

**BAB IV**

**PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN  
TEKNIK *BEHAVIORAL CONTRACT* DALAM  
MENGATASI PERILAKU AGRESIF VERBAL PADA  
KANAK-KANAK AKHIR**

**A. Proses Penerapan Konseling**

Upaya yang dilakukan oleh peneliti dalam mengatasi perilaku agresif verbal pada kanak-kanak akhir adalah memberikan layanan konseling individual dengan menggunakan salah satu teknik dari pendekatan behavioral yaitu teknik *behavioral contract*. Teknik *behavioral contract* merupakan suatu teknik dengan membuat persetujuan atau kesepakatan tertulis oleh konselor dan klien untuk mengubah perilaku tertentu klien. Dalam penelitian ini terdapat empat klien yaitu R, ANH, DA, dan SNS. Klien tersebut telah teridentifikasi sering melakukan perilaku agresif verbal terhadap orang-orang di sekitarnya baik keluarga maupun teman sebaya. Kontrak perilaku ini digunakan untuk mengajarkan perilaku baru, mengurangi

perilaku yang tidak diinginkan, atau meningkatkan perilaku yang diharapkan.<sup>1</sup>

Untuk pertemuan konseling dilakukan sebanyak enam kali pertemuan yang dilakukan dari bulan Mei-Juli 2021. Pertemuan pertama melakukan asesmen (*assessment*), pertemuan kedua menentukan tujuan (*goal setting*), pertemuan ketiga mengimplementasikan teknik (*technique implementation*), pertemuan keempat evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak (setelah dua minggu pertama), kelima pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak dan mengakhiri kontrak perilaku (setelah dua minggu kedua), dan pertemuan keenam melakukan evaluasi dan mengakhiri konseling (*evaluation-termination*). Adapun proses penerapan teknik *behavioral contract* dalam mengatasi perilaku agresif verbal pada kanak-kanak akhir di Kelurahan Pabean adalah sebagai berikut:

---

<sup>1</sup> Bradley T. Erford, *40 Teknik yang Harus diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), h.415.

## 1. Klien R

### a) Pertemuan Pertama (Tahap *Assessment*)

Konseling pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Kamis, 20 Mei 2021, pukul 10.00 WIB, di rumah R. Pada pertemuan ini, konselor membangun hubungan baik (*rapport*) terlebih dahulu dengan klien. Tujuannya agar klien merasa nyaman, aman, dan dapat terbuka saat proses konseling berlangsung, sehingga dapat bekerja sama dalam menangani permasalahannya. Untuk membangun *rapport* konselor memberikan salam yang menyenangkan, menanyakan kabar, membuka dengan percakapan ringan terlebih dahulu, serta memberikan perhatian penuh terhadap klien. Selain itu, peneliti juga melakukan *attending* seperti bersikap ramah, wajah yang ceria, mudah tersenyum, duduk akrab berdekatan dengan klien, serta mendengarkan perkataan klien dengan baik hingga selesai.

Setelah suasananya menjadi lebih akrab, konselor melakukan *assessment* terhadap klien. Asesmen dilakukan untuk mengetahui atau menggali informasi mengenai

masalah klien. Konselor mencari tahu mengenai bentuk-bentuk perilaku agresif verbal yang dilakukan, kenapa melakukan perilaku tersebut, dan apa konsekuensi atau akibat dari perilakunya tersebut.

Klien R menceritakan bahwa bentuk-bentuk perilaku agresif verbal yang ia lakukan adalah berkata kasar atau kotor (seperti anjing atau asu, babi, monyet, setan, dan goblok) ketika temannya berkata seperti itu kepadanya, ketika ada yang mengganguya, ketika temannya tidak dapat bermain atau melakukan sesuatu dengan baik, berteriak ketika dalam keadaan marah atau kesal, berteriak ketika memanggil teman atau orang yang lebih tua, menghina fisik teman dan orang tua, serta menghina nama orang tua teman ketika dirinya dihina dan diganggu. R melakukan agresif verbal saat dalam keadaan marah, kesal, dan sakit hati. Akibat dari perilakunya tersebut orang tua R biasanya akan memarahinya, memukulnya, dan mencubitnya. Sedangkan temannya akan menjauhinya selama beberapa hari sampai keadaannya membaik.

Kemudian konselor melakukan analisis ABC. A adalah *Antecedent* (pencetus perilaku) misalnya R merasa kesal karena temannya tidak dapat bermain dengan baik, kemudian memunculkan perilaku B adalah *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan) yaitu R berkata kasar atau kotor kepada temannya dengan berkata goblok, dan menimbulkan C yaitu *Consequence* (konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut) seperti R akan dijauhi oleh temannya.

Setelah itu, konselor membuat kesepakatan dengan klien bahwa proses konseling ini akan dilakukan sebanyak enam kali pertemuan dan pelaksanaan konselingnya di rumah klien. Konseling pada pertemuan pertama ini diakhiri ketika konselor sudah mendapatkan informasi yang cukup mengenai masalah klien. Konselor menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan. Selanjutnya, konselor menentukan jadwal konseling untuk bertemu

kembali membahas *goal setting* pada pertemuan selanjutnya.<sup>2</sup>

b) Pertemuan Kedua (Tahap *Goal Setting*)

Untuk pertemuan kedua konseling dilaksanakan pada hari Selasa, 25 Mei 2021, pukul 09.45 WIB, di rumah R. Sebelum membahas *goal setting*, konselor mengulas kembali hasil konseling dari pertemuan sebelumnya mengenai analisis ABC terhadap masalah klien untuk mengingatkannya kembali. Setelah itu, konselor menjelaskan terlebih dahulu maksud dari *goal setting* kepada klien. Apabila klien sudah memahaminya, konselor meminta klien untuk mengungkapkan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling perilaku yang dilakukan ini. Klien R mengatakan bahwa ia ingin menjadi anak yang disenangi oleh banyak orang dan ingin menjadi anak yang baik dengan tidak melakukan agresi verbal lagi kepada orang-orang di sekitarnya. Kemudian, konselor meyakinkan klien

---

<sup>2</sup> R, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah R, 20 Mei 2021.

bahwa dirinya pasti dapat mencapai tujuan konseling yang telah ia tentukan.

Selanjutnya, proses konseling pada pertemuan kedua diakhiri. konselor menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan dan berharap R dapat mengurangi perilaku agresif verbalnya. Setelah itu, konselor membuat kesepakatan konseling dengan klien untuk pertemuan selanjutnya akan membahas implementasi teknik.<sup>3</sup>

c) Pertemuan Ketiga (Tahap *Technique Implementation*)

Pertemuan ketiga konseling dilaksanakan pada hari Minggu, 30 Mei 2021, pukul 10.00 WIB, di rumah R. Sebelum membahas mengenai teknik konseling yang akan dilakukan, konselor mengulas kembali hasil dari konseling pada pertemuan sebelumnya yaitu *goal setting*. Kemudian konselor menjelaskan teknik konseling yang akan digunakan untuk mengatasi atau mengurangi perilaku agresif verbal yang dilakukan oleh R adalah teknik *behavior contract* (kontrak perilaku), menjelaskan tujuan

---

<sup>3</sup> R, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah R, 25 Mei 2021.

serta manfaat dari teknik tersebut. Setelah klien memahaminya, konselor memberikan lembar kontrak perilaku kepada klien. yang harus diisi berdasarkan kesepakatan bersama. Konselor menjelaskan terlebih dahulu isi dari lembar kontrak perilaku tersebut.

