengaruh penerapan psikodrama dalam layanan konseling kelompok terhadap perilaku agresif anak asuh panti asuhan dengan empat aspek perilaku agresif yaitu: (1) agresi fisik (*physical aggression*), (2) agresi verbal (*verbal aggression*), (3) kemarahan (*anger*), dan (4) permusuhan (*hostility*). Teknik-teknik yang digunakan sebagai treatment dalam membahas setiap aspek perilaku agresif adalah teknik pembalikan peran (*role reversal*), pelatihan peran (*role training*), teknik cermin (*mirror*) dan pengulangan (*replay*).

Berdasarkan hasil analisis hasil penggunaan teknik dalam psikodrama memberikan pengaruh yang berbeda-beda pada setiap anggota. Dari keempat teknik yang digunakan dalam kegiatan konseling kelompok anggota mampu membuat cerita, serta memainkan adegan dengan baik. Penggunaan teknik yang digunakan dalam kegiatan kelompok, mampu mengajak anggota untuk dapat melihat bagaimana sudut pandang orang lain terhadap perilaku agresif. Perbedaan yang terlihat dari pengaruh penerapan psikodrama terhadap perilaku agresif adalah bagaimana sudut pandang anggota dalam melihat,

berpendapat serta melakukan tindakan yang seharusnya dilakukan dalam sebuah situasi yang berkaitan dengan perilaku agresif, baik agresi verbal, agresi fisik, kemarahan dan permusuhan. Kemampuan setiap anggota dalam memahami bahwa perilaku agresif tidak tepat untuk dilakukan kepada orang lain juga berbeda-beda. Terdapat anggota yang sudah memahami hal tersebut, namun ada pula anggota yang merasa bahwa tindakan agresif yang mereka lakukan merupakan suatu hal yang benar karena sebagai pembelaan diri serta luapan rasa kesal dan marah yang dirasakan.

Berdasarkan hasil skor pretest dan posttest yang diperoleh kelompok eksperimen mengalami penurunan. Berdasarkan hasil pengerjaan pretest pada aspek agresi verbal dengan total 268 skor merupakan kategori sangat tinggi yang ditandai dengan seringnya melakukan perilaku yang menunjukkan agresi verbal. Setelah melakukan posttest dapat diketahui bahwa anggota kelompok mengalami penurunan kecenderungan perilaku agresi pada aspek agresi verbal menjadi 176 skor yang merupakan kategori tinggi yang ditandai dengan melakukan sebagian besar perilaku yang menunjukkan agresi verbal. Pada aspek fisik berdasarkan hasil pengerjaan pretest tampak bahwa anggota kelompok memiliki kecenderungan perilaku agresi pada aspek fisik dengan total 231 skor yang merupakan kategori sangat tinggi yang ditandai dengan seringnya melakukan perilaku yang menunjukkan agresi fisik dan hasil posttest, dapat diketahui bahwa anggota kelompok mengalami penurunan kecenderungan perilaku agresi pada aspek agresi fisik menjadi 146 skor yang merupakan kategori sedang yang ditandai dengan melakukan beberapa perilaku yang menunjukkan agresi dengan ciri-ciri perilaku agresif secara fisik.

Pada aspek kemarahan hasil dari pengerjaan pretest tampak bahwa anggota kelompok memiliki kecenderungan perilaku agresi pada aspek kemarahan dengan total 213 skor yang merupakan kategori sangat tinggi yang ditandai dengan seringnya

melakukan perilaku yang menunjukkan agresi secara kemarahan, seperti menunjukkan sikap yang tidak seperti biasa, menunjukkan perubahan fisik (wajah memerah, tubuh gemetar), setelah melakukan posttest dapat diketahui bahwa anggota kelompok mengalami penurunan kecenderungan perilaku agresi pada aspek kemarahan menjadi 154 skor yang merupakan kategori sedang yang ditandai dengan melakukan beberapa perilaku yang menunjukkan agresi dengan ciri-ciri perilaku agresif secara kemarahan. Pada aspek permusuhan hasil pengerjaan pretest tampak bahwa anggota kelompok memiliki kecenderungan perilaku agresi pada aspek permusuhan dengan total 209 skor yang merupakan kategori sangat tinggi yang ditandai dengan seringnya melakukan perilaku yang menunjukkan agresi secara permusuhan, seperti bergosip, menceritakan hal buruk atau cerita palsu, tidak mau mengalah, mengambil barang orang lain secara paksa, serta melakukan perilaku agresif baik secara fisik ataupun verbal. Berdasarkan hasil posttest, dapat diketahui bahwa anggota kelompok mengalami penurunan kecenderungan perilaku agresi pada aspek permusuhan menjadi 165 skor yang merupakan kategori sedang yang ditandai dengan melakukan beberapa perilaku yang menunjukkan agresi

