

**BUKU PANDUAN**  
**KONSELING KEDAMAIAAN**

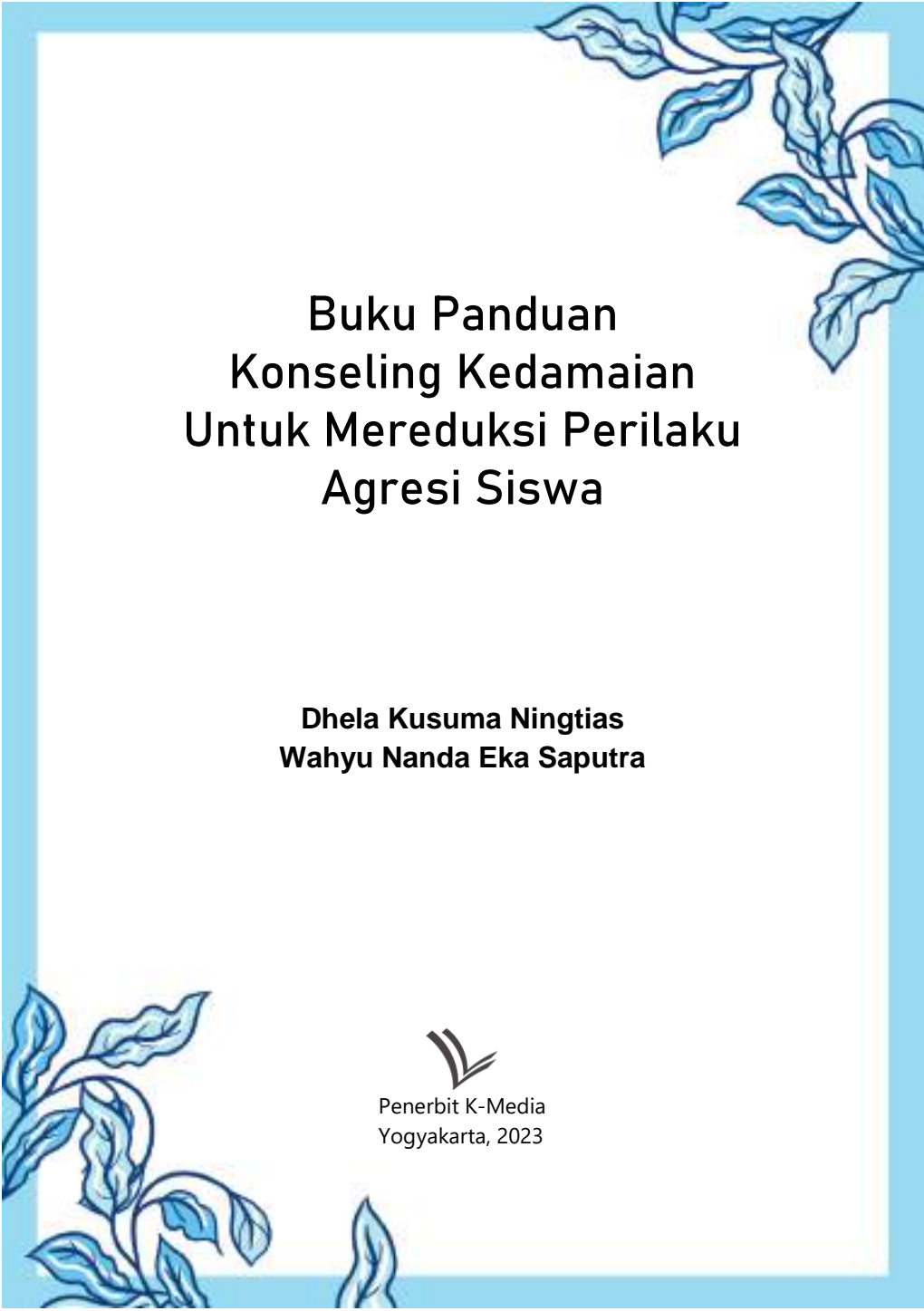
**UNTUK MEREDUKSI PERILAKU AGRESI SISWA**

---



**PENULIS:**  
**DHELA KUSUMA NINGTIAS**  
**WAHYU NANDA EKA SAPUTRA, M.PD., KONS**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**



# **Buku Panduan Konseling Kedamaian Untuk Mereduksi Perilaku Agresi Siswa**

**Dhela Kusuma Ningtias  
Wahyu Nanda Eka Saputra**



Penerbit K-Media  
Yogyakarta, 2023

---

**BUKU PANDUAN KONSELING KEDAMAIAAN  
UNTUK MEREDUKSI PERILAKU AGRESI SISWA**

---

iv + 75 hlm.; 14 x 20 cm

---

**ISBN: 978-602-451-903-2**

**Penulis** : Dhela Kusuma Ningtias & Wahyu Nanda Eka S

**Tata Letak** : Wahyu Nanda Eka Saputra

**Desain Sampul** : Wahyu Nanda Eka Saputra

**Cetakan** : April 2023

Copyright © 2023 by Penerbit K-Media  
All rights reserved

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang No 19 Tahun 2002.

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektris mau pun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

---

**Isi di luar tanggung jawab percetakan**

---

Penerbit K-Media  
Anggota IKAPI No.106/DIY/2018  
Banguntapan, Bantul, Yogyakarta.  
e-mail: kmedia.cv@gmail.com



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Alloh Swt yang telah memberikan berkah dan karunia-Nya dan atas ridho-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan buku panduan konseling kedamaian untuk mereduksi perilaku agresi siswa.

Buku panduan ini disusun dengan tujuan untuk menjadi alternatif model konseling yang dapat digunakan oleh konselor untuk mereduksi perilaku agresi siswa selain itu buku panduan ini disusun dengan tujuan supaya siswa mampu menumbuhkan dan mengembangkan pola piker damai. Buku panduan ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan waktu dan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis mohon kepada para pembaca atau bapak/ibu guru untuk memberikan saran dan kritik yang membangun demi perbaikan dan kesempurnaan modul tersebut.

Akhir kata, semoga buku panduan ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya, Aamiin.

Yogyakarta, 15 April 2023

Penulis



## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Atribut Konselor Kedamaian .....	3
BAB II.....	7
MENGENAL PERILAKU AGRESI .....	7
A. Pengertian Perilaku Agresi .....	7
B. Bentuk-Bentuk Perilaku Agresi .....	8
C. Aspek-Aspek Perilaku Agresi.....	11
D. Dampak Perilaku Agresi .....	13
E. Sebab-Sebab Munculnya Perilaku Agresi .....	16
BAB III .....	19
BELAJAR KONSELING KEDAMAIAAN.....	19
A. Pengertian Konseling Kedamaian.....	19
B. Tujuan Konseling Kedamaian.....	21
C. Tahap-Tahap Konseling Kedamaian.....	21
BAB IV .....	25
PETUNJUK TEKNIS PELAKSANAAN KONSELING KEDAMAIAAN .....	25
A. Pertemuan 1 .....	25
B. Pertemuan 2 .....	32
C. Pertemuan 3 .....	38
D. Pertemuan 4 .....	45
E. Pertemuan 5 .....	62
F. Pertemuan 6 .....	68
DAFTAR PUSTAKA .....	74




# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perilaku agresi adalah perilaku yang secara sengaja bermaksud untuk melukai orang lain secara fisik dan verbal serta menghancurkan harta benda (Atkinson dkk., 1987). Perilaku agresi timbul karena adanya gejala emosi yang timbul dalam diri individu terutama pada remaja. Gejala emosi pada remaja ditimbulkan oleh fungsi atau naluri sosial remaja dalam mempersiapkan diri menuju kedewasaan seperti mencari identitas diri menuju kedewasaan dan memantapkan posisinya dalam masyarakat, dan pertumbuhan fisik yang ditandai dengan ciri-ciri pubertas pada remaja, perkembangan intelegensi serta perubahan emosi yang lebih peka sehingga menimbulkan rasa cepat marah dan berperilaku agresi.

Perilaku agresi siswa dapat dilihat dari menyakiti orang lain secara fisik dengan persentase 35,32%, sedangkan tindakan agresi yang dilakukan siswa dilihat dari menyakiti orang secara verbal 41,30%, dan tindakan agresi dilihat dari merusak dan menghancurkan harta benda dengan persentase 30,42% (Hidayat, Yusri, & Ilyas, 2015). Salah satu faktor adanya perilaku agresi siswa adalah tidak adanya kedamaian dalam diri siswa yang menyebabkan siswa memiliki perilaku agresi. Kedamaian diri pada siswa dapat ditanamkan melalui pendidikan. Beberapa penelitian telah dilakukan tentang perilaku agresi belum mendapatkan perubahan perilaku secara permanen. Hal ini menjadi suatu

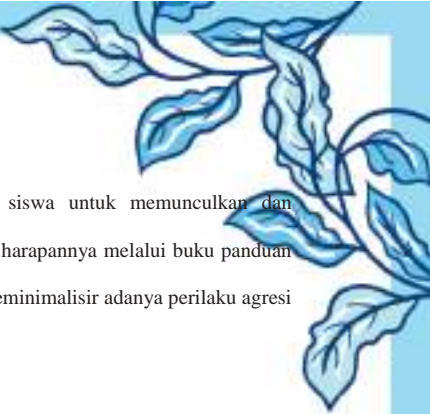


tantangan bagi konselor di sekolah untuk mereduksi perilaku agresi dikalangan siswa secara permanen.

Tantangan konselor terhadap perilaku agresi siswa dapat diatasi dengan adanya upaya pemberian konseling. Konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada peserta didik untuk membantu peserta didik mencetuskan solusi dari permasalahannya secara mandiri. Konseling itu sendiri merupakan layanan integral dalam pendidikan. Namun, saat ini layanan konseling yang dilakukan oleh guru BK belum sepenuhnya maksimal. Layanan konseling di SMP salah satu kota masih jauh dari kata standar (Saputra, 2015).

Kurang maksimalnya pelaksanaan layanan konseling menjadi sebuah tantangan sekaligus tuntutan untuk mengembangkan sebuah metode atau model konseling yang mampu mereduksi perilaku agresi dalam setting pendidikan. Salah satu konsep pendidikan yang dapat dikembangkan atau berpotensi untuk dikembangkan sebagai model konseling untuk mereduksi perilaku agresi siswa adalah konsep konseling kedamaian. Konseling kedamaian ini dapat di terapkan untuk mereduksi perilaku agresi melihat salah satu faktor yang mempengaruhi adanya perilaku agresi siswa adalah tidak adanya kedamaian dalam diri siswa.