Kemudian, konselor menentukan perilaku yang akan diubah dengan mengingatkan kembali klien mengenai analisis ABC yang telah dilakukan pada pertemuan pertama. Perilaku yang akan diatasi atau diubah adalah perilaku yang bermasalah yaitu berkata kasar atau kotor, berteriak, dan menghina. Konselor juga menentukan perilaku yang diharapkan yaitu tidak berkata kasar atau kotor, tidak berteriak, dan dapat menghargai. Setelah itu, menentukan hadiah (*reward*) yang akan diberikan ketika klien berhasil tidak melakukan agresif verbal lagi dan menentukan hukuman (*punishment*) yang akan diberikan ketika klien masih melakukan agresif verbal. R menginginkan hadiah berupa buku dan tempat pensil sedangkan untuk hukumannya R ingin agar uang jajannya



dipotong dan tidak main *handphone* selama 2 hari dan hal ini disepakati oleh orang tuanya. Kemudian konselor menentukan tanggal dimulainya kontrak yaitu 1 Juni 2021 dan berakhir pada tanggal 28 Juni 2021. Kontrak ini berlaku selama 4 minggu. Apabila semuanya sudah disepakati oleh semua orang yang terlibat dalam konseling, maka lembar kontrak perilaku ini diisi dan ditanda tangani. Konselor juga memberikan lembar kontrak perilaku yang berbentuk tabel dan harus diisi selama 4 minggu oleh klien.

Konselor menjelaskan bahwa untuk hadiah dan hukuman ini akan diberikan ketika konselor melakukan pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak setelah dua minggu pertama dan dua minggu kedua (pertemuan keempat dan kelima). Konselor mengakhiri konseling pada pertemuan ketiga, dan menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan. Selanjutnya, konselor menentukan jadwal konseling untuk pertemuan berikutnya.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> R, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah R, 30 Mei 2021.

d) Pertemuan Keempat (Pertemuan Evaluasi Untuk Memantau Kemajuan Kontrak)

Pada hari Selasa, 15 Juni 2021, konselor melakukan pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak setelah dua minggu sesuai yang telah disepakati bersama. Evaluasi ini dilakukan pukul 10.00 WIB di rumah R. Konselor menanyakan mengenai apakah klien sudah berhasil atau tidak untuk mengubah perilakunya yang bermasalah selama dua minggu ini. R menjelaskan bahwa selama dua minggu ini ia masih sering melakukan agresif verbal yaitu berkata kasar atau kotor ketika temannya tidak dapat bermain atau melakukan sesuatu dengan baik sebanyak 3 kali, berkata kasar atau kotor ketika temannya berkata kasar atau kotor kepadanya sebanyak 4 kali, berkata kasar atau kotor ketika diganggu sebanyak 3 kali, berteriak ketika memanggil teman dan orang yang lebih tua sebanyak 4 kali, berteriak saat dalam keadaan marah atau kesal sebanyak 4 kali, menghina fisik teman sebanyak 3 kali, menghina fisik orang tua sebanyak 2 kali, dan menghina

nama orang tua teman sebanyak 3 kali terdapat dalam lembar kontrak perilaku R.

Kemudian konselor memberikan motivasi kepada R, “R untuk mengubah sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan itu tidak mudah dan butuh waktu yang lama, tetapi apabila R memang bersungguh-sungguh ingin berubah dan ingin mencapai tujuan yang sudah R tentukan, pasti R bisa untuk tidak melakukan agresif verbal lagi dan saya percaya itu. Selain itu, R juga pasti tahu kalau perilaku tersebut tidak baik jadi jangan dilakukan lagi ya”.

Selanjutnya, konselor mengingatkan kembali mengenai hukuman yang telah disepakati. Karena R masih sering melakukan agresif verbal maka akan diberikan hukuman berupa pemotongan uang jajan dan tidak diperbolehkan untuk bermain *handphone* selama 2 hari. Setelah itu, konseling pada pertemuan ini diakhiri dan konselor membuat kesepakatan kembali dengan R untuk bertemu lagi setelah dua minggu.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> R, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah R, 15 Juni 2021.

e) Pertemuan Kelima (Pertemuan Evaluasi Untuk Memantau Kemajuan Kontrak dan Mengakhiri Kontrak Perilaku)

Pada hari Selasa, 29 Juni 2021, konselor melakukan pertemuan dengan R untuk mengevaluasi kembali terkait kemajuan dari kontrak perilaku yang telah disepakati serta dan mengakhiri kontrak perilaku jika sudah menunjukkan adanya perubahan. Pertemuan ini dilakukan di rumah R, pukul 09.00 WIB. Konselor menanyakan tentang perubahan perilaku yang telah dilakukan oleh klien selama dua minggu ini, apakah ada perubahan atau tidak ataukah masih sama saja dengan dua minggu pertama belum menunjukkan adanya perubahan juga.

R mengatakan bahwa ia masih melakukan agresif verbal tetapi tidak seperti dua minggu lalu. Pada dua minggu ini ia melakukan agresif verbal berupa berkata kasar atau kotor karena temannya berkata kasar atau kotor kepadanya 1 kali, berteriak saat dalam keadaan marah atau kesal 1 kali dan menghina fisik temannya sebanyak 2 kali karena temannya telah menghina dan mengganggunya. Hal

itu terdapat dalam lembar kontrak perilaku R. Akan tetapi karena R masih melakukan agresif verbal maka ia akan tetap diberikan hukuman yaitu pemotongan uang jajan dan tidak diperbolehkan main *handphone* selama 2 hari dan karena ia sudah berhasil menunjukkan adanya perubahan maka konselor memberikan hadiah kepada R berupa tempat pensil sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat.

Setelah itu, konselor mengakhiri kontrak perilaku yang sudah disepakati yaitu selama empat minggu karena R sudah menunjukkan adanya perubahan. Kemudian, konselor menjelaskan pada R bahwa ia harus bisa mempertahankan perubahan perilaku tersebut dan tidak boleh melakukan agresif verbal lagi. Selanjutnya, konselor mengakhiri konseling pada pertemuan kelima ini dan membuat kesepakatan dengan klien untuk bertemu lagi nanti melakukan pertemuan konseling yang terakhir.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> R, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah R, 29 Juni 2021.

f) Pertemuan Keenam (Tahap *Evaluation-Termination*)

Pertemuan keenam konseling dilakukan pada hari Jumat, 2 Juli 2021, pukul 08.30 WIB, di rumah R. Pertemuan ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas konselor dan teknik yang digunakan dalam konseling dalam menangani perilaku klien yang bermasalah yaitu perilaku agresif verbal, serta untuk melihat kemajuan perubahan perilaku klien selama empat minggu. Setelah dilakukan kontrak perilaku selama empat minggu, R sudah menunjukkan adanya perubahan terutama dalam dua minggu terakhir sangat terlihat sekali perubahannya. Perilaku agresif verbal seperti berkata kasar atau kotor, menghina, dan berteriak yang sering R lakukan telah berkurang.

Setelah itu, konselor mengakhiri proses konseling ini karena klien sudah menunjukkan adanya perubahan perilaku sesuai dengan waktu kontrak yang telah disepakati. konselor berharap R dapat benar-benar menghapus perilaku agresif verbal yang sering ia lakukan terhadap orang-orang

di sekitarnya. Konselor juga memberikan pujian dan semangat kepada klien serta mengingatkan R bahwa adanya *reward* dan *punishment* yang diberikan itu hanya semata-mata untuk memotivasi R agar dapat mengubah perilakunya yang bermasalah dan membuatnya untuk lebih berhati-hati dalam berperilaku. Kemudian, konselor mengucapkan banyak terima kasih terhadap klien karena sudah bekerja sama dengan baik selama pelaksanaan konseling sehingga dapat berjalan dengan lancar.<sup>7</sup>

## 2. Klien ANH

### a) Pertemuan Pertama (Tahap *Assessment*)

Pada pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Jumat, 21 Mei 2021, pukul 10.00 WIB, di rumah ANH. Pada pertemuan ini, konselor membangun hubungan baik (*rapport*) terlebih dahulu dengan klien. Tujuannya agar klien merasa nyaman, aman, dan dapat terbuka saat proses konseling berlangsung, sehingga dapat bekerja sama dalam menangani permasalahannya. ANH ini orangnya pemalu

---

<sup>7</sup> R, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah R, 2 Juli 2021.

dan pendiam. Ia tidak akan banyak berbicara dengan orang yang belum kenal dekat dengannya. Oleh karena itu, konselor membangun *rapport* dengan memberikan salam yang menyenangkan, menanyakan kabar, membuka dengan percakapan ringan terlebih dahulu, serta memberikan perhatian penuh terhadap klien. Selain itu, konselor juga bersikap ramah, wajah yang ceria, mudah tersenyum, duduk akrab berdekatan dengan klien, serta mendengarkan perkataan klien dengan baik hingga selesai (*perilaku attending*).

