

BAB IV

HASIL PENELITIAN

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan 3 informan penelitian yang memiliki lokasi penelitian yang berbeda pada setiap informannya. Berikut lokasi penelitian di setiap masing-masing informan penelitian, yaitu :

4.1.1 Lokasi Informan 1

Informan 1 atau bisa dipanggil berinisial AR ini tinggal di kediaman rumah bersama neneknya yang berlokasi di Jl. Bougenville 7 Komplek Pamulang Permai, Kel. Pamulang Barat Kec. Pamulang, Tangerang Selatan. Rumah AR bersama neneknya yang di Pamulang ini yang akan menjadi tempat atau lokasi ketika penelitian berlangsung. Kondisi rumah informan 1 ini dapat dilihat yaitu, 3 kamar tidur, 2 kamar mandi, 1 dapur, 1 ruang tamu, 1 teras, dan 1 ruang cuci. Selain neneknya, terkadang paman dari informan juga tinggal di kediaman rumah neneknya.

4.1.2 Lokasi Informan 2

Informan 2 atau bisa dipanggil berinisial ZA ini tinggal di kediaman rumah bersama kedua orang tuanya dan adiknya yang berlokasi di Jl. Permata Perumahan Griya Cendekia, Kel. Curug Kec. Gunung Sindur, Jawa Barat. Kondisi rumah informan 2 ini dapat dilihat yaitu, 3 kamar tidur, 1 kamar mandi, 1 dapur, 1 ruang tamu, 1 teras, dan 1 ruang cuci.

4.1.3 Lokasi Informan 3

Informan 3 atau bisa dipanggil berinisial KK ini tinggal di kediaman rumah bersama bibinya yang berlokasi di Jl. Pengarengan, Kel. Jatinegara Kec. Cakung, Jakarta Timur. Kondisi rumah informan 3 ini dapat dilihat yaitu, 1 kamar tidur, 1 kamar mandi, 1 dapur, dan 1 ruang tamu.

4.2 Hasil Penelitian Pra Modifikasi Perilaku

Pra modifikasi dalam penelitian ini dilakukan untuk melakukan penilaian

awal perilaku agresi yang terjadi pada ketiga informan penelitian. Hal ini termasuk mengenali pemikiran negatif, perasaan negatif, dan situasi yang memicu untuk berperilaku agresi serta dampak yang terjadi di dalam kehidupannya. Selain itu juga melibatkan keluarga informan untuk mendapatkan informasi lebih lanjut tentang perilaku informan.

4.2.1 Pra Modifikasi Perilaku Informan 1

Hasil dari wawancara dengan informan, informan 1 ketika sebelum dilakukannya modifikasi atau pra modifikasi perilaku ini yaitu, AR merupakan seorang anak berusia 13 tahun yang terbilang masih muda sudah berperilaku agresi terhadap orang-orang di kehidupan sekitarnya. AR bisa terbilang mudah untuk meluapkan emosinya secara berlebihan sampai mengeluarkan kata kasar, main fisik, sehingga secara tidak sadar ia melukai banyak orang-orang di sekitarnya. Informan 1 dapat meluapkan perasaan dan emosi negatifnya sekitar 6-10 kali dalam sehari.

Hal ini sesuai dengan paparan wali dari informan 1 :

“AR ini selalu mengambil keputusan sendiri dan selalu meluapkan emosinya secara meledak-ledak dalam seharian. Ngomong kasar juga sih kadang suka keceplosan di depan saya, pasti kalo sama temen-temennya juga lebih parah mungkin.”

Selama hidupnya, AR hidup dengan sebuah pertengkaran atau menjadi saksi dalam pertengkaran ayah dan ibunya. Ayah AR sangat keras dalam mendidik dan memperlakukan ibu serta keluarganya sebagaimana mestinya. Hingga tiba ketika AR hanya tinggal bersama neneknya dan kedua kakaknya. Sebelum bertemu dengan ayah tirinya AR, ibunya kerja banting tulang untuk menafkahi anak-anaknya karena ayah kandungnya sudah meninggalkan dan tidak bertanggung jawab terhadap keluarga kecilnya. AR memiliki emosi yang berlebihan dan sering melampiaskan emosinya terhadap orang-orang di sekitarnya karena faktor masa lalu kelurganya. AR tidak trauma dengan masa lalunya, namun perilaku dan pemikiran negatifnya ini menjadi terbawa dan tertanam karena faktor masa lalu keluarga yang ia alaminya.