Buku panduan konseling kedamaian berisikan tentang penjelasan dan penjabaran tentang proses atau tahapan konseling kedamaian disetiap pertemuan. Buku panduan konseling kedamaian ini dapat digunakan sebagai panduan konselor dalam melaksanakan konseling kedamaian untuk mereduksi




perilaku agresi siswa serta mendorong siswa untuk memunculkan dan mengembangkan pikiran damai. Sehingga harapannya melalui buku panduan konseling kedamaian ini konselor dapat meminimalisir adanya perilaku agresi siswa di sekolah.

## **B. Atribut Konselor Kedamaian**

Atribut, kapasitas, dan keterampilan yang harus dikembangkan oleh seorang konselor perdamaian. Atribut yang harus dimiliki oleh seorang konselor meliputi, bertanggung jawab, dapat memotivasi, mampu untuk terus belajar, sebagai transformator budaya, sebagai penghubung perdamaian, peka terhadap gender, mampu berpikir kritis, peduli terhadap peserta didik, memiliki keterampilan berkomunikasi yang baik, dan sebagai praktisi dalam pembelajaran yang kooperatif dengan penjabaran sebagai berikut:

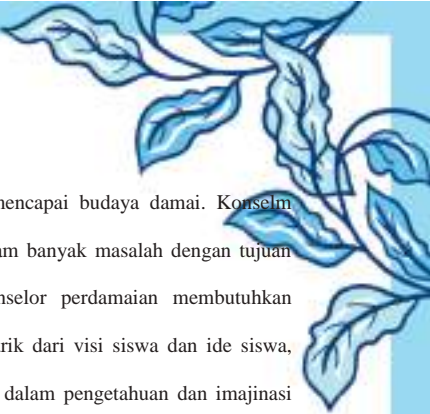
1. Konselor perdamaian bertanggung jawab, agen budaya damai, orang yang memiliki visi, yang mampu berharap dan membuat citra perubahan positif. Ia memahami bahwa pendidikan harus adalah warga global yang menjadi sarana menuju perubahan yang konstruktif.
2. Konselor dapat memotivasi dan secara aktif terlibat dalam masyarakat. Seorang konselor perdamaian melihat dirinya sebagai orang yang bertanggung jawab kepada masyarakat.
3. Konselor adalah pembelajar seumur hidup, yang terus meningkatkan kemampuan belajarnya sendiri dan terus mengikuti perkembangan zaman.
4. Konselor adalah pemancar sekaligus transformator budaya. Saat mentransmisikan budaya tradisional seseorang konselor juga harus kritis






dan reflektif sehingga ia juga bisa menjadi agen yang efektif untuk transformasi sosial dan budaya.

5. Konselor adalah pencari hubungan yang saling meningkatkan yang memelihara perdamaian dan rasa kebersamaan. Misalnya, penghormatan terhadap martabat manusia dan hak asasi manusia harus memandu hubungan guru dengan siswa dan proses pembelajaran.
6. Konselor peka terhadap gender dan waspada terhadap segala kemungkinan bias gender dalam diri atau siswa. Konselor membantu pelajar laki-laki dan perempuan untuk mengidentifikasi positif diri mereka sendiri dan mengembangkan kepekaan gender serta tanggung jawab gender terhadap orang lain.
7. Seorang konselor kedamaian adalah konstruktif kritis. Konselor memberikan kritik untuk tidak melukai atau membahayakan, tetapi untuk mendapatkan perubahan konstruktif
8. Seorang konselor perdamaian mengembangkan kapasitas untuk peduli dengan mengetahui peserta didik yang bertanggung jawab dengan dirinya sendiri. Hal ini memungkinkan konselor untuk menanggapi perbedaan gaya belajar siswa dan mampu menanggapi perbedaan manusia lainnya. Keterampilan merawat merupakan bagian integral dari proses pendidikan perdamaian. Perilaku peduli dan suportif dari konselor membuat siswa tahu bahwa mereka dihargai.
9. Konselor adalah seorang penanya. Ia mengajukan pertanyaan instruktif ke dalam kondisi yang menghambat dan mengajukan pertanyaan ke dalam



hal-hal yang memungkinkan untuk mencapai budaya damai. Konselor dapat melakukan penyelidikan ke dalam banyak masalah dengan tujuan pendidikan perdamaian, seorang konselor perdamaian membutuhkan keterampilan pendalaman untuk menarik dari visi siswa dan ide siswa, untuk membuat siswa menggali lebih dalam pengetahuan dan imajinasi siswa sendiri, dan untuk mencari pengetahuan baru. Konselor kemudian lebih banyak bertanya daripada pemberi jawaban.

10. Konselor memiliki keterampilan belajar reflektif. Konselor menerapkan apa yang dipelajari dari mengajar untuk memperdalam pemahamannya sendiri tentang siswa dan proses pembelajaran. Ini termasuk refleksi atau penilaian kemampuan seseorang dengan mengajukan beberapa pertanyaan mendasar seperti: Seberapa efektif interaksi belajar-mengajar dalam mencapai tujuan? Indikator apa yang saya miliki sehingga siswa menemukan kepuasan dan makna dalam pembelajaran mereka.
11. Seorang konselor perdamaian memiliki keterampilan komunikasi dan resolusi konflik. Ini adalah keterampilan penting untuk membangun komunitas dan menciptakan perdamaian.
12. Konselor mempraktikkan pembelajaran kooperatif dengan mendorong tugas-tugas pembelajaran kooperatif dan mengecilkan kompetisi negatif atau perilaku berkelompok (pengecualian) di antara siswa.
13. Seorang konselor perdamaian menguasai pemahaman tentang kemungkinan alternatif untuk masa depan dan budaya perdamaian. Ia



membantu siswa untuk menjadi agen yang efektif untuk transformasi sosial dan budaya (Navarro-Castro & Nario-Galace, 2010).

Berdasarkan penjabaran atribut yang harus dimiliki oleh konselor perdamaian dapat disimpulkan bahwa sebagai konselor perdamaian, seorang konselor harus memiliki atribut yakni bertanggung jawab, dapat memotivasi, mampu untuk terus belajar, sebagai transformator budaya, sebagai penghubung perdamaian, peka terhadap gender, mampu berpikir kritis, peduli terhadap peserta didik, memiliki keterampilan berkomunikasi yang baik, dan sebagai praktisi dalam pembelajaran yang kooperatif.



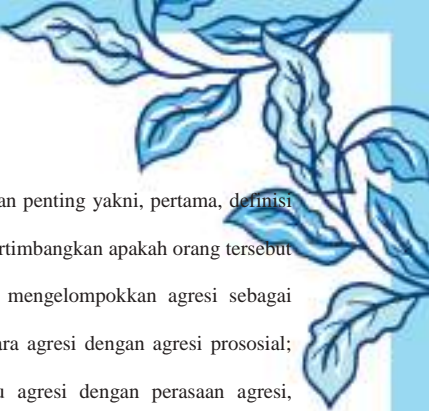
## BAB II

### MENGENAL PERILAKU AGRESI

#### A. Pengertian Perilaku Agresi

Perilaku agresi merupakan luapan sebuah emosi sebagai suatu reaksi terhadap kegagalan individu yang ditampakkan dalam bentuk pengrusakan atau kekerasan terhadap orang atau benda dengan unsur kesengajaan yang diekspresikan dengan kata-kata dan perilaku non verbal (Rahayu, 2018). Perilaku agresi adalah suatu fenomena kompleks yang beroperasi pada beberapa tingkat, memiliki berbagai macam makna, dan dimunculkan dalam berbagai bentuk perilaku (Ramirez, 2009). Agresi adalah kecenderungan kekerasan yang diwujudkan dalam bentuk tindakan yang merusak (Harding, 2006). Perilaku agresi lahir untuk merespon ancaman (menurut persepsi atau yang sungguh-sungguh ada) yang berasal dari individu atau kelompok lain diluar kelompoknya (MacLaren, Best, & Bigney, 2010).

Agresi didefinisikan sebagai perilaku fisik atau verbal yang bertujuan untuk menyakiti orang lain. Terdapat dua tipe agresi menurut Myers "*hostile aggression*" yaitu agresi yang didorong oleh kemarahan yang bertujuan untuk melampiaskan kemarahan dan "*instrumental aggression*" yaitu agresi yang digunakan sebagai alat untuk mencapai tujuan lain (Widyastuti, 2014). Alasan utama perilaku agresi bisa jadi merupakan keinginan untuk menyakiti orang lain untuk mengekspresikan perasaan-perasaan negatif, seperti agresi permusuhan atau keinginan mencapai tujuan yang diinginkan melalui tindakan-tindakan agresi seperti agresi instrumental.

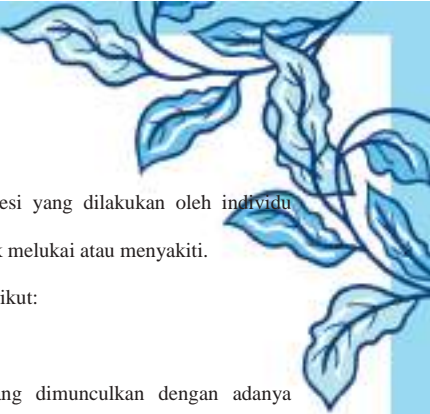


Pengertian agresi memiliki tiga perbedaan penting yakni, pertama, definisi agresi sebagai perilaku melukai atau mempertimbangkan apakah orang tersebut bermaksud melukai; kedua, biasanya kita mengelompokkan agresi sebagai sesuatu yang buruk, terdapat perbedaan antara agresi dengan agresi prososial; ketiga, terdapat perbedaan antara perilaku agresi dengan perasaan agresi, misalnya rasa marah (Widyastuti, 2014). Menurut Robert Baron perilaku agresi adalah tingkah laku yang dilakukan individu kepada individu lainnya dengan tujuan untuk melukai atau mencelakakan individu tersebut yang tidak menginginkan adanya tingkah laku tersebut (Koeswara, 1988). Sedangkan ahli lain berpendapat yakni Leonard Berkowitz menyatakan bahwa agresi merupakan sebuah emosi yang dapat mengarah pada tingkah laku agresi (Koeswara, 1988)

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku agresi adalah bentuk perilaku fisik maupun verbal yang dilakukan untuk menyerang dan menyakiti orang lain yang dilakukan dengan menunjukkan unsur kesengajaan.

### **B. Bentuk-Bentuk Perilaku Agresi**

Adapun beberapa ahli yang mengemukakan terkait tipe-tipe perilaku agresi. Secara umum perilaku agresi terdiri dari 2 tipe yakni perilaku agresi tipe berkelompok dan perilaku agresi tipe individu. Sedangkan menurut Leonard Berkowitz terdapat dua tipe agresi yakni agresi instrumental dan agresi implusif (Koeswara, 1988). Agresi instrumental adalah agresi yang dilakukan oleh individu sebagai senjata atau alat untuk mencapai sesuatu atau tujuan tertentu.