Setelah suasananya menjadi lebih akrab dan klien sudah merasa nyaman, konselor melakukan *assessment* terhadap klien. Asesmen dilakukan untuk mengetahui atau menggali informasi mengenai masalah klien. Konselor mencari tahu mengenai bentuk-bentuk perilaku agresif verbal yang dilakukan apa saja, kenapa melakukan perilaku tersebut, dan apa konsekuensi atau akibat dari perilakunya.

ANH menceritakan bahwa bentuk-bentuk perilaku agresif verbal yang sering dilakukan adalah berkata kasar



atau kotor (seperti anjing, monyet, dan setan) ketika temannya berkata kasar atau kotor kepadanya dan ketika ada yang menganggunya, berteriak ketika dalam keadaan marah atau kesal, membantah ketika diperintah, serta menghina fisik teman dan menghina nama orang tua teman. ANH melakukan agresif verbal ketika ia dalam keadaan kesal, marah, dan sakit hati. Karena perilakunya tersebut orang tua ANH memarahinya, memukulnya, menjewer telinganya, dan menyiramnya dengan air. ANH juga mengatakan apabila itu tidak membuatnya jera orang tuanya akan mendiamkannya dengan tidak bicara apapun sampai ia meminta maaf dan berjanji tidak akan seperti itu lagi. Sedangkan temannya akan menjauhinya dan marah-marah kepadanya.

Kemudian konselor melakukan analisis ABC. A adalah *Antecedent* (pencetus perilaku) misalnya ANH merasa kesal ketika meminta sesuatu tetapi tidak langsung dituruti oleh orang tuanya, kemudian memunculkan perilaku B adalah *Behavior* (perilaku yang

dipermasalahkan) yaitu ANH akan berteriak-teriak kepada orang tuanya agar keinginannya dituruti, dan menimbulkan C yaitu *Consequence* (konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut) seperti orang tua ANH akan memukulnya dan memarahinya.

Setelah itu, konselor membuat kesepakatan dengan klien bahwa proses konseling ini akan dilakukan sebanyak enam kali pertemuan dan pelaksanaan konselingnya di rumah klien. Konseling pada pertemuan pertama ini diakhiri ketika konselor sudah mendapatkan informasi yang cukup mengenai masalah klien. Konselor menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan dan menentukan jadwal konseling untuk bertemu kembali membahas *goal setting* pada pertemuan kedua.<sup>8</sup>

b) Pertemuan Kedua (Tahap *Goal Setting*)

Untuk pertemuan kedua konseling dilaksanakan pada hari Rabu, 26 Mei 2021, pukul 16.00 WIB, di rumah ANH. Sebelum membahas *goal setting*, konselor mengulas

---

<sup>8</sup> ANH, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah ANH, 21 Mei 2021.

kembali hasil konseling dari pertemuan sebelumnya mengenai analisis ABC terhadap masalah klien untuk mengingatkannya kembali. Setelah itu, konselor menjelaskan terlebih dahulu maksud dari *goal setting* kepada klien. Apabila klien sudah memahaminya, konselor meminta klien untuk mengungkapkan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling perilaku yang dilakukan ini. ANH mengatakan bahwa ia ingin membuat orang tuanya merasa bangga dan senang karena ia tidak berkata kasar atau kotor, tidak berteriak, patuh, dan menghargai. Kemudian, konselor meyakinkan klien bahwa dirinya pasti dapat mencapai tujuan konseling yang telah ditentukan.

Selanjutnya, proses konseling pada pertemuan kedua diakhiri. Konselor menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan dan berharap ANH dapat mengurangi perilaku agresif verbalnya. Setelah itu, konselor membuat kesepakatan konseling dengan klien

untuk pertemuan selanjutnya akan membahas implementasi teknik.<sup>9</sup>

c) Pertemuan Ketiga (Tahap *Technique Implementation*)

Konseling pertemuan ketiga dilaksanakan pada hari Senin, 31 Mei 2021, pukul 10.00 WIB, di rumah ANH. Sebelum membahas mengenai teknik konseling yang akan dilakukan, konselor mengulas kembali hasil dari konseling pada pertemuan sebelumnya yaitu *goal setting*. Kemudian konselor menjelaskan teknik konseling yang akan digunakan untuk mengatasi atau mengurangi perilaku agresif verbal yang dilakukan oleh ANH adalah teknik *behavior contract* (kontrak perilaku), menjelaskan tujuan serta manfaat dari teknik tersebut. Setelah klien memahaminya, konselor memberikan lembar kontrak perilaku kepada klien yang harus diisi atas kesepakatan bersama. Konselor menjelaskan terlebih dahulu isi dari lembar kontrak perilaku tersebut.

---

<sup>9</sup> ANH, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah ANH, 26 Mei 2021.

Kemudian, konselor menentukan tingkah laku yang akan diubah dengan mengingatkan kembali klien mengenai analisis ABC yang telah dilakukan pada pertemuan pertama. Perilaku yang akan diatasi atau diubah adalah perilaku yang bermasalah yaitu berkata kasar atau kotor, berteriak, membantah, dan menghina. konselor juga menentukan perilaku yang diharapkan yaitu tidak berkata kasar atau kotor, tidak berteriak, menurut atau patuh, dan menghargai. Setelah itu, menentukan hadiah (*reward*) yang akan diberikan ketika klien berhasil tidak melakukan agresif verbal lagi dan menentukan hukuman (*punishment*) yang akan diberikan ketika klien masih melakukan agresif verbal. ANH menginginkan hadiah berupa buku dan *top-up games online*. Sedangkan untuk hukumannya ANH berjanji tidak akan main *handphone* dan uang jajannya dipotong selama 2 hari dan orang tua ANH sangat setuju dengan hal itu. Kemudian konselor menentukan tanggal dimulainya kontrak yaitu 1 Juni 2021 dan berakhir pada tanggal 28 Juni 2021. Kontrak ini berlaku selama 4 minggu. Apabila

semuanya sudah disepakati oleh semua orang yang terlibat dalam konseling, maka lembar kontrak perilaku ini diisi dan ditanda tangani. Konselor juga memberikan lembar kontrak perilaku yang berbentuk tabel dan harus diisi selama 4 minggu oleh klien.

Konselor menjelaskan bahwa untuk hadiah dan hukuman ini akan diberikan pada pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak setelah dua minggu pertama dan dua minggu kedua (pertemuan keempat dan kelima). Konselor mengakhiri konseling pada pertemuan ketiga, dan menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan. Selanjutnya, konselor menentukan jadwal konseling untuk pertemuan berikutnya.<sup>10</sup>

d) Pertemuan Keempat (Pertemuan Evaluasi Untuk Memantau Kemajuan Kontrak)

Pada hari Selasa, 15 Juni 2021, konselor melakukan pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak setelah dua minggu sesuai yang telah disepakati

---

<sup>10</sup> ANH, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah ANH, 31 Mei 2021.

bersama. Evaluasi ini dilakukan pukul 17.00 WIB, di rumah ANH. Konselor menanyakan mengenai apakah klien sudah berhasil atau tidak untuk mengubah perilakunya yang bermasalah selama dua minggu ini. ANH menjelaskan bahwa selama dua minggu ini ia masih melakukan agresif verbal yaitu berkata kasar atau kotor ketika temannya berkata kasar atau kotor kepadanya sebanyak 3 kali, berkata kasar atau kotor karena telah diganggu sebanyak 3 kali, berteriak saat dalam keadaan marah dan kesal sebanyak 3 kali, dan menghina fisik teman sebanyak 2 kali, menghina nama orang tua teman 1 kali. Sedangkan ANH berhasil untuk tidak membantah perintah dari orang tua maupun kakaknya selama dua minggu dan terdapat dalam lembar kontrak perilaku ANH. ANH juga mengatakan bahwa ia melakukan agresif verbal ketika ia dalam keadaan marah, kesal, dan sakit hati.