Dalam pengekspresian perasaan emosionalnya ini, AR kerap kali

memendam perasaannya sehingga terkadang emosinya ini meledak-meledak dan suka melampiaskannya terhadap orang-orang di sekitarnya. AR melampiaskan atau mengekspresikan emosinya ini dengan cara melampiaskan amarah dengan nada tinggi, berkata kasar, hingga main fisik seperti mencubit, mendorong serta memukul orang-orang di sekitarnya. AR juga tidak begitu mengingat kapan ia pertama kali merasakan emosional yang meledak-meledak hingga berperilaku agresif. Ia hanya mengingat ketika ia berumur 5 tahun, ia berperilaku agresif terhadap teman sekelasnya dengan emosi yang meledak-ledak.

4.2.2 Pra Modifikasi Perilaku Informan 2

Hasil wawancara dengan informan, informan 2 ketika sebelum dilakukannya modifikasi atau pra modifikasi perilaku ini yaitu, ZA merupakan seorang anak berusia 13 tahun yang terbilang masih muda sudah berperilaku agresif. ZA terbilang sangat mudah berkata-kata kasar sehingga orang-orang yang di sekitarnya kadang tidak nyaman untuk mendengar hal tersebut dan sangat berdampak negatif terhadap orang-orang dan kehidupan sehari-harinya. Di samping itu juga ia kerap mudah sekali untuk kepancing emosi sehingga terkadang memukul dan mendorong yang tidak sadarkan diri apa yang sedang ia perbuat. Informan 2 dapat meluapkan perasaan dan emosi negatifnya sekitar 5-10 kali dalam sehari.

Hal ini sesuai dengan paparan wali dari informan 2 :

“ZA ini orang yang sangat keras kepala dan mudah meluapkan emosinya secara meledak-ledak dalam searian. Yang saya tau juga dia suka banget gangguan adiknya sampai menangis. Ngomong kasar juga sih, kalo ngomong kasar juga langsung saya marahin.”

Selama hidupnya, ZA tinggal dan tumbuh bersama kedua orang tua dan adiknya. Ayah ZA selalu mendidik ZA dengan keras dan banyak sekali pantangan. Ayah ZA selalu menyalurkan emosi-emosi negatif yang hingga membuat dan tertanam pada pola pikir serta emosional ZA yang negatif. ZA mudah sekali terpancing dengan suatu hal dan ia juga sangat mudah berkata kasar yang membuat orang-orang di sekitarnya tidak nyaman. Maka hal itu

pada dasarnya berdampak negatif pada dirinya sendiri, ia selalu memiliki pikiran emosi yang negatif dan secara tidak sadar ia kerap merugikan orang-orang yang di sekitarnya.

Dalam pengekspresian perasaan emosionalnya, ZA kerap kali mudah dan lantang untuk berkata kasar pada siapa pun di sekitarnya. ZA juga kerap kali mudah sekali memendam perasaan negatifnya sehingga ketika emosinya meledak, ZA benar-benar melampiasikan di hadapan orang-orang sekitarnya. ZA juga tidak begitu mengingat kapan ia pertama kali merasakan berperilaku agresi.

4.2.3 Pra Modifikasi Perilaku informan 3

Hasil wawancara dengan informan, informan 3 ketika sebelum dilakukannya modifikasi atau pra modifikasi perilaku ini yaitu, KK merupakan seorang remaja perempuan berumur 12 tahun yang terbilang sangat muda ini sudah berperilaku agresi. KK mudah sekali untuk berkata kasar, berkata yang selalu menyakiti hati orang lain, mengganggu orang lain sehingga dapat berdampak negatif dan dapat merugikan orang-orang di sekitarnya. Hal ini perlu diperhatikan, jika sejak dini sudah berperilaku agresi dan kurangnya pendidikan dari kedua orang tuanya, mau berkembang seperti apa dia nantinya. Informan 3 dapat meluapkan perasaan dan emosi negatifnya sekitar 13-15 kali dalam sehari.

Hal ini sesuai dengan paparan wali dari informan 3 :

“Saya memang kurang banyak tahu tentang KK sih karena jarang di rumah juga kan karena kerja. KK mudah sekali untuk berkata kasar, baik itu ke anak kecil atau anak dewasa dan sering meluapkan emosinya meledak-ledak secara seharian. Pernah gangguin tetangganya juga ampe nangis dia sih.”

Selama hidupnya, KK tumbuh dan hidup hanya diurus oleh bibinya karena ayahnya yang pergi atau lari dari tanggung jawab sebagai ayah dan ibunya yang sudah meninggal sejak KK berusia 4 tahun. Bibinya ini bisa dikatakan sebagai adik dari almarhumah ibunya yang sudah meninggal. KK

tumbuh di keluarga yang memiliki jauh dari rasa kasih sayang dan minim pendidikan. KK tidak memiliki atau merasakan hidup menjadi anak dari peran orang tuanya karena bibinya juga sibuk bekerja dan jarang di rumah. Hal tersebut berdampak dengan KK yang tumbuh di lingkungan yang kurang memadai dan jauh dari pengawasan dari keluarganya. KK tumbuh dengan kebiasaan-kebiasaan buruk seperti mudah berkata kasar, memukul, mudah berteriak, dan sebagainya.