Sedangkan agresi implusif merupakan agresi yang dilakukan oleh individu sebagai sebuah pelampiasan keinginan untuk melukai atau menyakiti.

Secara lebih rinci tipe agresi, sebagai berikut:

1. Agresi predatori

Agresi predatori merupakan agresi yang dimunculkan dengan adanya mangsa. Agresi predatori ini biasanya terdapat pada hewan.

2. Agresi antar jantan

Agresi antar jantan merupakan agresi yang secara tipikal dibangkitkan oleh sesama jantan pada suatu spesies/hewan.

3. Agresi ketakutan

Agresi yang dimunculkan oleh tidak adanya kesempatan untuk menghindari dari sebuah ancaman.

4. Agresi tersinggung

Agresi yang dimunculkan oleh adanya rasa tersinggung atau kemarahan pada objek tertentu baik hidup ataupun objek mati.

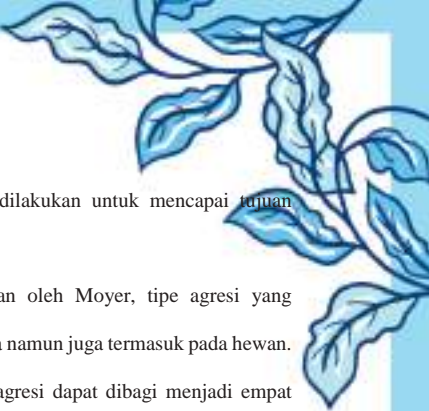
5. Agresi pertahanan

Agresi yang dilakukan oleh organisme dengan tujuan untuk mempertahankan daerah kekuasaannya atau suatu hal yang menjadi miliknya dari ancaman atau gangguan organisme lainnya.

6. Agresi maternal

Agresi yang spesifik ditujukan untuk organisme atau spesies induk untuk mempertahankan atau melindungi anak-anaknya dari berbagai ancaman.

7. Agresi instrumental



Agresi yang diperkuat, dipelajari, dan dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu (Moyer, 1971).

Berdasarkan apa yang sudah dijabarkan oleh Moyer, tipe agresi yang dijelaskan tidak hanya terfokus pada manusia namun juga termasuk pada hewan. Menurut Sugiarta, bentuk-bentuk perilaku agresi dapat dibagi menjadi empat bagian yaitu agresi emosional, agresi fisik sosial, agresi destruktif yang dapat dijabarkan meliputi:

1. Agresi emosional verbal

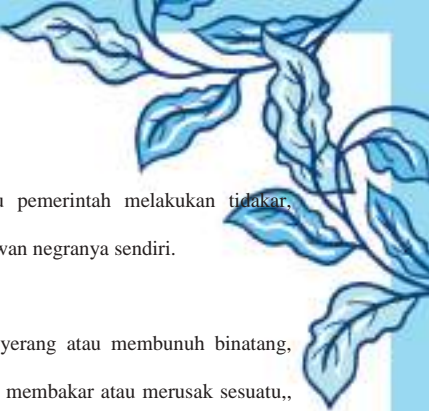
Agresi emosional verbal merupakan suatu bentuk moral atau rasa benci kepada orang lain (meskipun perasaan itu dilakukan dengan kata-kata), mengutuk, perang mulut, mengkritik menghina, memperingatkan dengan kasar, menyalahkan dengan menertawakan, melawan kritik-kritik sosial.

2. Agresi fisik sosial

Bentuk agresi ini mencakup berkelahi atau membunuh dalam membela diri atau membela seseorang yang dicintai, membalas dendam terhadap penghinaan terhadap suatu ketidakadilan tanpa suatu perundingan serta menghukum orang yang melakukan tindakan tercela dan berjang untuk negaranya sendiri atau negara sahabat dalam suatu peperangan.

3. Agresi fisik sosial

Agresi fisik sosial meliputi perbuatan menyerang, melukai atau membunuh orang lain, merompak melakukan tindakan kejahatan dengan kekejaman dan pengrusakan yang berlebihan serta berjuang melawan wewenang yang sah.



Misalnya orang tua, atasan, guru atau pemerintah melakukan tindakan sadisme, menghinai dan berusaha melawan negaranya sendiri.

#### 4. Agresi destruktif

Agresi destruktif meliputi tindakan menyerang atau membunuh binatang, memecah, membanting, menghancurkan, membakar atau merusak sesuatu, melukai orang lain, menyakiti diri sendiri dan melakukan tindakan bunuh diri (Koeswara, 1988).

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa tipe agresi meliputi agresi fisik, agresi berkelompok, agresi individu, dan agresi verbal.

### C. Aspek-Aspek Perilaku Agresi

Terdapat empat aspek perilaku agresi yang didasari dari tiga dimensi dasar yaitu motorik, afektif, dan kognitif. Empat aspek perilaku agresi menurut Buss dan Perry yaitu *physical aggression*, *verbal aggression*, *anger*, *hostility* yang dapat dijabarkan sebagai berikut:


#### 1. *Physical aggression*

*Physical aggression* yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, mengganggu, atau membahayakan orang lain melalui respon motorik dalam bentuk fisik, seperti memukul, menendang, dan lain-lain.

#### 2. *Verbal aggression*

*Verbal aggression* yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, mengganggu atau membahayakan orang lain dalam bentuk penolakan dan



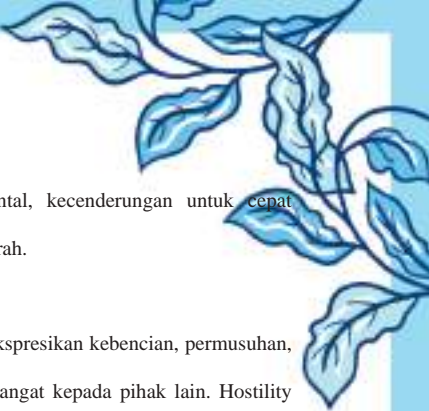


ancaman melalui respon vokal dalam bentuk verbal. Agresi verbal memiliki beberapa klasifikasi lagi yakni

- a. Agresi verbal aktif langsung: yaitu tindakan agresi verbal yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara berhadapan secara langsung dengan individu/kelompok lain seperti menghina, memaki, mara, mengumpat.
- b. Agresi verbal pasif langsung: yaitu tindakan agresi verbal yang dilakukan individu/kelompok dengan cara berhadapan dengan individu/kelompok lain namun tidak terjadi kontak verbal secara langsung seperti menolak berbicara, bungkam.
- c. Agresi verbal aktif tidak langsung: yaitu tindakan agresi verbal yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara tidak berhadapan secara langsung dengan individu/kelompok lain yang menjadi targetnya, seperti menyebar fitnah, mengadu domba.
- d. Agresi verbal pasif tidak langsung: yaitu tindakan agresi verbal yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara tidak berhadapan dengan individu/kelompok lain yang menjadi targetnya dan tidak terjadi kontak verbal secara langsung seperti tidak memberi dukungan, tidak menggunakan hak suara

### 3. Anger

*Anger* merupakan emosi negatif yang disebabkan oleh harapan yang tidak terpenuhi dan bentuk ekspresinya dapat menyakiti orang lain serta dirinya sendiri. Beberapa bentuk anger adalah perasaan marah, kesal, sebal, dan bagaimana mengontrol hal tersebut. Termasuk di dalamnya adalah



irritability, yaitu mengenai temperamental, kecenderungan untuk cepat marah, dan kesulitan mengendalikan amarah.

#### 4. *Hostility*


*Hostility* yaitu tindakan yang mengekspresikan kebencian, permusuhan, antagonisme, ataupun kemarahan yang sangat kepada pihak lain. *Hostility* adalah suatu bentuk agresi yang tergolong covert (tidak kelihatan). *Hostility* mewakili komponen kognitif yang terdiri dari kebencian seperti cemburu dan iri terhadap orang lain dan kecurigaan seperti adanya ketidakpercayaan serta kekhawatiran (Buss & Perry, 1992).

Berdasarkan aspek-aspek perilaku agresi yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari perilaku agresi meliputi *physical aggression*, *verbal aggression*, *anger* dan *Hostility*.

### **D. Dampak Perilaku Agresi**

Seseorang yang berperilaku agresi biasanya memiliki tujuan yaitu kemenangan (Sugiyono, 2005). Namun kemenangan yang diperoleh juga mendapatkan resiko atau dampak yang di dapatkan. Perilaku agresi mempunyai dampak negatif yang tidak hanya dirasakan oleh aggressor atau orang yang melakukan agresi, tetapi dirasakan pula oleh korban dari perilaku agresi, Dampak-dampak perilaku agresi bagi pelaku yakni ketergantungan pada perilaku, menjadi perilaku fondasi, dan menjadi model yang buruk (Anantasari, 2006). Dampak-dampak tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Ketergantungan pada perilaku



Ketika banyak hal diperoleh lewat perilaku agresi (penghargaan, kesenangan, dan sebagainya) seorang anak cenderung melestarikan perilaku ini dalam hidupnya. Contohnya adalah ketika individu merasa hebat karena sudah menyakiti orang lain maka ia akan terus melakukan itu karena menurutnya hal tersebut adalah benar.

## 2. Menjadi perilaku fondasi


Kecenderungan banyak melakukan perilaku agresi pada masa kanak-kanak sebenarnya dapat menjadi fondasi bagi dilakukannya berbagai perilaku agresi di masa dewasa. Banyak orang yang melakukan kejahatan ternyata memiliki pengalaman buruk pada masa kanak-kanaknya.

## 3. Menjadi model yang buruk

Dilakukannya perilaku agresi oleh seorang anak ternyata memiliki dampak sosial. Ketika perilaku ini menjadi model perilaku ideal yang kemudian ditiru oleh kanak-kanak yang lain.

Dampak dari perilaku agresi tidak hanya dirasakan oleh pelaku namun juga dirasakan oleh korban dari perilaku agresi. Dampak yang didapatkan oleh korban dari perilaku agresi meliputi perasaan tidak berdaya, kemarahan, perasaan bahwa diri sendiri mengalami kerusakan permanen, ketidakmampuan mempercayai orang lain, keterpakuan pada pikiran tentang tindakan agresi atau kriminal, hilangnya keyakinan bahwa dunia berada dalam tatanan yang adil (Anantasari, 2006), dengan penjabaran sebagai berikut :

### 1. Perasaan tidak berdaya



Rasa tidak berdaya akan muncul ketika menjadi korban perilaku agresi. Rasa ini muncul ketika individu sebagai korban tidak mampu untuk melawan pelaku perilaku agresi.