Kemudian, konselor memberikan pujian dan motivasi kepada ANH, “Bagus sekali ANH dalam dua minggu pertama ini kamu sudah menunjukkan adanya

perubahan perilaku dan kamu berhasil untuk tidak membantah perintah dari orang tua maupun kakak. Saya sangat senang dengan perubahan ini tolong dipertahankan ya ANH. Saya yakin perlahan-lahan kamu juga bisa merubahnya yang penting ANH bersungguh-sungguh untuk berubah”.

Selanjutnya, konselor mengingatkan kembali mengenai hukuman yang telah disepakati berupa pemotongan uang jajan dan tidak boleh main *handphone* selama 2 hari karena ANH masih melakukan agresif verbal. Selain itu, karena ANH berhasil menunjukkan perubahan yang cukup baik dengan tidak membantah selama dua minggu, maka konselor memberikan hadiah berupa buku tulis kepada ANH. Setelah itu, konseling pada pertemuan ini diakhiri dan konselor membuat kesepakatan kembali dengan ANH untuk bertemu lagi setelah dua minggu.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> ANH, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah ANH, 15 Juni 2021.



e) Pertemuan Kelima (Pertemuan Evaluasi Untuk Memantau Kemajuan Kontrak dan Mengakhiri Kontrak Perilaku)

Pada hari Selasa, 29 Juni 2021, konselor melakukan pertemuan dengan ANH untuk mengevaluasi kembali terkait kemajuan dari kontrak perilaku yang telah disepakati dan mengakhiri kontrak perilaku apabila klien sudah menunjukkan adanya perubahan. Pertemuan ini dilakukan di rumah ANH, pukul 16.30 WIB. Konselor menanyakan tentang perubahan perilaku yang telah dilakukan oleh klien selama dua minggu ini, apakah ada perubahan atau tidak, ataukah masih sama saja dengan dua minggu pertama belum menunjukkan adanya perubahan juga.

ANH menjelaskan bahwa selama dua minggu ini ia hanya melakukan agresif verbal berupa berteriak sebanyak 2 kali kepada orang tua dan kakaknya, karena ANH merasa marah dan kesal keinginannya tidak langsung dipenuhi oleh orang tuanya dan kakaknya mengganguya. ANH juga berkata kasar atau kotor 1 kali ketika temannya

mengganggunya saat sedang bermain *games online*. Dalam dua minggu ini ANH tidak menghina dan membantah, hal ini terdapat dalam lembar kontrak perilaku ANH. ANH membuktikan bahwa ia bisa berubah menjadi anak yang baik. Dengan adanya perubahan tersebut, konselor memberikan hadiah berupa *top-up games* dan karena ia masih melakukan agresif verbal berupa berkata kasar atau kotor dan berteriak, maka konselor memberikan hukuman berupa pemotongan uang jajan serta tidak diperbolehkan main *handphone* selama dua hari sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat.

Setelah itu, konselor mengakhiri kontrak perilaku yang sudah disepakati yaitu selama empat minggu karena ANH sudah menunjukkan adanya perubahan. Selanjutnya, konselor menjelaskan pada ANH bahwa ia harus bisa mempertahankan perubahan perilaku tersebut dan tidak boleh melakukan agresif verbal lagi. Konselor mengakhiri konseling pada pertemuan kelima ini dan membuat

kesepakatan dengan klien untuk bertemu lagi nanti melakukan pertemuan konseling yang terakhir.<sup>12</sup>

f) Pertemuan Keenam (Tahap *Evaluation-Termination*)

Pertemuan keenam konseling dilakukan pada hari Jumat, 2 Juli 2021, pukul 16.30 WIB, di rumah ANH. Pertemuan ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas konselor dan teknik yang digunakan dalam konseling dalam menangani perilaku klien yang bermasalah yaitu perilaku agresif verbal, serta untuk melihat kemajuan perubahan perilaku klien selama empat minggu. Setelah dilakukan kontrak perilaku selama empat minggu, ANH sudah menunjukkan adanya perubahan perilaku. Perilaku agresif verbal seperti berkata kasar atau kotor, menghina, membantah, serta berteriak yang sering ia lakukan terhadap orang-orang di sekitarnya telah berkurang.

Setelah itu, konselor mengakhiri proses konseling ini karena klien sudah menunjukkan adanya perubahan perilaku sesuai dengan waktu kontrak yang telah disepakati.

---

<sup>12</sup> ANH, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah ANH, 29 Juni 2021.

Konselor berharap ANH dapat benar-benar menghapus perilaku agresif verbal yang sering ia lakukan terhadap orang-orang di sekitarnya. Konselor juga memberikan pujian dan semangat kepada klien serta mengingatkan ANH bahwa adanya *reward* dan *punishment* yang diberikan itu hanya semata-mata untuk memotivasi responden agar dapat mengubah perilakunya yang bermasalah dan membuat ANH untuk lebih berhati-hati dalam berperilaku. Kemudian, konselor mengucapkan banyak terima kasih terhadap klien karena sudah bekerja sama dengan baik selama pelaksanaan konseling sehingga dapat berjalan dengan lancar.<sup>13</sup>

### 3. Klien DA

#### a) Pertemuan Pertama (Tahap *Assessment*)

Proses konseling pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Jumat, 21 Mei 2021, pukul 16.30 WIB, di rumah DA. Pada pertemuan ini, konselor membangun hubungan baik (*rapport*) terlebih dahulu dengan klien. Tujuannya

---

<sup>13</sup> ANH, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah ANH, 2 Juli 2021.

agar klien merasa nyaman, aman, dan dapat terbuka saat proses konseling berlangsung, sehingga dapat bekerja sama dalam menangani permasalahannya. Konselor membangun *rapport* dengan memberikan salam yang menyenangkan, menanyakan kabar, membuka dengan percakapan ringan terlebih dahulu, serta memberikan perhatian penuh terhadap klien. Konselor juga melakukan *attending* seperti bersikap ramah, wajah yang ceria, mudah tersenyum, duduk akrab berdekatan dengan responden, serta mendengarkan perkataan klien dengan baik hingga selesai.

Setelah suasananya menjadi lebih akrab dan klien sudah merasa nyaman, konselor melakukan *assessment* terhadap klien. Asesmen dilakukan untuk mengetahui atau menggali informasi mengenai masalah klien. Konselor menanyakan terkait bentuk-bentuk perilaku agresif verbal yang dilakukan apa saja, kenapa melakukan perilaku tersebut, dan apa konsekuensi atau akibat dari perilakunya.

DA menceritakan bahwa bentuk-bentuk perilaku agresif verbal yang sering ia lakukan adalah berkata kasar

atau kotor (seperti anjing atau asu, babi, monyet, goblok atau tolol, dan *fuck*) ketika temannya berkata kasar atau kotor kepadanya, ketika temannya tidak dapat bermain atau melakukan sesuatu dengan baik, ketika ada yang mengganggunya, selalu berteriak ketika meminta tolong, berteriak ketika memanggil teman atau orang yang lebih tua, berteriak ketika dalam keadaan marah atau kesal, membantah ketika diperintah, menghina fisik teman dan orang tua, serta menghina nama orang tua teman. DA mengatakan bahwa ia melakukan agresif verbal ketika dalam keadaan kesal, marah, sakit hati, serta agar temannya tidak dapat mengganggunya lagi. Akibat perilakunya tersebut orang tua DA memarahinya, memukulnya, dan menjewer telinganya. Sedangkan temannya tidak ingin berteman dengannya lagi, bertengkar, dan marah-marah kepada DA.

Kemudian, konselor melakukan analisis ABC. A adalah *Antecedent* (pencetus perilaku) misalnya ketika orang tua DA meminta tolong kepadanya dan DA sedang

bermain *games online* bersama temannya pasti ia tidak akan mau, sehingga memunculkan perilaku B adalah *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan) yaitu membantah dan menimbulkan C yaitu *Consequence* (konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut) seperti orang tuanya akan memarahi dan mencubitnya.