Aspek.	Pretest	Posttest
Fisik	231	146
Verbal	268	176
Kemarahan	213	154
Permusuhan	209	165

Table 5. Skor pretest dan posttest per aspek agresi kelompok eksperimen

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan metode perhitungan Mann Whitney U test dengan menggunakan data gain score kelompok eksperimen dan kelompok control yang telah didapatkan. Berdasarkan hasil dari pengujian hipotesis diperoleh hasil yaitu nilai signifikansi yaitu $0,006 < 0,05$, yang artinya penurunan kecenderungan perilaku agresif pada kelompok eksperimen cukup berbeda

signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diketahui bahwa konseling kelompok dengan menerapkan psikodrama memberikan pengaruh dalam menurunkan kecenderungan perilaku agresif anak asuh panti asuhan, dapat dilihat bahwa H_0 penelitian ini ditolak dan H_1 diterima yang diinterpretasikan bahwa terdapat pengaruh yang cukup signifikan pada penerapan psikodrama dalam konseling kelompok terhadap penurunan kecenderungan perilaku agresif anak asuh panti asuhan.

Kelompok.	Pretest	Post test	Gain Score
Eksperimen	921	641	-225
Kontrol	740	748	9

Table 6. Skor pretest dan posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Jenis Data	Asymp Sig. (2-tailed)	α	Keputusan	Ket.
Gain Score	0,006	0,05	H_0 ditolak	Berbeda Signifikan

Table 7. Hasil pengujian Mann Whitney U test pada Gain Score Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Adapun keterbatasan yang dialami selama melaksanakan penelitian antara lain:

Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang mungkin saja memberikan pengaruh terhadap perilaku agresif pada anak asuh panti asuhan di Yayasan Panti Asuhan Rahmansyah.

Sampel penelitian adalah anak asuh panti asuhan yang berada pada kategori sedang hal ini menimbulkan keterbatasan bagi peneliti untuk melihat adanya perubahan yang signifikan, hal ini dikarenakan kategori antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol memiliki kesetaraan yang sama. Pemilihan sampel hanya pada responden yang mendapatkan nilai-nilai ekstrem maka memungkinkan terjadinya perubahan rata-rata menjadi terlihat (Creswell, 2014).

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini walaupun telah tervalidasi dan reliabel, namun sangat memungkinkan adanya perbedaan kemampuan mempersepsi setiap butir yang terdapat pada instrumen terhadap kelompok uji coba instrumen dengan kelompok pengguna instrumen

Peneliti hanya menggunakan sampel dari anak asuh panti asuhan berjenis kelamin laki-laki karena anak asuh yang berada di panti Asuhan yang menjadi tempat penelitian, seluruhnya berjenis kelamin laki-laki. Jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku agresif, dimana laki-laki terbukti lebih banyak terlibat tindakan agresif dibandingkan perempuan (Buss & Perry, 1992).

Pada penelitian ini, rancangan kegiatan dan konseling dilakukan oleh peneliti sendiri tanpa dibantu oleh ahli yang telah tersertifikasi serta menguasai pendekatan psikodrama, sehingga dengan keterbatasan keterampilan serta pengetahuan peneliti sangat memungkinkan adanya kekurangan sehingga ketercapaian tujuan konseling tidak tercapai secara maksimal.

Hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan kepada kelompok serta situasi lain karena memungkinkan terdapat perbedaan dengan karakteristik kelompok serta situasi lain ketika kegiatan konseling kelompok ini berlangsung.

Walaupun sesi konseling dilakukan sesuai dengan perencanaan yaitu sebanyak 8 sesi konseling, namun peneliti melakukan penelitian dalam jangka waktu yang relative cukup singkat terutama pada jeda waktu antar sesi konseling kelompok yang satu dengan lainnya hanya berselang dua sampai tiga hari. Frekuensi serta durasi pada kelompok anak-anak maka dapat dilakukan konseling dua kali dalam seminggu berselang minimal tiga hari dengan durasi singkat pada setiap pertemuan (Corey, 2012). Dengan demikian diharapkan untuk penelitian yang serupa atau lanjutan dapat dilakukan dalam jangka waktu yang lebih lama serta jarak antara setiap pertemuan

berselang minimal tiga hari, sehingga peneliti dapat melihat apakah terdapat perubahan perilaku agresif secara signifikan jika intervensi dilakukan dalam waktu yang ideal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan mengenai konseling kelompok dengan menerapkan psikodrama dalam menurunkan perilaku agresif pada anak asuh panti asuhan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil pengolahan data pretest menunjukkan enam orang anggota berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil pengolahan data posttest pada kelompok eksperimen yaitu dua orang anggota atau sebesar 34% berada pada kategori sangat rendah, sedangkan empat orang anggota atau sebesar 36% berada pada kategori rendah.