2. Kemarahan setelah menjadi korban perilaku agresi

Individu yang menjadi korban perilaku agresi akan memiliki rasa amarah yang ditujukan untuk pelaku agresi.

3. Perasaan bahwa diri sendiri mengalami kerusakan permanen

Korban agresi juga dapat merasakan bahwa dirinya sudah tidak berguna atau rusak dikarenakan menjadi korban perilaku agresi.

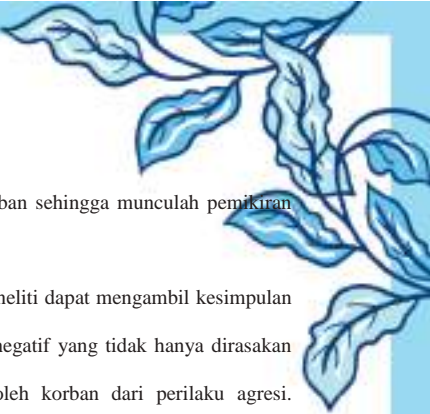
4. Ketidakmampuan mempercayai orang lain dan ketidakmampuan menggalang relasi dekat dengan orang lain

Korban perilaku agresi akan memiliki rasa ketidakpercayaan kepada orang lain lagi dikarenakan bias jadi pelaku perilaku agresi dulunya adalah orang yang di percaya oleh korban. Selain itu, korban juga akan mengalami kesulitan untuk menjalin komunikasi atau hubungan dengan orang lain karena merasa trauma.

5. Keterpakuan pada pikiran tentang tindakan agresi atau kriminal

Korban perilaku agresi akan selalu mengingat tindakan agresi atau kriminal yang sudah menimpa dirinya. Ingatan tersebut akan membuat korban terpaku pada ingatannya tentang perilaku agresi atau kriminal yang dialaminya

6. Hilangnya keyakinan bahwa dunia berada dalam tatanan yang adil. Perasaan tidak adil akan muncul pada diri korban perilaku agresi. Hal ini muncul dikarenakan timbul rasa dihakimi tentang apa yang seharusnya bukan




menjadi hal yang harus menimpa si korban sehingga munculah pemikiran bahwa dunia tidak adil.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa perilaku agresi mempunyai dampak negatif yang tidak hanya dirasakan oleh pelaku saja, tetapi dirasakan pula oleh korban dari perilaku agresi. Sehingga penting adanya upaya mereduksi perilaku agresi.

#### **E. Sebab-Sebab Munculnya Perilaku Agresi**

Perilaku agresi saat ini menjadi sebuah perilaku bermasalah yang kompleks cakupannya dan masih sering dilakukan oleh remaja. Perilaku agresi tidak semata-mata muncul secara langsung dalam diri individu. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya perilaku agresi. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresi ini dapat dibagi menjadi dua jenis yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal ini bersala dalam diri individu, contohnya rasa benci dalam diri individu akan memicu adanya perilaku agresi pada orang yang dibenci. Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu yang dapat disebut berasal dari lingkungan sekitar, salah satu bentuk faktor eksternal adalah provokasi dari orang terdekat.

Perdamaian, kedamaian, atau bahkan kekerasan itu pertama kali muncul atau dibangun memalui pikiran manusia (Kartadinata dkk., 2015). Jika kedamaian ada dalam pikiran seseorang, maka lingkungan disekitar seseorang tersebut akan cenderung menjadi damai. Terciptanya suatu kedamaian pertama kali muncul dari pikiran orang-orang yang nanti akan menciptakan sebuah kenyataan. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa individu bertindak



sesuai dengan pikirannya, ketika individu memiliki pikiran damai dalam dirinya maka individu akan cenderung bersikap ramah, sopan, dan tidak berperilaku agresi.

Beberapa ahli menyebutkan beberapa faktor yang banyak ditemukan mempengaruhi perilaku agresi yakni, sebagai berikut:

1. Frustrasi

Frustrasi adalah situasi dimana individu terhambat atau gagal dalam usaha mencapai tujuan tertentu yang diinginkannya, atau mengalami hambatan untuk bebas bertindak dalam rangka mencapai tujuan.

2. Stres

Stress adalah sebagai reaksi, respons atau adaptasi fisiologis terhadap (stimulus eksternal atau perubahan lingkungan).

3. Deindividuasi

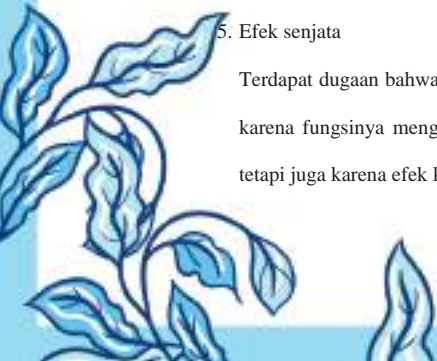
Deindividuasi adalah perbuatan yang mengarahkan individu kepada keluarga dalam melakukan agresi sehingga agresi yang dilakukannya menjadi lebih intens.

4. Kekuasaan dan kepatuhan

Kekuasaan itu cenderung disalah gunakan dan penyalahgunaan kekuasaan yang mengubah kekuasaan menjadi kekuatan memaksa.

5. Efek senjata

Terdapat dugaan bahwa senjata memainkan peranan dalam agresi tidak saja karena fungsinya mengefektifkan dan mengefesienkan pelaksanaan agresi, tetapi juga karena efek kehadirannya.



#### 6. Provokasi

Provokasi bisa mencetuskan agresi karena provokasi itu oleh pelaku agresi dilihat sebagai ancaman yang harus dihadapi dan direspon agresi untuk meniadakan bahaya yang diisyaratkan oleh ancaman itu.

#### 7. Alkohol dan obat-obatan

Subjek-subjek yang menerima alkohol dalam takaran yang tinggi menunjukkan taraf agresivitas yang lebih tinggi dibanding dengan subjek-subjek yang menerima alkohol dalam takaran yang rendah dan subjek yang tidak menerima alkohol.

#### 8. Suhu udara

Agresi meski sesungguhnya telah sejak lama ada dugaan bahwa suhu udara memiliki pengaruh terhadap tingkah laku, termasuk tingkah laku agresi (Koeswara, 1988).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi individu untuk berperilaku agresi adalah adanya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal itu sendiri salah satunya adalah tidak adanya kedamaian dalam diri individu. Selain itu untuk faktor eksternal adalah adanya pengaruh provokasi dari lingkungan sekitar.



## BAB III

### BELAJAR KONSELING KEDAMAIAAN


#### A. Pengertian Konseling Kedamaian

Model konseling kedamaian dikembangkan dengan akar konsep pendidikan kedamaian dengan tokoh terkenalnya adalah Johan Galtung (Galtung, 1967). Konsep kedamaian bertujuan untuk menghindari situasi perang atau kekerasan secara langsung (Navarro-Castro & Nario-Galace, 2008). Hal yang dimaksudkan adalah konsep kedamaian bertujuan untuk mencegah atau menghindari adanya perilaku kekerasan dan perkataan kasar. Selanjutnya (Momodu, 2015) mengumpulkan beberapa konsep dari kedamaian itu sendiri. Pertama, W.E.B. Du Bois. Tokoh tersebut menyebutkan kedamaian adalah tanggung jawab tanpa kekuasaan ejekan dan lelucon. Kedua, konsep dari Paolo Friere. Tokoh tersebut menyebut bahwa kedamaian adalah dimensi kemurahan hati yang bertujuan untuk mengikis penyebab suatu pertempuran.

Berdasarkan hal tersebut, konsep kedamaian memiliki dua konsep. Konsep kedamaian yang pertama, kedamaian adalah sebuah tanggungjawab yang dimiliki oleh individu tanpa adanya sesuatu hal tentang ejekan atau hal yang lucu. Konsep kedamaian yang kedua, kedamaian adalah suatu hal yang berhubungan dengan kemurahan hati dan bertujuan untuk mengurangi penyebab dari suatu tindakan kekerasan atau perkelahian.

Pendidikan kedamaian yang merupakan akar dari konseling kedamaian memiliki definisi yang beragam tergantung pada konteks dan konten yang





diatasi. Pendidikan kedamaian adalah pendidikan yang mempromosikan budaya perdamaian, yang pada dasarnya transformatif dengan membangun kesadaran, pemahaman, dan kepedulian yang akan memungkinkan orang untuk hidup, berinteraksi, dan menciptakan kondisi dan sistem yang mengaktualisasikan antikekerasan, keadilan, peduli lingkungan dan nilai-nilai perdamaian lainnya (Navarro-Castro & Nario-Galace, 2008).

Pendidikan kedamaian adalah proses di mana individu dapat mengubah sikap dan perilakunya tentang konflik kekerasan, memperoleh nilai-nilai, pengetahuan dan mengembangkan keterampilan dan perilaku untuk hidup dalam harmoni dengan orang lain (Anand, 2014). Pendidikan kedamaian adalah suatu filosofi dan proses yang berkaitan dengan akuisisi pengetahuan dan keterampilan menciptakan perdamaian (Adeyemi & Salawudeen, 2014). Tujuan utama dari pendidikan kedamaian adalah untuk mengekspos peserta didik dengan cara-cara non-kekerasan dalam menangani konflik. Hal ini sesuai dengan pandangan dasar dari Mahatma Gandhi, “*Non-Violence*” (Biswas, 2015).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kedamaian adalah konseling yang berakar dari filosofis pendidikan kedamaian yang secara perlahan berusaha untuk mengikis konflik-konflik yang telah terjadi dan menimbulkan suatu ketenangan hati baik yang bersifat intrapersonal dan interpersonal.



## **B. Tujuan Konseling Kedamaian**


Penerapan konseling kedamaian oleh konselor di sekolah tentunya memiliki berbagai tujuan. Tujuan utama digunakannya konseling kedamaian di sekolah untuk melatih siswa dalam mengembangkan pola pikir damai. Selain itu tujuan dari konseling damai ini dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Mereduksi perilaku agresi pada siswa
2. Memberikan pemahaman kepada siswa terkait dampak negative yang dihasilkan dalam perilaku agresi
3. Mendorong siswa untuk tidak berperilaku agresi yang berdampak menyakiti orang lain dalam hal fisik maupun verbal
4. Mendorong siswa untuk menumbuhkan dan mengembangkan pola pikir damai
5. Menciptakan lingkungan yang damai tanpa adanya perilaku agresi sehingga dapat membangun persepsi yang membangun terhadap lingkungannya.

## **C. Tahap-Tahap Konseling Kedamaian**

Beberapa tokoh mendefinisikan komponen-komponen yang ada dalam konseling kedamaian, yang mana akar konseling kedamaian adalah pendidikan kedamaian. Komponen konseling kedamaian yang mendasarkan pada pendidikan kedamaian dapat memberikan gambaran prosedur konseling kedamaian yang akan dilaksanakan.