Setelah itu, konselor membuat kesepakatan dengan klien bahwa proses konseling ini akan dilakukan sebanyak enam kali pertemuan dan pelaksanaan konselingnya di rumah klien.. Konseling pada pertemuan pertama ini diakhiri apabila konselor sudah mendapatkan informasi yang cukup mengenai masalah klien. Selanjutnya, konselor menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan pada pertemuan pertama dan membuat kesepakatan untuk bertemu kembali membahas *goal setting* pada pertemuan selanjutnya.<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> DA, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah DA, 21 Mei 2021.

b) Pertemuan Kedua (Tahap *Goal Setting*)

Untuk pertemuan kedua konseling dilaksanakan pada hari Rabu, 26 Mei 2021, pukul 17.00 WIB, di rumah DA. Sebelum membahas *goal setting*, klien mengulas kembali hasil konseling dari pertemuan sebelumnya mengenai analisis ABC terhadap masalah klien untuk mengingatkannya kembali. Setelah itu, klien menjelaskan terlebih dahulu maksud dari *goal setting*. Apabila klien sudah memahaminya, konselor meminta klien untuk mengungkapkan apa yang menjadi tujuannya dalam konseling perilaku yang dilakukan ini. DA mengatakan bahwa ia ingin menjadi anak yang mempunyai perilaku baik terhadap semua orang dengan merubah kebiasaannya yang sering berkata kasar atau kotor, berteriak, membantah, dan menghina. Kemudian, konselor meyakinkan DA dirinya pasti dapat mencapai tujuan konseling yang telah ia tentukan.

Selanjutnya, proses konseling pada pertemuan kedua diakhiri. Konselor menyimpulkan hasil dari



konseling yang telah dilakukan dan berharap DA dapat mengurangi perilaku agresif verbalnya. Setelah itu, konselor membuat kesepakatan konseling dengan klien DA untuk pertemuan selanjutnya akan membahas implementasi teknik.<sup>15</sup>

c) Pertemuan Ketiga (Tahap *Technique Implementation*)

Konseling pertemuan ketiga dilaksanakan pada hari Senin, 31 Mei 2021, pukul 11.00 WIB, di rumah DA. Sebelum membahas mengenai teknik konseling yang akan dilakukan, konselor mengulas kembali hasil dari konseling pada pertemuan sebelumnya yaitu *goal setting*. Kemudian konselor menjelaskan teknik konseling yang akan digunakan untuk mengatasi atau mengurangi perilaku agresif verbal yang sering dilakukan oleh DA adalah teknik *behavior contract* (kontrak perilaku), menjelaskan tujuan serta manfaat dari teknik tersebut. Setelah klien memahaminya, konselor memberikan lembar kontrak perilaku kepada klien yang harus diisi atas kesepakatan

---

<sup>15</sup> DA, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah DA, 26 Mei 2021.

bersama. Konselor menjelaskan terlebih dahulu isi dari lembar kontrak perilaku tersebut.

Kemudian, konselor menentukan tingkah laku yang akan diubah dengan mengingatkan kembali klien mengenai analisis ABC yang telah dilakukan pada pertemuan pertama. Perilaku yang akan diatasi atau diubah adalah perilaku yang bermasalah yaitu berkata kasar atau kotor, berteriak, membantah, dan menghina. Konselor juga menentukan perilaku yang diharapkan yaitu tidak berkata kasar atau kotor, tidak berteriak, menurut atau patuh, dan menghargai. Setelah itu, menentukan hadiah (*reward*) yang akan diberikan ketika klien berhasil tidak melakukan agresif verbal lagi dan menentukan hukuman (*punishment*) yang akan diberikan ketika klien masih melakukan agresif verbal. DA menginginkan hadiah berupa buku dan *top-up games online* sedangkan untuk hukumannya DA berjanji tidak akan main *handphone* selama 2 hari. Selanjutnya, konselor menentukan tanggal dimulainya kontrak yaitu 1 Juni 2021 dan berakhir pada tanggal 28 Juni 2021. Kontrak

ini berlaku selama 4 minggu. Apabila semuanya sudah disepakati oleh semua orang yang terlibat dalam konseling, maka lembar kontrak perilaku ini diisi dan ditanda tangani. Konselor juga memberikan lembar kontrak perilaku yang berbentuk tabel dan harus diisi selama 4 minggu oleh klien.

Konselor menjelaskan bahwa untuk hadiah dan hukuman ini akan diberikan pada pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak setelah dua minggu pertama dan dua minggu kedua (pertemuan keempat dan kelima). Konselor mengakhiri konseling pada pertemuan ketiga dan menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan. Selanjutnya, konselor menentukan jadwal konseling untuk pertemuan berikutnya.<sup>16</sup>

d) Pertemuan Keempat (Pertemuan Evaluasi Untuk Memantau Kemajuan Kontrak)

Pada hari Selasa, 15 Juni 2021, konselor melakukan pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak yang telah disepakati bersama setelah berlangsung

---

<sup>16</sup> DA, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah DA, 31 Mei 2021.

selama dua minggu. Evaluasi ini dilakukan pukul 16.00 WIB, di rumah DA. Konselor menanyakan mengenai apakah klien sudah berhasil atau tidak untuk mengubah perilakunya yang bermasalah selama dua minggu ini. DA menjelaskan bahwa selama dua minggu ini ia masih sering melakukan agresif verbal seperti berkata kasar atau kotor ketika temannya tidak dapat bermain dengan baik atau melakukan sesuatu dengan baik 3 kali, berkata kasar atau kotor ketika temannya berkata kasar atau kotor kepadanya 4 kali, dan berkata kasar atau kotor ketika diganggu 2 kali, berteriak saat memanggil teman dan orang yang lebih tua 3 kali, berteriak saat meminta tolong 3 kali, berteriak saat dalam keadaan marah atau kesal sebanyak 4 kali, membantah ketika diperintah sebanyak 2 kali, menghina fisik teman 2 kali, menghina fisik orang tua teman 1 kali, dan menghina nama orang tua teman 2 kali yang terdapat dalam lembar kontrak perilaku DA. DA juga mengatakan bahwa ia melakukan agresif verbal ketika dalam keadaan marah, kesal, sakit hati, dan apabila DA tidak membalasnya

dengan melakukan agresif verbal nanti temannya akan selalu menganggunya.

Kemudian, konselor memberikan nasihat dan motivasi kepada DA, “DA untuk mengubah sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan itu memang tidaklah mudah, semuanya butuh waktu serta niat yang sungguh-sungguh untuk berubah. Saya yakin sekali kalau kamu pasti bisa menjadi anak yang baik dengan tidak melakukan perilaku agresif verbal lagi. Selain itu, kamu juga harus bisa mengontrol emosi dan tidak boleh mempunyai pemikiran kalau tidak dibales nanti temen kamu akan terus menganggunu, itu tidaklah benar DA hilangkan pemikiran seperti itu ya”.

Selanjutnya, konselor mengingatkan kembali mengenai hukuman yang telah disepakati, karena DA tidak berhasil maka hukumannya adalah tidak diperbolehkan untuk main *handphone* selama 2 hari. Setelah itu, konseling pada pertemuan ini diakhiri dan konselor membuat

kesepakatan kembali dengan DA untuk bertemu lagi setelah dua minggu.<sup>17</sup>

e) Pertemuan Kelima (Pertemuan Evaluasi Untuk Memantau Kemajuan Kontrak dan Mengakhiri Kontrak Perilaku)

Pada hari Selasa, 29 Juni 2021, konselor melakukan pertemuan dengan DA untuk mengevaluasi kembali terkait kemajuan dari kontrak perilaku yang telah disepakati dan mengakhiri kontrak perilaku apabila klien sudah menunjukkan adanya perubahan. Pertemuan ini dilakukan di rumah DA, pukul 10.00 WIB. Konselor menanyakan tentang perubahan perilaku yang telah dilakukan oleh klien selama dua minggu ini, apakah ada perubahan atau tidak, ataukah masih sama saja dengan dua minggu pertama belum menunjukkan adanya perubahan juga.