Berdasarkan deskripsi data tersebut maka didapatkan hasil bahwa secara anggota kelompok eksperimen yang mendapatkan konseling kelompok dengan penerapan psikodrama memiliki penurunan kecenderungan perilaku agresif.

Berdasarkan hasil skor yang didapatkan pada saat pretest dan posttest, dimana terdapat penurunan skor dari pengujian hipotesis diperoleh hasil yaitu nilai signifikansi adalah $0,006 < 0,05$, artinya penurunan kecenderungan perilaku agresif pada kelompok eksperimen cukup berbeda secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Lalu, pada perhitungan gain ternormalisasi diperoleh kesimpulan bahwa konseling kelompok dengan penerapan psikodrama berpengaruh sedang terhadap penurunan kecenderungan perilaku agresif dengan hasil perhitungan sebesar 0,45 yang dapat diinterpretasikan penerapan psikodrama berpengaruh sedang terhadap penurunan kecenderungan perilaku agresif anggota dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan berada pada klasifikasi rendah dengan memperoleh skor sebesar -0,01. Hal ini

menunjukkan bahwa kualitas peningkatan skor pada kelompok eksperimen lebih baik dibandingkan dengan kualitas peningkatan skor pada kelompok kontrol..

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang cukup berbeda secara signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Hasil pengujian hipotesis tersebut menunjukkan bahwa penerapan psikodrama yang digunakan dalam konseling kelompok cukup berbeda secara signifikan, dengan demikian penerapan psikodrama dalam konseling kelompok untuk menurunkan perilaku agresif pada anak asuh panti asuhan mampu menurunkan perilaku agresif. Hal ini sesuai dengan teori bahwa penerapan psikodrama mampu diterapkan untuk membantu anak-anak dengan kecenderungan perilaku agresif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aichinger, A., & Holl, W. (2017). *Group Therapy with Children*.
<https://doi.org/10.1007/978-3-658-15813-2>
- Arifah, N., & Nurrohman, H. (2017). Konseling Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik di MA Hidayatul Insan Palangkaraya. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 28–32.
<https://doi.org/10.33084/suluh.v3i1.522>
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452>
- Corey, G. (2008). *The art of integrative counseling* (2nd ed.). Belmont, CA: Thomson Brooks/Cole.
- Corey, G. (2012). *Theory and practice of group counseling* (8th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design : Qualitative, quantitative, and mixed*

- methods approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, California: SAGE Publications.
- DeLucia, J., & Waack. (2006). *Leading Psychoeducational Groups for Children and Adolescents*. New York: Sage Publications.
- Departemen Sosial Republik Indonesia. (2004). *Acuan Pelayanan Sosial Anak di Panti Sosial Asuhan Anak*. Jakarta: Departemen Sosial Republik Indonesia.
- DeWall, C. N., Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2011). The general aggression model: Theoretical extensions to violence. *Psychology of Violence, 1*(3), 245–258. <https://doi.org/10.1037/a0023842>
- El-Mohamady, A. A. (1998). *Efficiency Range of Both Psychodrama and School Theater on Modifying The Aggressive Behavior Among The Deaf-mute Primary School Children*. The Institute For Educational Studies and Research. Giza: Cairo University.
- Kipper, D. A. (1998). Psychodrama and trauma: Implications for future interventions of psychodramatic role-playing modalities. *The International Journal of Action Methods, 51*(3), 113–121.
- KMeftah, G., Ching, M. Ss., & Yen, A. Mn. L. (2012). The role of psychodrama techniques to decrease the level of school violence in the Arab world. *Interdisciplinary Journal of Family Studies, 17*(2), 165–185.
- Krahe, B. (2005). *Perilaku Agresif: Buku Panduan Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lewis, J. A., Lewis, M. D., Daniels, J. A., & J, D. M. (2011). *Community Counseling: A Multicultural Social Justice Perspective*. Belmont, CA: Brooks/Cole Cengage.
- Ma'ruf, H. (2015). *Perilaku Agresi Relasi Siswa di Sekolah (Mengenal dan Menyelesaikannya melalui Mediasi Sebaya)*. Sleman: Aswaja Pressindo.
- Myers, D. G. (2012). *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Rubin, J. (2005). *Artful Therapy*. New York: John Wiley & Sons.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik, dan Aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press.
- Shechtman, Z. (2009). *Treating child and adolescent aggression through bibliotherapy*. New York: Springer.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wijaya, R., & Tirta, S. (2018). Penerapan Art Therapy Dalam Menurunkan Perilaku Agresi Pada Anak Periode Middle Childhood di Panti Asuhan. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni, 2*(1), 395. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1695>