Pendidikan kedamaian dapat dilaksanakan melalui tiga komponen (Navarro-Castro & Nario-Galace, 2008). Ketiga komponen tersebut adalah



kognitif, afektif, dan aktif. Pertama, dimensi kognitif. Pada dimensi pertama ini, konselor akan menjelaskan pentingnya implementasi dan tujuan konseling kedamaian bagi konseli. Konseli sebagai peserta didik akan menyadari dan memahami akar dan dampak konflik tertentu. Kedua, dimensi afektif. Pada dimensi yang kedua, konseli akan melakukan refleksi, yaitu diskusi melihat fenomena konflik dari berbagai perspektif dan membayangkan diri mereka berada di tempat lain, untuk menumbuhkan empati untuk korban kekerasan. Ketiga, dimensi aktif. Pada dimensi yang ketiga ini, konseli akan memunculkan pikiran alternatif mereka dalam bentuk perilaku konstruktif dan konselor mendorong mereka untuk berperilaku melalui cara-cara tanpa kekerasan.

Prosedur konseling kedamaian yang diterapkan mengadopsi dari konsep pendidikan kedamaian sebagai berikut:

1. Rasional model konseling kedamaian

Konselor memberikan pemahaman kepada siswa tata cara dalam konseling kedamaian. Pada tahap ini, konselor mulai membangun *good report* kepada siswa. Konselor menjelaskan maksud dan tujuan diadakannya konseling kedamaian itu apa.

2. Penggalan akar permasalahan kekerasan

Pada tahap ini konselor mulai menanyakan terkait permasalahan atau perasaan mengganggu yang dialami oleh siswa. Selain permasalahan yang dialami oleh siswa, konselor juga menggali terkait faktor penyebab siswa mengalami permasalahan atau perasaan mengganggu tersebut.

3. Refleksi terhadap fenomena kekerasan dari berbagai perspektif

Konselor mendorong siswa untuk berpikir terkait contoh perilaku agresi yang mungkin dilakukan oleh siswa yang kemudian konselor mengarahkan siswa untuk menyampaikan pendapatnya berdasarkan cara berpikir siswa.

4. Pengajaran dalam mencari alternatif perilaku kekerasan


Pada tahap ini konselor mendorong siswa untuk menemukan alternatif lain ketika terdapat peristiwa yang akan mendorong siswa berperilaku agresif. Konselor mengarahkan siswa untuk berpikir damai yang seperti apa ketika menghadapi peristiwa tersebut. Sehingga nantinya siswa akan menemukan alternatif lain ketika menghadapi keadaan yang akan membuat dirinya tidak berperilaku agresif.

5. Pencarian perbedaan bentuk kekerasan dan cara menghilangkannya

Konselor pada tahap ini menjelaskan inti permasalahan serta faktor penyebab siswa mengalami permasalahan tersebut. Kemudian konselor mendorong siswa untuk mencari pikiran damai yang sesuai untuk menghadapi permasalahan siswa.

6. Evaluasi dan tindak lanjut pikiran, perasaan, dan perilaku damai

Pada tahap akhir ini konselor mengidentifikasi usaha yang dilakukan oleh siswa untuk mengurangi perilaku agresif siswa serta hambatan yang dialami oleh siswa dalam melakukan usaha tersebut. Kemudian konselor mendorong siswa untuk menyampaikan rencana tindakan yang dilakukan oleh siswa ketika menghadapi hambatan tersebut.



Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa konseling kedamaian diterapkan dengan mengadopsi konsep pendidikan kedamaian yang melalui prosedur sebagai berikut: (a) rasional model konseling kedamaian; (b) menggali akar permasalahan kekerasan; (c) refleksi terhadap fenomena kekerasan dari berbagai perspektif; (d) mengajarkan mencari alternatif perilaku kekerasan; (e) mencari bentuk berbeda dari kekerasan dan menghilangkannya; dan (f) evaluasi dan tindak lanjut pikiran, perasaan, dan perilaku damai.



## BAB IV

### PETUNJUK TEKNIS PELAKSANAAN KONSELING KEDAMAIAAN

#### A. Pertemuan 1

**Tema** : Rasional model konseling kedamaian

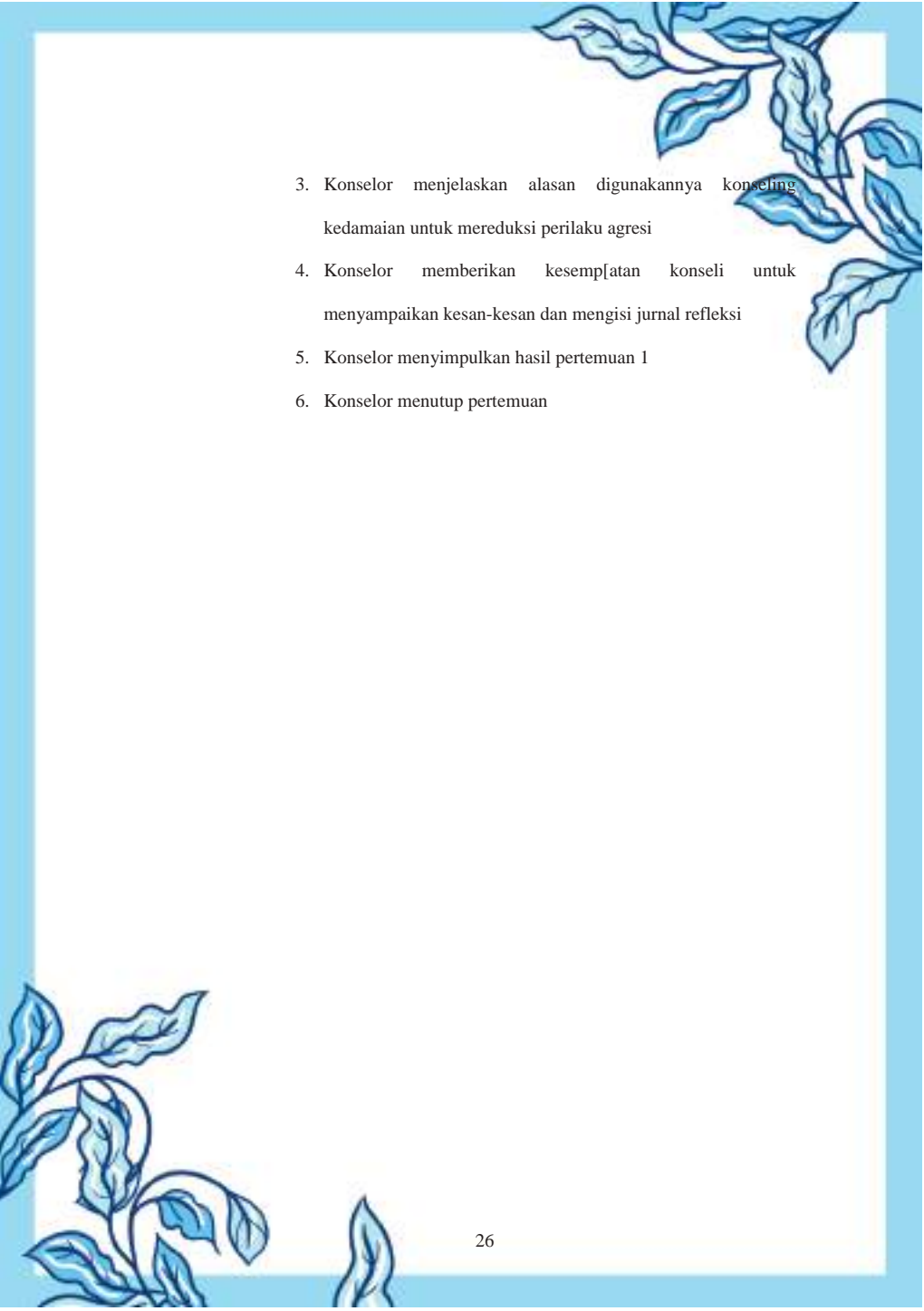
**Tujuan** :

1. Memberikan pemahaman kepada konseli terkait pentingnya mengikuti kegiatan konseling kedamaian
2. Memberikan pemahaman kepada konseli terkait tujuan konseli mengikuti kegiatan konseling kedamaian
3. Memberikan pemahaman kepada konseli terkait pentingnya mengentaskan perilaku agresi
4. Memberikan pemahaman dan menciptakan kesepakatan terkait peraturan dalam mengikuti kegiatan konseling kedamaian
5. Mendorong konseli terkait kesediaan konseling dalam berpartisipasi dalam kegiatan konseling kedamaian

**Alat** : Peraturan konseling kedamaian, lembar ketersediaan mengikuti konseling kedamaian, lembar kesan dan pesan, dan lembar refleksi diri

**Kegiatan** :


1. Konselor membangun hubungan baik dengan konseli
2. Konselor menyampaikan maksud dan tujuan serta kesediaan konseli untuk mengikuti kegiatan

- 
3. Konselor menjelaskan alasan digunakannya konseling kedamaian untuk mereduksi perilaku agresi
  4. Konselor memberikan kesempatan konseli untuk menyampaikan kesan-kesan dan mengisi jurnal refleksi
  5. Konselor menyimpulkan hasil pertemuan 1
  6. Konselor menutup pertemuan



## **LAMPIRAN PERTEMUAN 1**





## **PERATURAN KONSELING KEDAMAIAAN**

- 1. MENGIKUTI SETIAP PERTEMUAN KONSELING**
- 2. BERSEDIA MENCERITAKAN SETIAP PERMASALAHAN**
- 3. TURUT AKTIF DALAM MEMBERIKAN PENDAPAT SECARA TERBUKA DAN BERTANGGUNG JAWAB**
- 4. MENJAGA KERAHASIAN SETIAP PEMBAHASAN DALAM PERTEMUAN**
- 5. TIDAK MENGIKUTI PERTEMUAN KARENA ALASAN YANG PENTING ATAS PERSETUJUAN KONSELOR DENGAN PERTIMBANGAN YANG MATANG**
- 6. TETAP BERADA DALAM RUANGAN SELAMA SESI PERTEMUAN BERLANGSUNG**
- 7. TIDAK MENGGUNAKAN MEDIA KOMUNIKASI SELAMA SESI BERLANGSUNG**
- 8. TIDAK BOLEH MEMOTONG PEMBICARAAN ORANG LAIN SELAMA SESI TANPA IZIN KONSELOR**
- 9. DAPAT HADIR TEPAT WAKTU SETIAP PERTEMUAN**
- 10. MENJAGA SOPAN SANTUN SELAMA KEGIATAN KONSELING BERLANGSUNG**



**LEMBAR KETERSEDIAAN MENGIKUTI KONSELING  
KEDAMAIAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Kelas :

NIS :

Menyatakan bersedia untuk mengikuti semua rangkaian kegiatan konseling kedamaian untuk mengurangi perilaku agresi saya sampai selesai dan bersedia menaati setiap peraturan yang sudah ditetapkan dan disepakati.