DA menjelaskan bahwa dalam dua minggu ini ia tidak melakukan agresif verbal sesering dua minggu lalu. Ia melakukan agresif verbal berupa berkata kasar atau kotor

---

<sup>17</sup> DA, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah DA, 15 Juni 2021.

ketika temannya berkata kasar atau kotor kepadanya 1 kali, berteriak ketika memanggil teman 1 kali, berteriak ketika meminta tolong 1 kali, dan membantah 1 kali. Sedangkan menghina, DA berhasil tidak melakukannya selama dua minggu ini, terdapat dalam lembar kontrak perilaku DA. Akan tetapi karena ia masih melakukan agresif verbal maka ia akan tetap diberikan hukuman yaitu tidak diperbolehkan main *handphone* selama 2 hari dan karena ia sudah berhasil menunjukkan adanya perubahan maka konselor memberikan hadiah kepada DA berupa buku tulis.

Setelah itu, konselor mengakhiri kontrak perilaku yang sudah disepakati yaitu selama empat minggu, karena DA sudah menunjukkan adanya perubahan. Konselor juga menjelaskan pada DA bahwa ia harus bisa mempertahankan perubahan perilaku tersebut dan tidak boleh melakukan agresif verbal lagi. Selanjutnya, konselor mengakhiri konseling pada pertemuan kelima dan membuat

kesepakatan dengan klien untuk bertemu lagi nanti melakukan pertemuan konseling yang terakhir.<sup>18</sup>

f) Pertemuan Keenam (Tahap *Evaluation-Termination*)

Pertemuan keenam konseling dilakukan pada hari Jumat, 2 Juli 2021, pukul 09.30 WIB, di rumah DA. Pertemuan ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas konselor dan teknik yang digunakan dalam konseling dalam menangani perilaku klien yang bermasalah yaitu perilaku agresif verbal, serta untuk melihat kemajuan perubahan perilaku klien selama empat minggu. Setelah dilakukan kontrak perilaku selama empat minggu, DA sudah menunjukkan adanya perubahan terutama dalam dua minggu terakhir sangat terlihat sekali perubahannya. DA sudah mulai terbiasa untuk tidak melakukan agresif verbal, seperti berkata kasar atau kotor, berteriak, membantah, dan menghina.

Setelah itu, konselor mengakhiri proses konseling ini karena klien sudah menunjukkan adanya perubahan

---

<sup>18</sup> DA, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah DA, 29 Juni 2021.



perilaku sesuai dengan waktu kontrak yang telah disepakati. Konselor berharap DA dapat benar-benar menghapus perilaku agresif verbal yang sering ia lakukan terhadap orang-orang di sekitarnya. Konselor juga memberikan pujian dan semangat kepada klien serta mengingatkan DA bahwa adanya *reward* dan *punishment* yang diberikan itu hanya semata-mata untuk memotivasi klien agar dapat mengubah perilakunya yang bermasalah dan untuk membuat klien agar lebih berhati-hati dalam berperilaku. Kemudian, konselor mengucapkan banyak terima kasih terhadap klien karena sudah bekerja sama dengan baik selama pelaksanaan konseling sehingga dapat berjalan dengan lancar.<sup>19</sup>

#### 4. Klien SNS

##### a) Pertemuan Pertama (Tahap *Assessment*)

Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Kamis, 20 Mei 2021, pukul 11.00 WIB, di rumah SNS. Dalam pelaksanaan konseling, konselor membangun hubungan

---

<sup>19</sup> DA, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah DA, 2 Juli 2021.

baik (*rapport*) terlebih dahulu dengan klien. Tujuannya agar klien merasa nyaman, aman, dan dapat terbuka saat proses konseling berlangsung, sehingga dapat bekerja sama dalam menangani permasalahannya. Konselor membangun *rapport* dengan memberikan salam yang menyenangkan, menanyakan kabar, membuka dengan percakapan ringan terlebih dahulu, serta memberikan perhatian penuh terhadap klien. Selain itu, konselor juga melakukan *attending* seperti bersikap ramah, menunjukkan wajah yang ceria, mudah tersenyum, duduk akrab berdekatan dengan klien, serta mendengarkan perkataan klien dengan baik hingga selesai.

Setelah suasananya menjadi lebih akrab dan klien sudah merasa nyaman, peneliti melakukan *assessment* terhadap klien. Asesmen dilakukan untuk mengetahui atau menggali informasi mengenai masalah klien. Konselor menanyakan mengenai bentuk-bentuk perilaku agresif verbal yang sering dilakukan apa saja, kenapa melakukan perilaku tersebut, dan apa konsekuensi atau akibat dari perilakunya.

SNS menceritakan bahwa bentuk-bentuk perilaku agresif verbal yang sering ia lakukan adalah berkata kasar atau kotor (seperti anjing, babi, monyet, setan, tolol, dan *fuck*) ketika temannya berkata kotor atau kasar kepadanya, ketika temannya tidak dapat bermain atau melakukan sesuatu dengan baik, dan ketika ada yang mengganggunya, berteriak ketika memanggil teman atau orang yang lebih tua, berteriak ketika dalam keadaan marah atau kesal, menghina fisik teman dan orang tua, serta menghina nama orang tua teman. SNS mengatakan bahwa ia melakukan agresif verbal ketika dalam keadaan kesal, marah, sakit hati, dan karena ia tidak ingin dianggap sebagai anak yang penakut. Akibat perilakunya tersebut orang tua SNS biasanya memarahinya, mencubitnya, dan memukulnya. Sedangkan temannya akan menjauhinya selama beberapa hari.

Kemudian, konselor melakukan analisis ABC. A adalah *Antecedent* (pencetus perilaku) misalnya SNS merasa kesal dan sakit hati ketika temannya menghina

dirinya dengan menyebutnya hitam, kemudian memunculkan perilaku B adalah *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan) yaitu SNS akan menghina kembali dengan menyebut temannya gendut, dan menimbulkan C yaitu *Consequence* (konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut) yaitu teman SNS tidak ingin berteman lagi dengan dirinya.

Setelah itu, konselor membuat kesepakatan dengan klien bahwa proses konseling ini akan dilakukan sebanyak enam kali pertemuan dan pelaksanaan konselingnya di rumah klien. Konseling pada pertemuan pertama ini diakhiri ketika konselor sudah mendapatkan informasi yang cukup mengenai masalah klien dan konselor menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan pada pertemuan pertama. Selanjutnya, konselor membuat kesepakatan untuk bertemu kembali membahas *goal setting* pada pertemuan kedua.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> SNS, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah SNS, 20 Mei 2021.

b) Pertemuan Kedua (Tahap *Goal Setting*)

Untuk pertemuan kedua konseling dilaksanakan pada hari Selasa, 25 Mei 2021, pukul 10.45 WIB, di rumah SNS. Sebelum membahas *goal setting*, konselor mengulas kembali hasil konseling dari pertemuan sebelumnya mengenai analisis ABC terhadap masalah klien untuk mengingatkannya kembali. Setelah itu, konselor menjelaskan terlebih dahulu maksud dari *goal setting* kepada klien. Apabila klien sudah memahaminya, konselor meminta SNS untuk mengungkapkan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling perilaku yang dilakukan ini. SNS mengatakan bahwa ia ingin mengubah perilakunya yang sering melakukan agresif verbal sehingga ia dapat selalu berhubungan baik dengan orang-orang disekitarnya yaitu keluarga dan teman-teman. Karena dijauhi oleh teman selama beberapa hari itu tidak enak merasa kesepian. Kemudian, konselor meyakinkan klien bahwa dirinya pasti dapat mencapai tujuan konseling yang telah ia ditentukan.

Selanjutnya, proses konseling pada pertemuan kedua diakhiri. Konselor menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan dan berharap SNS dapat mengurangi perilaku agresif verbalnya. Setelah itu, konselor membuat kesepakatan dengan klien untuk pertemuan konseling selanjutnya akan membahas implementasi teknik.<sup>21</sup>

c) Pertemuan Ketiga (Tahap *Technique Implementation*)

Konseling pertemuan ketiga dilaksanakan pada hari Minggu, 30 Mei 2021, pukul 11.00 WIB, di rumah SNS. Sebelum membahas mengenai teknik konseling yang akan dilakukan, peneliti mengulas kembali hasil dari konseling pada pertemuan sebelumnya yaitu *goal setting*. Kemudian, konselor menjelaskan teknik konseling yang akan digunakan untuk mengatasi atau mengurangi perilaku agresif verbal yang dilakukan oleh SNS adalah teknik *behavior contract* (kontrak perilaku), menjelaskan tujuan serta manfaat dari teknik tersebut. Setelah klien

---

<sup>21</sup> SNS, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah SNS, 25 Mei 2021.

memahaminya, konselor memberikan lembar kontrak perilaku kepada klien yang harus diisi atas kesepakatan bersama. Konselor menjelaskan terlebih dahulu isi dari lembar kontrak perilaku tersebut.

Kemudian, konselor menentukan tingkah laku yang akan diubah dengan mengingatkan kembali klien mengenai analisis ABC yang telah dilakukan pada pertemuan pertama. Perilaku yang akan diatasi atau diubah adalah perilaku yang bermasalah yaitu berkata kasar atau kotor, berteriak, dan menghina. Setelah itu, menentukan hadiah (*reward*) yang akan diberikan ketika klien berhasil tidak melakukan agresif verbal lagi dan menentukan hukuman (*punishment*) yang akan diberikan ketika klien masih melakukan agresif verbal. SNS menginginkan hadiah berupa buku dan tempat pensil sedangkan untuk hukumannya SNS tidak akan main *handphone* selama 2 hari. Selanjutnya, konselor menentukan tanggal dimulainya kontrak yaitu 1 Juni 2021 dan berakhir pada tanggal 28 Juni 2021. Kontrak ini berlaku selama 4 minggu. Apabila

semuanya sudah disepakati oleh semua orang yang terlibat dalam konseling, maka lembar kontrak perilaku ini diisi dan ditanda tangani. Konselor juga memberikan lembar kontrak perilaku yang berbentuk tabel dan harus diisi selama 4 minggu oleh klien.

Konselor menjelaskan bahwa untuk hadiah dan hukuman ini akan diberikan pada pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak setelah dua minggu pertama dan dua minggu kedua (pertemuan keempat dan kelima). Konselor mengakhiri konseling pada pertemuan ketiga, dan menyimpulkan hasil dari konseling yang telah dilakukan. Selanjutnya, konselor menentukan jadwal konseling untuk pertemuan berikutnya.<sup>22</sup>

d) Pertemuan Keempat (Pertemuan Evaluasi Untuk Memantau Kemajuan Kontrak)

Pada hari Selasa, 15 Juni 2021, konselor melakukan pertemuan evaluasi untuk memantau kemajuan kontrak yang telah disepakati bersama setelah berlangsung

---

<sup>22</sup> SNS, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah SNS, 30 Mei 2021.



selama dua minggu. Evaluasi ini dilakukan pukul 11.00 WIB, di rumah SNS. Konselor menanyakan mengenai apakah klien sudah berhasil atau tidak untuk mengubah perilakunya yang bermasalah selama dua minggu ini. SNS menjelaskan bahwa ia selama dua minggu ini masih sering melakukan agresif verbal yaitu berkata kasar atau kotor (seperti anjing, babi, monyet, setan, tolol, dan *fuck*) ketika temannya berkata kotor atau kasar kepadanya 3 kali, berkata kasar atau kotor ketika temannya tidak dapat bermain atau melakukan sesuatu dengan baik 2 kali, berkata kasar atau kotor ketika ada yang mengganggunya 4 kali, berteriak saat memanggil teman atau orang yang lebih tua 3 kali, berteriak saat dalam keadaan marah atau kesal 3 kali, menghina fisik teman 3 kali, menghina fisik orang tua 2 kali, dan menghina nama orang tua teman 1 kali yang terdapat dalam lembar kontrak perilaku SNS. SNS juga mengatakan bahwa ia melakukan agresif verbal ketika dalam keadaan marah, kesal, sakit hati, dan SNS membalas

dengan melakukan agresif verbal karena ia tidak ingin dianggap sebagai anak yang penakut oleh temannya.

Kemudian konselor memberikan nasihat dan motivasi kepada SNS, “SNS untuk merubah semua itu memang tidaklah mudah, akan tetapi kalau SNS memang benar-benar ingin berubah untuk tidak lagi melakukan agresif verbal pasti bisa dan saya yakin itu. Selain itu, kamu juga harus bisa mengontrol emosi dan tidak boleh mempunyai pemikiran apabila kamu tidak membalasnya akan dianggap sebagai anak yang penakut oleh teman-temanmu, hilangkan pemikiran seperti itu ya SNS”.

Selanjutnya, konselor mengingatkan kembali mengenai hukuman yang telah disepakati, karena SNS tidak berhasil masih sering melakukan agresif verbal, maka akan diberikan hukuman berupa tidak diperbolehkan main *handphone* selama 2 hari. Setelah itu, konseling pada pertemuan ini diakhiri dan peneliti membuat kesepakatan

kembali dengan SNS untuk bertemu lagi setelah dua minggu.<sup>23</sup>

e) Pertemuan Kelima (Pertemuan Evaluasi Untuk Memantau Kemajuan Kontrak dan Mengakhiri Kontrak Perilaku)

Pada hari Selasa, 29 Juni 2021, konselor melakukan pertemuan dengan SNS untuk mengevaluasi kembali terkait kemajuan dari kontrak perilaku yang telah disepakati dan mengakhiri kontrak perilaku jika sudah menunjukkan adanya perubahan. Pertemuan ini dilakukan di rumah klien, pukul 11.00 WIB. Konselor menanyakan tentang perubahan perilaku yang telah dilakukan oleh klien selama dua minggu ini, apakah ada perubahan atau tidak, ataukah masih sama saja dengan dua minggu pertama belum menunjukkan adanya perubahan juga.

SNS menjelaskan bahwa dalam dua minggu ini ia sudah ada banyak perubahan ia tidak sering melakukan agresif verbal lagi. SNS berkata kasar atau kotor 1 kali ketika temannya berkata kasar atau kotor kepadanya,

---

<sup>23</sup> SNS, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah SNS, 15 Juni 2021.

berteriak saat memanggil teman 1 kali, berteriak saat dalam keadaan marah atau kesal 1 kali dan SNS berhasil tidak menghina selama dua minggu. Hal ini terdapat dalam lembar kontrak perilaku SNS. Akan tetapi karena SNS masih melakukan agresif verbal maka ia akan tetap diberikan hukuman yaitu tidak diperbolehkan main *handphone* selama 2 hari dan karena ia sudah berhasil menunjukkan adanya perubahan perilaku maka konselor memberikan hadiah kepada SNS berupa buku tulis.

Setelah itu, konselor mengakhiri kontrak perilaku yang sudah disepakati yaitu selama empat minggu, karena SNS sudah menunjukkan adanya perubahan. konselor juga menjelaskan pada SNS bahwa SNS harus bisa mempertahankan perubahan perilaku tersebut dan tidak boleh melakukan agresif verbal lagi. Selanjutnya, konselor mengakhiri konseling pada pertemuan kelima dan membuat kesepakatan dengan klien untuk bertemu lagi nanti melakukan pertemuan konseling yang terakhir.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> SNS, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah SNS, 29 Juni 2021.

f) Pertemuan Keenam (Tahap *Evaluation-Termination*)

Pertemuan keenam konseling dilakukan pada hari Jumat, 2 Juli 2021, pukul 10.30 WIB, di rumah SNS. Pertemuan ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas konselor dan teknik yang digunakan dalam konseling dalam menangani perilaku klien yang bermasalah yaitu perilaku agresif verbal, serta untuk melihat kemajuan perubahan perilaku klien selama empat minggu. Setelah dilakukan kontrak perilaku selama empat minggu, SNS sudah menunjukkan adanya perubahan terutama dalam dua minggu terakhir sangat terlihat sekali perubahannya. Perilaku agresif verbal seperti berkata kasar atau kotor, menghina, dan berteriak yang sering SNS lakukan telah berkurang.