.....

(.....)

## LEMBAR KESAN DAN PESAN



**PESAN**



**KESAN**

**NAMA :**

# JURNAL REFLEKSI DIRI

**HARAPAN YANG DIINGINKAN  
DIDAPAI**



**PENGALAMAN YANG DIDAPAT**



**KENDALA YANG  
DIHADAPI**



**MANFAAT DAN  
MANFAAT YANG  
DIDAPAT**

**NAMA:**

## **B. Pertemuan 2**

**Tema** : Menggali akar permasalahan kekerasan


**Tujuan** :

1. Mendorong konseli untuk menggali permasalahan yang dialami
2. Mendorong konseli untuk mencetuskan akar permasalahan menurut konseli
3. Mendorong konseli untuk memahami akar permasalahan konseli
4. Mendorong konseli untuk menentukan tingkat keparahan dari permasalahan
5. Mendorong konseli untuk mencetuskan penyebab terjadinya permasalahan
6. Memberikan pemahaman kepada konseli terkait dampak negatif dari perilaku agresif

**Alat** : Lembar identifikasi masalah, lembar kesan dan pesan, dan lembar refleksi diri

**Kegiatan** :

1. Konselor membuka pertemuan dengan salam serta menanyakan kesiapan konseli untuk pertemuan 2
2. Konselor memberikan kesempatan konseli untuk menyampaikan refleksi pertemuan sebelumnya

- 
3. Konselor menjelaskan alur pertemuan 2 dan menggalang permasalahan konseli serta faktor penyebabnya
  4. Konselor menyimpulkan hasil pertemuan 2
  5. Konselor memberikan kesempatan pada konseli untuk mengisi lembar kesan-kesan dan refleksi diri
  6. Konselor dan konseli membuat kesepakatan untuk pertemuan 3 dan menutup pertemuan



## **LAMPIRAN PERTEMUAN 2**

## **LEMBAR IDENTIFIKASI MASALAH**



**REALITA  
PERMASALAHAN**

### **TINGKAT KEPARAHAN MASALAH**

**Tingkat keberapa permasalahan yang kamu hadapi sekarang?**





## LEMBAR KESAN DAN PESAN



**PESAN**



**KESAN**

**NAMA :**

# JURNAL REFLEKSI DIRI

**HARAPAN YANG DIDAU  
DIPAPAI**



**PENGALAMAN YANG DIDAPAT**



**KENDALA YANG  
DIDAPAI**



**MAKNA DAN  
MANFAAT YANG  
DIDAPAT**

**NAMA:**

### C. Pertemuan 3

**Tema** : Refleksi fenomena kekerasan dari berbagai perspektif

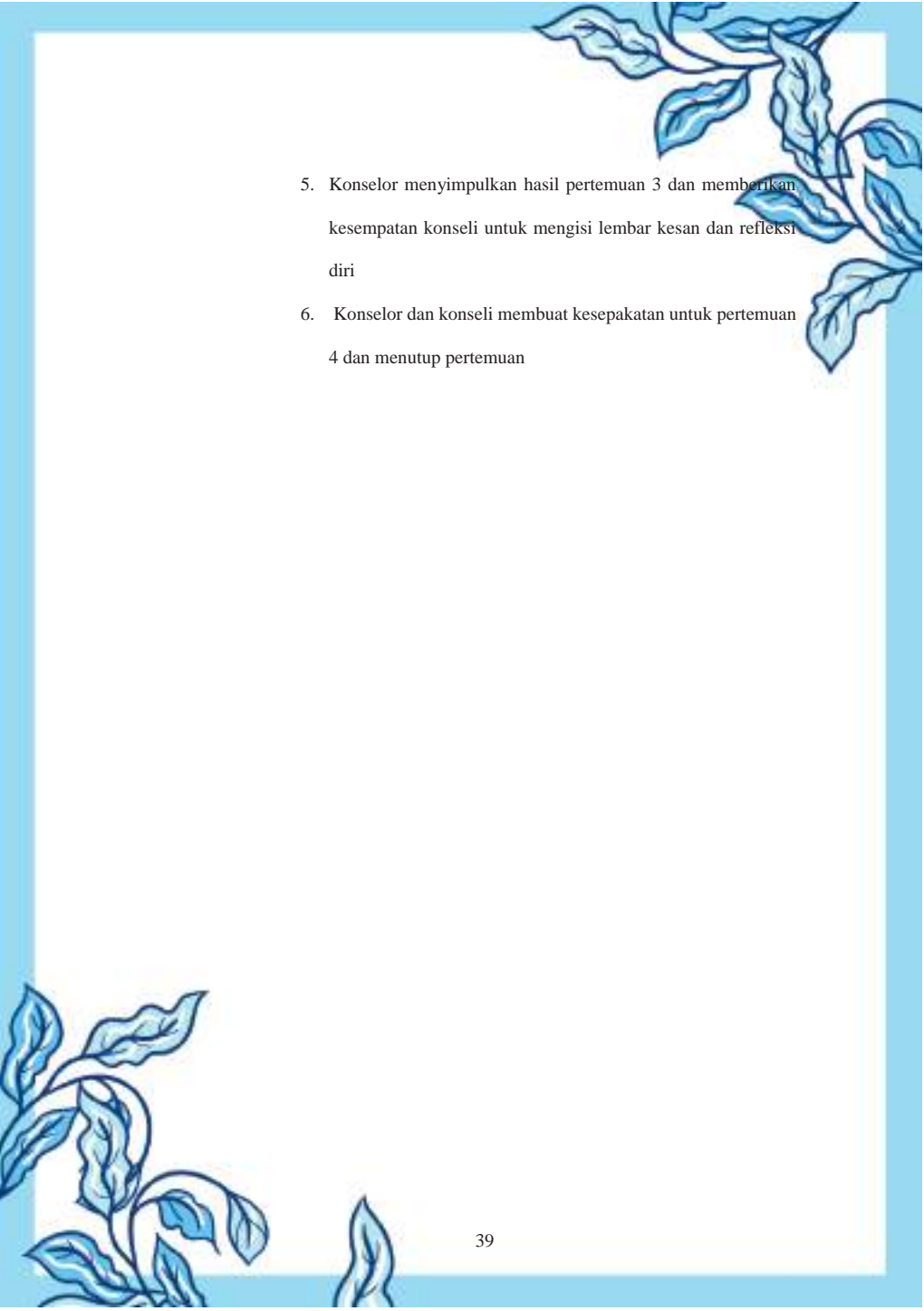
**Tujuan** :

1. Menggali pemahaman kepada konseli terkait perilaku agresi
2. Mengidentifikasi pola pikir konseli serta sikap konseli terkait sebuah permasalahan yang diibaratkan sedang dihadapi oleh konseli
3. Mengarahkan serta mendiskusikan bersama konseli terkait pola pikir serta sikap konseli ketika menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan perilaku agresi

**Alat** : Salah satu cerita berjudul “Kancil dan Harimau”, lembar identifikasi pikiran damai, lembar kesan dan pesan, dan lembar refleksi diri



**Kegiatan** :

1. Konselor mengucapkan salam serta menanyakan kesiapan konseli untuk mengikuti pertemuan 3
2. Konselor memberikan kesempatan konseli untuk menyampaikan refleksi dari pertemuan sebelumnya
3. Konselor memberikan sebuah contoh kasus peristiwa yang memicu timbulnya perilaku agresi
4. Konselor mengidentifikasi dan mendiskusikan tentang cara berpikir konseli tentang kasus tersebut

- 
5. Konselor menyimpulkan hasil pertemuan 3 dan memberikan kesempatan konseli untuk mengisi lembar kesan dan refleksi diri
  6. Konselor dan konseli membuat kesepakatan untuk pertemuan 4 dan menutup pertemuan




## LAMPIRAN PERTEMUAN 3



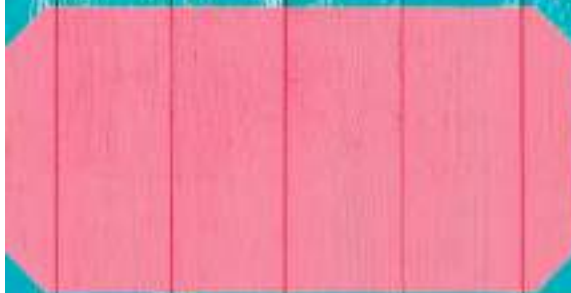
Kancil adalah hewan yang jeli. Suatu ketika kancil memiliki niat untuk menggoda sang harimau. Kancil ingin mengadu kecepatan berlari dengan harimau. Saat itu harimau sedang tertidur pulas, dibangunkan harimau tersebut oleh kancil dengan memanggilnya dari atas bukit. Kancil beranggapan harimau tidak akan mampu mengajarnya karena harimau berada jauh dibawah bukit. Harimau pun terbangun dan melihat kancil yang sedang tersenyum mengejek harimau dan berkata "Hei harimau kejarlah aku, jika kamu bisa mengejarku dari sana, kamu boleh memakan ku". Mendengar perkataan kancil seperti itu harimau pun menjawab " Saya tidak akan mengajarmu, karena saya tau karena keberanian itu bukan dari diriku namun keberanian itu berasal dari bukit yang tinggi ini"

## LEMBAR IDENTIFIKASI PIKIRAN DAMAI

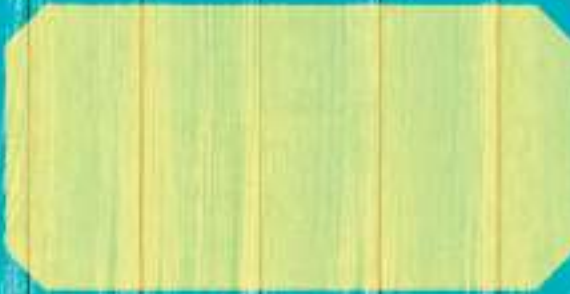
**PIKIRAN  
DAMAI  
YANG  
MUNCUL**



**DAMPAK  
DARI  
PIKIRAN  
DAMAI**



**HASIL  
YANG  
DIDAPAT  
KAN**



# JURNAL REFLEKSI DIRI

**HARAPAN YANG DIDAU  
DIPAPAI**



**PENGALAMAN YANG DIDAPAT**



**KENDALA YANG  
DIDAPAI**



**MAKNA DAN  
MANFAAT YANG  
DIDAPAT**

**NAMA:**



## LEMBAR KESAN DAN PESAN



**PESAN**



**KESAN**

**NAMA :**

#### **D. Pertemuan 4**

**Tema** : Mengajarkan mencari alternative perilaku kekerasan

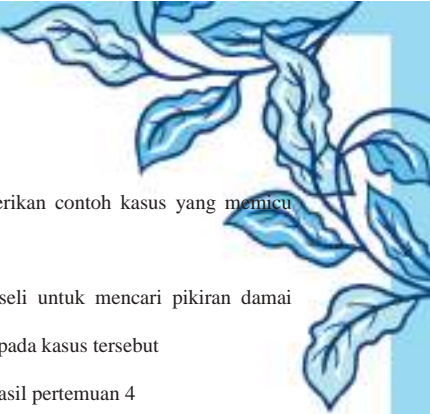
**Tujuan** :

1. Memberikan pemahaman kembali terkait pikiran damai
2. Membantu konseli untuk membedakan pikiran damai dan pikiran negative
3. Membantu konseli untuk mengembangkan pemikiran damai dan belajar untuk mengimplementasikan pikiran damai dalam menghadapi permasalahan
4. Mengarahkan konseli untuk mengembangkan pikiran damai dalam kehidupan sehari-hari

**Alat** : Lembar kasus, cerita yang berjudul "Buaya yang Berkelahi", lembar pengembangan pikiran damai, jurnal pikiran damai, lembar kesan dan pesan, dan lembar refleksi diri

**Kegiatan** :

1. Konselor mengucapkan salam dan menanyakan kesiapan konseli
2. Konselor memberikan kesempatan konseli untuk menyampaikan refleksi dari pertemuan sebelumnya
3. Konselor memberikan 4 kasus perilaku agresi
4. Konselor mendorong konseli untuk menganalisis perilaku agresi yang muncul
5. Konselor mendorong konseli untuk mencari cara lain dalam menghadapi permasalahan dalam kasus

- 
6. Konselor kembali memberikan contoh kasus yang memicu timbulnya perilaku agresi
  7. Konselor mendorong konseli untuk mencari pikiran damai dalam menghadapi situasi pada kasus tersebut
  8. Konselor menyimpulkan hasil pertemuan 4
  9. Konselor memberikan jurnal pikiran damai kepada konseli untuk dibawa dan diisi setiap hari dan memberikan kesempatan konseli untuk mengisi lembar kesan dan refleksi diri
  10. Konselor dan konseli membuat kesepakatan untuk pertemuan 5 dan menutup pertemuan



## **LAMPIRAN PERTEMUAN 4**



## LEMBAR KASUS

### KASUS 2 :

SANTI MERUPAKAN SISWA KELAS VII DI SMP N. SANTI ADALAH ANAK YANG PINTAR DAN CANTIK. DI SEKOLAH SANTI MEMILIKI GENG YANG BERNAMA GENG SQUATS. SETIAP HARI NYA SANTI HANYA BERMAIN DENGAN TEMAN-TEMAN GENG NYA. GENG SANTI INI SANGAT TERKENAL DI KALANGAN TEMAN-TEMAN SEKOLAHNYA. BANYAK SISWA LAIN YANG INGIN BERGABUNG MENJADI BAGIAN GENG INI NAMUN TERUS GAGAL. SETIAP KALI ADA SISWA YANG INGIN BERGABUNG DENGAN GENG NYA SANTI LAIN YANG MENGHADAPIL TAK SEDIKIT SISWA YANG TIDAK SUKA DENGAN SANTI KARENA SIFATNYA KETIKA BERBICARA. SANTI SERING KALI MENGUCAPKAN KATA-KATA KOTOR KETIKA MENOLAK SISWA-SISWA YANG INGIN MASUK KE GENG NYA. TAK HANYA ITU, SANTI JUGA SERING KALI MENJELEK DAN MENGHINA SISWA-SISWA YANG INGIN BERGABUNG PADA GENG NYA. TEMAN-TEMAN GENG SANTI TIDAK ADA YANG BERAN UNTUK MEMBERI TAU BAGAIMANA SIKAP YANG HARUS SANTI LAKUKAN KETIKA MENOLAK SISWA LAIN YANG INGIN BERGABUNG PADA GENG NYA.

## PERILAKU YANG MUNCUL

AGRESI VERBAL

ALTERNATIF PERILAKU

## LEMBAR KASUS

KASUS 3 :

DONI ADALAH ORANG YANG TERKENAL DI SELURUH AMKATAN SMP 5. DONI TERKENAL BUKAN KARENA PRESTASI YANG MEMBANGGAKAN NAMUN SEBALIKNYA DONI TERKENAL DI SELURUH AMKATANNYA KARENA SIFATNYA YANG TIDAK BAIK. DONI ADALAH SALAH SATU SISWA SMP 5 KELAS VII. DONI DI KENAL SEBAGAI PEMBART ORAK. DONI SERING KALI MASUK KE RUANG BK KARENA MASALAH PERNELAKKAN ATAU BEBERAPA MASALAH YANG SEJENIS ITU. DI MATA TEMAN-TEMANNYA DONI ADALAH SESEORANG YANG BIKUJAN TANDAN, PEMARAH, DAN ACUH TAK ACUH. DONI SERING KALI MEMBUNTI TABLIGH ANTAR SEKOLAH. SELAIN ITU DONI JUGA TIDAK AKAN SESAN SODAN BUNTUK MEMANGKIL ATAU MEMENDANG SESEORANG APABILA SESEORANG TERSEBUT TIDAK MEMBUNTI KEMAJUAN DONI. SELAIN ITU DONI JUGA SERING KALI MEMBUK, MEMENDANG, MEMONUMI TEMAN-TEMANNYA TANPA ALASAN. PISAK SEKOLAH SERING BERDALANG KALI BERUSAHA UNTUK MEMBEDAKAN DONI HUKUMAN NAMUN DONI MASUK SANA MELAKUKAN HAL-HAL YANG BUKAN DIA LAKUKAN.

### PERILAKU YANG MUNCUL

AGRESI FISIK

ALTERNATIF PERILAKU

## LEMBAR KASUS

### KASUS 4:

DINA BERSEKOLAH DI SMP 4 DI SALAH SATE DI JAWA TENGAH. KESIBUKAN DINA SEPERTI ANAK-ANAK SMP PADA UMURNYA. SAKUN ADA KAL LAR YANG SUDUD MENGHANGUS PERSEKSI DINA BERDAPAT BILAS INI KAL INI DRADENKAS DINA SERING MENGUNCI TEMAS-TEMANNYA SELAM SEPERDA DINA BAWA DINA MEMPAPAK DUNAM YANG BERDAM MAHAL MUDAH TERBUNGKUS, DAN JUNA TIDAK BAPAT MENDEKALKAN ANAKANNYA JENOMI DINA SUPPIN BAWA DUNAM DINA SELAMA INI MEMPAPAK DUNAM YANG BAWA. KETIKA DINA TIDAK MENDAPATKAN KAL YANG DIA INKORAS, DINA SUPPIN BAWA MERASA MARAH MENDAPAK KAL YANG BAWA DUNAM DALAM SITUASI TERSEBUT. SELAN ITU DINA JUNA SUPPIN BAWA KETIKA DINA MERASA MARAH DIA JUNA MELUAPKAN KENYATA SEKERTAS KASA KENYATA. KAMUN SPANDANGAN TEMAS-TEMANNYA DINA MEMPAPAK DUNAM YANG SANGAT BERDAM MAHAL KETIKA ADA SESUATU KAL YANG TIDAK BERDAM BERDAM BERKANYA KALAUPLIN ITU KAL-KAL BEKAL. SELAN ITU TEMAS-TEMAN DINA JUNA MENGHANGAP DINA TIDAK BAWA MENDUNCI DUNAMNYA KANDEA DINA SERING KAL TIDAK DINA MELUAT SITUASI DAN BUNDI BENDITANNYA APARAH MENDUNCI SITUK DINA MARAH ATAU TIDAK.

## PERILAKU YANG MUNCUL

RASA MARAH

ALTERNATIF PERILAKU



## LEMBAR KASUS

### KASUS 3 :

RINDA ADALAH SEORANG MAHASISWA YANG BERKULIAH DI SALAH SATU UNIVERSITAS KOTA JAKARTA. RINDA JUGA MENJAJAK SALAH SATU PEKERJA PART TIME. NAMUN RINDA SERING KALI GANTI KERJA KARENA SERING MENDAPAT KAN TEGURAN DARI TEMPAT DI BENERJA KARENA RINDA MERUPAKAN ORANG YANG TEMPRAMENTAL DAN JUGA SANGAT MURAH CEPAT MARAH KETIKA ADA ELANGGAN YANG MENYERWALKAN ATAU TEMAN KERJANYA YANG MEMBIAT DIA MERASA JEJOKEL DAN MARAH. TEMAN – TEMAN KAMPUS NYA JUGA SERING KALI MENDUNGGATKAN RINDA UNTUK BELAJAR MENKONTROL SKOP TEMPRAMENTALNYA AGAR TIDAK TERLALU SERING UNTUK BERGANTI PEKERJAAN. NAMUN RINDA TETAP SALA SEBUH AMAT DENSAH DALAM BAHWA SPAT CEPAT MARAHNYA MEMANG SUKSES DARI REEL. SEPERTI ITU. TIDAK BANYA SAAT BENERJA SALA NAMUN KETIKA RINDA DI KAMPUS JUGA SANGAT SERING CEPAT MERASA MARAH DAN TIDAK BISA MENKONTROL SAMA MARAHNYA. ITU SEBABNYA TEMAN-TEMAN KELASNYA BANYAK YANG MENJAJUK RINDA KARENA RINDA YANG TEMPRAMENTAL DAN JUGA TIDAK BISA MENKONTROL EMOSI NYA SENDIRI SAMPAI SUATU KETIKA RINDA MENDAPATKAN TEGURAN DARI DOSEN WALI RINDA KARENA BANYAK TEMAN-TEMAN RINDA YANG MELAPOR PADA WALI DOSEN BAHWA TEMAN-TEMANNYA MERASA TERGANGGU DENSAH SKOP TEMPRAMENTAL RINDA DAN JUGA SIFAT CEPAT MARAHNYA. BERSITU MENDAPAT TEGURAN DARI DOSEN WALI RINDA PUN MELAI MENBROGOSKOS DIRINYA KEMBALI BARRA YANG DIKATAKAN OLSEK TEMAN-TEMANNYA SELAMA DI APARAH BERAR DAN JUGA APARAH PERLU RINDA MERUBAH SIFAT NYA YANG TEMPRAMENTAL DAN CEPAT MARAH SELAMA PROSES BINTROGOSKOS DIRI RINDA PUN MELAI SAGUW BAHWA SKOP RINDA SELAMA DI YANG TEMPRAMENTAL DAN CEPAT MARAH OLASERAKAN RINDA MERASA TIDAK PUAS DENGAN DIRINYA SENDIRI DAN JUGA SIFATNYA SEPERTI ITU DIKATAKAN RINDA MERASA DI DENSAH APA YANG DIBALIK TEMAN-TEMAN NYA ITU TIDAK DAPAT RINDA BELAK.