Setelah itu, konselor mengakhiri proses konseling ini karena klien sudah menunjukkan adanya perubahan perilaku sesuai dengan waktu kontrak yang telah disepakati. Konselor berharap SNS dapat benar-benar menghapus perilaku agresif verbal yang sering ia lakukan terhadap

orang-orang di sekitarnya. Konselor juga memberikan pujian dan semangat kepada SNS serta mengingatkan SNS bahwa adanya *reward* dan *punishment* yang diberikan itu hanya semata-mata untuk memotivasinya agar dapat mengubah perilakunya yang bermasalah dan membuatnya untuk lebih berhati-hati dalam berperilaku. Kemudian, konselor mengucapkan banyak terima kasih terhadap klien karena sudah bekerja sama dengan baik selama pelaksanaan konseling sehingga dapat berjalan dengan lancar.<sup>25</sup>

## **B. Hasil Penerapan Konseling**

Hasil dari penerapan konseling individual dengan teknik kontrak perilaku (*behavioral contract*) yang di dalamnya terdapat *reward and punishment* yang diterapkan selama empat minggu untuk mengatasi perilaku agresif verbal tentunya sangat berpengaruh bagi diri klien. Keempat klien yaitu R, ANH, DA, dan SNS sudah menunjukkan adanya perubahan perilaku. Setelah R melakukan proses konseling, perilaku agresif verbal seperti

---

<sup>25</sup> SNS, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah SNS, 2 Juli 2021.

berkata kasar atau kotor, berteriak, dan menghina orang yang sering R lakukan telah berkurang. Orang tua R mengatakan bahwa anaknya sudah tidak sering melakukan agresif verbal lagi terhadap orang-orang di sekitarnya. Akan tetapi sesekali R masih melakukan agresif verbal, saat dirinya benar-benar sangat marah, kesal, dan sakit hati karena hal tertentu.<sup>26</sup> Setelah ANH melakukan proses konseling, perilaku agresif verbal seperti berkata kasar atau kotor, berteriak, menghina, dan membantah yang sering ANH lakukan telah berkurang. Orang tua ANH mengatakan bahwa ANH sudah tidak sering berkata kasar atau kotor, tidak berteriak meskipun sedang marah atau kesal, lebih menghargai orang, dan tidak membantah ketika orang tua dan kakaknya meminta tolong. Orang tua ANH mengatakan bahwa ia merasa sangat senang dengan perubahan yang telah dilakukan anaknya, meskipun perilaku agresif verbal tersebut belum benar-benar hilang sepenuhnya dari diri ANH.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> Orang Tua R, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah R, 2 Juli 2021.

<sup>27</sup> Orang Tua ANH, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah ANH, 2 Juli 2021.

Setelah DA melakukan proses konseling, perilaku agresif verbal seperti berkata kasar atau kotor, berteriak, membantah, dan menghina orang yang sering DA lakukan telah berkurang. Orang tua DA mengatakan bahwa setelah anaknya melakukan proses konseling ia tidak sering melakukan agresif verbal lagi terhadap orang-orang di sekitarnya dan berharap perlahan-lahan DA dapat menghapus semua perilaku agresif verbal yang terkadang masih DA lakukan tersebut.<sup>28</sup> Setelah SNS melakukan proses konseling, perilaku agresif verbal seperti berkata kasar atau kotor, berteriak, dan menghina yang sering SNS lakukan terhadap orang-orang di sekitarnya telah berkurang. Orang tua SNS mengatakan bahwa anaknya sekarang telah berubah, ia tidak sering melakukan agresif verbal lagi dan hal itu membuatnya bahagia.<sup>29</sup> Selain itu, semua klien juga sudah dapat mengontrol emosi negatifnya, menghapus pemikirannya yang salah yang mengakibatkan dirinya melakukan perilaku agresif verbal, dan dapat lebih berhati-hati dalam berperilaku. Sehingga

---

<sup>28</sup> Orang Tua DA, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah DA, 2 Juli 2021.

<sup>29</sup> Orang Tua SNS, diwawancarai oleh Ana Yunia di rumah SNS, 2 Juli 2021.



klien dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya baik keluarga maupun teman-temannya.

Dari uraian tentang hasil penerapan konseling individual dengan teknik *behavioral contract* dalam mengatasi perilaku agresif verbal pada kanak-kanak akhir di atas, konselor membuat tabel perubahan klien sebelum dan sesudah melakukan proses konseling sebagai berikut.

**Tabel 4.1**

**Hasil Perkembangan Klien Sebelum dan Sesudah Melakukan  
Proses Konseling**

| No. | Bentuk-<br>Bentuk<br>Perilaku<br>Agresif<br>Verbal         | Sebelum Melakukan<br>Proses Konseling |                |                   |                   | Sesudah Melakukan Proses<br>Konseling |                   |                      |                      |
|-----|--|---------------------------------------|----------------|-------------------|-------------------|---------------------------------------|-------------------|----------------------|----------------------|
|     |  | Klien                                 |                |                   |                   | Klien                                 |                   |                      |                      |
|     |  | R                                     | ANH            | DA                | SNS               | R                                     | ANH               | DA                   | SNS                  |
| 1.  | Berkata kasar<br>atau kotor<br>(Menyebut<br>nama binatang, | a, b, c<br>sering                     | b, c<br>sering | a, b, c<br>sering | a, b, c<br>sering | a, b, c<br>berkurang                  | b, c<br>berkurang | a, b, c<br>berkurang | a, b, c<br>berkurang |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <p>(seperti anjing/asu, babi, monyet), setan, goblok/tolol, dan <i>fuck</i>) ketika dalam keadaan marah, kesal, dan sakit hati.</p> <p>a. Berkata kasar atau kotor karena temannya tidak bisa bermain atau melakukan</p> |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

|    |  |        |        |         |        |        |        |         |        |
|----|--|--------|--------|---------|--------|--------|--------|---------|--------|
|    | <p>sesuatu dengan baik.</p> <p>b. Berkata kasar atau kotor karena temannya berkata kasar atau kotor kepadanya.</p> <p>c. Berkata kasar atau kotor karena telah diganggu.</p> |        |        |         |        |        |        |         |        |
| 2. | Berteriak  | a, c   | c      | a, b, c | a, c   | a, c   | c      | a, b, c | a, c   |
|    | a. Berteriak   | sering | sering | sering  | sering | berkur | berkur | berkur  | berkur |

|    |   |   |        |        |   |     |              |               |     |
|----|---|---|--------|--------|---|-----|--------------|---------------|-----|
|    | <p>saat memanggil teman atau orang yang lebih tua.</p> <p>b. Berteriak saat meminta tolong.</p> <p>c. Berteriak saat dalam keadaan marah dan kesal karena hal tertentu.</p> |   |        |        |   | ang | ang          | ang           | ang |
| 3. | Membantah ketika diperintah   | - | sering | sering | - | -   | teratas<br>i | berkur<br>ang | -   |

|    |  |                    |                |                   |                   |                      |                   |                      |                      |
|----|--|--------------------|----------------|-------------------|-------------------|----------------------|-------------------|----------------------|----------------------|
| 4. | <p>Menghina</p> <p>Menghina ketika merasa kesal, marah dan sakit hati karena dirinya telah dihina atau diganggu.</p> <p>a. Menghina fisik teman.</p> <p>b. Menghina fisik orang tua.</p> <p>c. Menghina nama orang tua teman</p> | a, b, c,<br>sering | a, c<br>sering | a, b, c<br>sering | a, b, c<br>sering | a, b, c<br>berkurang | a, c<br>berkurang | a, b, c<br>berkurang | a, b, c<br>berkurang |
|----|--|--------------------|----------------|-------------------|-------------------|----------------------|-------------------|----------------------|----------------------|