## PERILAKU YANG MUNCUL



## ALTERNATIF PERILAKU






SUATUKETIKA TERJADILAH PERKELAHIAN ANTARA DUA EKOR  
MEKA DITERUAI TEMUAN SINGAL KATAK, IKAN, DAN BIBEKAPA  
BUAYA LAINNYA MENGAMATI PERKELAHIAN TERSEBUT SEMBARI  
SESEKALI MENERIHI MEKKA UNTUK TIDAK BERKELAH. TIDAK ADA  
YANG BERANI UNTUK HELEKAI LANGSUNG PERKELAHIAN TERSEBUT.  
SALAH SATU BUAYA YANG MELIHAT BERTATA SAKSI KETAYUTAN  
" SAMPAI KAPAN PERKELAHIAN ITU AKAN BERLANGSUNG?", IKAN  
PUN MENJAWAB " AKUPUN TIDAK TAHU, KETIKA MEKKA  
BERKELAH SEPERTI INI PASTI AKAN ADA SALAH SATU DARI  
MEKKA TERLUNA ATALPUN AKAN MENYAKITI HEWAN LAINNYA  
KARENA EKOR MEKKA YANG PANJANG"  
BUAYA YANG KETAYUTAN TERSEBUT PUN MEMBONARAKAN  
PERKATAAN IKAN TERSEBUT. TIDAK LAMA KEMUDIAN SALAH SATU  
DARI UAYA YANG BERKELAH TERSEBUT MEMBANTINGI LAWAN  
RELAN NYA DAN SAAT ITU PULA BADAN DAN EKOR BUAYA  
TERSEBUT MENGENAI SEKOR KATAK DAN IKAN YANG BERADA  
ARAK JAUH DARI TEMPAT PERKELAHIAN MEKKA. DAN AKURBYA  
KATAK DAN IKAN PUN TERAS TERKELAH BADAN DAN EKOR BUAYA  
YANG KERAS DAN TAJAM.

## LEMBAR PENGEMBANGAN PIKIRAN DAMAI

MASALAH YANG TIMBUL

PIKIRAN DAMAI YANG MUNCUL

HASIL YANG DIDAPATKAN



Amazing  
things to  
do with  
your Note  
Journal

Peace Journal





I think  
peacefully for

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**PERMASALAHAN**

**SOLUSI**

**My Wish List**

Tuliskan keinginan yang ingin kamu capai

Kegiatan	Cara Untuk Mencapai



FIVE THINGS

## THINGS THAT MAKE MY THINK PEACEFULLY

1.

2.

3.

4.

5.

In a world full of chaos, ground  
yourself with the beautiful things  
going in your life.



## LEMBAR KESAN DAN PESAN



**PESAN**



**KESAN**

**NAMA :**

# JURNAL REFLEKSI DIRI

HARAPAN YANG DIINGINKAN



PENGALAMAN YANG DIDAPAT



KENDALA YANG  
DIHADAPI



MAKNA DAN  
MANFAAT YANG  
DIDAPAT

NAMA:

## E. Pertemuan 5

**Tema** : Mencari bentuk berbeda dari kekerasan dan menghilangkannya


**Tujuan** :

1. Memberikan dorongan kepada konseli untuk terus mengembangkan pikiran damai melalui jurnal pikiran damai
2. Memberikan dorongan kepada konseli untuk mengembangkan pikiran damai yang baru
3. Memberikan dorongan kepada konseli untuk mengimplementasikan pemikiran damai dalam menghadapi permasalahan guna meminimalisir perilaku agresi

**Alat** : Lembar peta permasalahan, lembar kesan dan pesan, dan lembar refleksi diri

**Kegiatan** :

1. Konselor mengucapkan salam serta menanyakan kesiapan konseli untuk mengikuti kegiatan
2. Konselor memberikan kesempatan konseli untuk menyampaikan refleksi dari pertemuan sebelumnya
3. Konselor menyampaikan inti permasalahan dan faktor penyebab konseli melakukan perilaku agresi

- 
4. Konselor mendorong konseli untuk mencari pikiran damai terhadap permasalahan konseli
  5. Konselor menyimpulkan hasil pertemuan 5 dan memberikan kesempatan konseli untuk mengisi lembar kesan dan refleksi diri
  6. Konselor dan konseli membuat kesepakatan untuk pertemuan 6 dan menutup pertemuan



## LAMPIRAN PERTEMUAN 5

## LEMBAR PETA PERMASLAAHAN

**MASALAH**

**HAL YANG DIHINDARI KETIKA BERADA  
DITUAHI TERSEBUT**

**PENYIKAR SEPERTI APA KETIKA BERADA  
DITUAHI TERSEBUT?**

**APARAH PENYIKAR SAYA DAPAT MENCAPAI  
HAL YANG SAYA INKUNAK?**

**BAGAIMANA PENYIKAR DAMPAK  
YANG HARUS DIHINDARI?**

# JURNAL REFLEKSI DIRI

**HARAPAN YANG DIDAU  
DIPAPAI**



**PENGALAMAN YANG DIDAPAT**



**KENDALA YANG  
DIDAPAI**



**MAKNA DAN  
MANFAAT YANG  
DIDAPAT**

**NAMA:**

## LEMBAR KESAN DAN PESAN



**PESAN**



**KESAN**

**NAMA :**



## F. Pertemuan 6

**Tema** : Evaluasi dan tindak lanjut pikiran, perasaan, dan perilaku damai


**Tujuan** :

1. Mengarahkan konseli untuk mengulas kembali nilai moral yang didapatkan selama proses konseling kedamaian
2. Mengarahkan konseli untuk melihat usaha yang sudah dilakukan konseli hasil yang didapatkan selama kegiatan konseling kedamaian
3. Mendorong konseli untuk mengulas kembali jurnal pikiran damai yang ada pada konseli
4. Memberikan pengarahan kepada konseli untuk mengidentifikasi hambatan yang kemungkinan akan muncul dan merumuskan solusi untuk mengatasi hambatan yang ada dan mencapai tujuan konseling

**Alat** : Lembar hambatan dan solusi, lembar kesan dan pesan, dan lembar refleksi diri

**Kegiatan** :

1. Konselor mengucapkan salam serta menanyakan kesiapan konseli untuk mengikuti kegiatan
2. Konselor memberikan kesempatan konseli untuk menyampaikan refleksi dari pertemuan sebelumnya
3. Konselor mengidentifikasi usaha konseli untuk mereduksi perilaku agresif.

- 
4. Konselor mendorong konseli untuk mengulas kembali jurnal pikiran damai yang sudah diisi
  5. Konselor mendorong konseli untuk mengidentifikasi hambatan-hambatan yang sekiranya akan muncul dalam mereduksi perilaku agresi.
  6. Konselor mendorong konseli menjelaskan kemungkinan rencana tindakan yang dilakukan apabila hambatan tersebut muncul.
  7. Konselor menyimpulkan hasil pertemuan 6 dan memberikan kesempatan konseli untuk mengisi lembar kesan dan refleksi diri
  8. Konselor menutup pertemuan konseling



## LAMPIRAN PERTEMUAN 6

## LEMBAR HAMBATAN DAN SOLUSI

MASALAH

HAMBATAN

SOLUSI

## LEMBAR KESAN DAN PESAN



**PESAN**

Blank area for writing the message.

Blank area for writing the impression.



**KESAN**

**NAMA :** \_\_\_\_\_

# JURNAL REFLEKSI DIRI

**HARAPAN YANG INGI  
DIDAPAI**



**PENGALAMAN YANG DIDAPAT**



**MANFAAT DAN  
MANFAAT YANG  
DIDAPAT**

**KENDALA YANG  
DIDAPAI**




**NAMA:**



## DAFTAR PUSTAKA

- Adeyemi, B. A., & Salawudeen, M. O. (2014). *The Place of Indigenous Proverbs in Peace Education in Nigeria: Implications for Social Studies Curriculum*. 4 No. 2.
- Anand, S. (2014). The Contemporary Issues And Significance Of Peace Education In India. *International Journal of Research in Humanities, Arts and Literature*, 2, 47–54.
- Anantasari. (2006). *Menyikapi Perilaku Agresi Anak*. Kanisius.
- Biswas, P. (2015). Mahatma Gandhi's views on peace education. *Education Journal*, 4 No. 1, 10–12.
- Galtung, J. (1967). *A Synthetic Approach to Peace Thinking*. 238.
- Harding, C. (2006). *Aggression and Destructiveness: Psychoanalytic Perspectives*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203624609>
- Hidayat, H., Yusri, Y., & Ilyas, A. (2015). Profil Siswa Agresi Dan Peranan Guru BK. *Konselor*, 4(4), 196-199–199. <https://doi.org/10.24036/02015446472-0-00>
- Koeswara, E. (1988). *Agresi Manusia*. Bandung.
- MacLaren, V. V., Best, L. A., & Bigney, E. E. (2010). Aggression–hostility predicts direction of defensive responses to human threat scenarios. *Personality and Individual Differences*, 49(2), 142–147. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.03.024>
- Momodu, F. (2015). *The Relevance of Peace Education in Today's Context*. 4.
- Moyer, K. (1971). *The Psysiology Of Hostility*.



Navarro-Castro, L., & Nario-Galace, J. (2008). *Peace Education: A Pathway To A Culture Of Peace*. Quezon City.

Rahayu, S. (2018). *Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Menanggulangi Perilaku Agresi Peserta Didik SMP Wiyatama Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019*.

Ramirez, J. M. (2009). Some dychotomous classifications of aggression according to its function. *Journal of Organisational Transformation & Social Change*, 6(2), 85–101. [https://doi.org/10.1386/jots.6.2.85\\_1](https://doi.org/10.1386/jots.6.2.85_1)

Saputra, W. N. E. (2015). EVALUASI PROGRAM KONSELING DI SMP KOTA MALANG: DISCREPANCY MODEL. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 1(2), 180. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v1i2.1815>

Sugiyo. (2005). *Komunikasi Antar Pribadi*. UNNES PRESS.

Widyastuti, Y. (2014). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta.





Penerbit K-Media  
Bantul, Yogyakarta  
kmediacorp  
kmedia.cv@gmail.com  
© www.kmedia.co.id

ISBN 978-602-451-903-2