Dalam pengekspresian perasaan emosionalnya, KK kerap kali berteriak-teriak sambil berkata kasar hingga mudah sekali dalam bermain tangan seperti memukul dan mencubit. Pada dasarnya pendidikan utama itu berasal dari orang terdekat yaitu kedua orang tuanya, namun bagi KK ia sama sekali tidak mendapatkan didikan tersebut sehingga ia terbiasa dengan lingkungan yang buruk baginya dan kurangnya pengawasan dari keluarganya. Ketika pertama kalinya KK berperilaku agresi ini terlihat ketika ia berumur 4 tahunan. KK kerap kali dicap anak bandel karena suka mengganggu temannya mau itu di lingkungan rumahnya maupun sekolahnya.

4.3 Hasil Proses Modifikasi Perilaku

Modifikasi perilaku dalam penelitian ini dilakukan selama 20 hari. Selama 20 hari ini, memang diperlukan proses yang cukup matang dan niat untuk melihat perbandingan dari perilaku agresi yang dialami ketiga informan penelitian. Maka proses dari modifikasi perilaku agresi dengan Teknik CBT atau terapi perilaku kognitif berdasarkan Teori Beck ialah sebagai berikut :

1. Hari ke 1-4 (Membangun Assesment)

Dalam membangun assesment pada informan, yang pastinya peneliti melakukan tahap pengenalan sambil sharing-sharing untuk membangun hubungan yang baik antara peneliti dan informan. Hal ini membantu memudahkan peneliti untuk mengetahui permasalahan yang dilanjut serta dampak yang dirasakan oleh informan.

Pada hari ke 1-4, peneliti lebih banyak mengenal ketiga informan penelitian untuk membangun hubungan sehingga memiliki rasa nyaman satu sama lain. Selain itu, peneliti mulai memberikan pemahaman

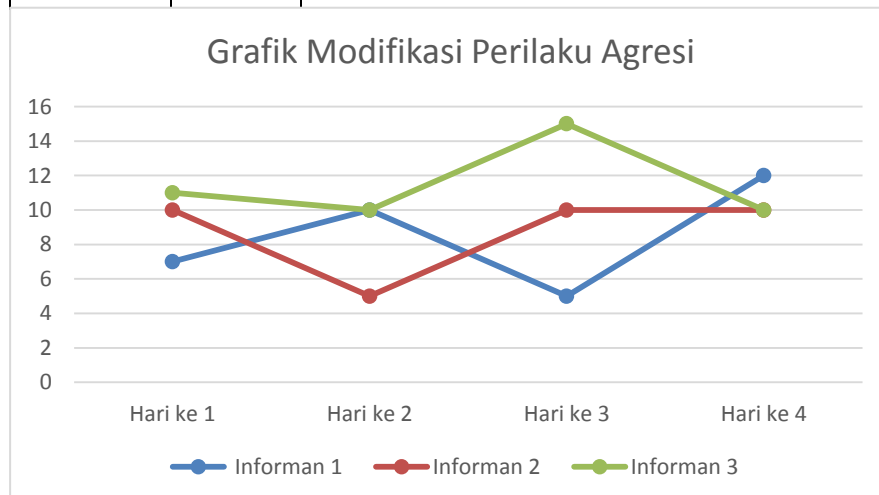
mengenai perilaku agresi, pemikiran negatif, serta dampak yang terjadi. Di samping itu juga, peneliti menanyakan beberapa hal perasaan, pemikiran, dan kejadian yang memicu berperilaku agresi di setiap pertemuan. Hal ini berguna untuk mencari tahu serta menggali lebih dalam tentang perasaan, emosi, dan pikiran negatif yang dialami oleh informan penelitian.

Tabel 4.1 Membangun Assessment

Informan	Hari	Kegiatan
1	1	Informan 1 merasa marah, emosi dan menggunakan nada tinggi ketika ia mau berangkat pergi naik ojol. Ia dipaksa untuk memakai helm, tetapi informan 1 enggan untuk menggunakan helm tersebut dan merasa tidak terima karena dipaksa. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam seharian.
	2	Informan 1 merasa marah, emosi, menggunakan nada tinggi, dan sedikit berkata kasar kepada ponakannya ketika sedang di dalam perjalanan. Informan 1 pergi sekeluarga bersama ayah tiri, ibu, kedua kakaknya, dan ponakannya namun ia merasa ponakannya ini bertindak seenaknya di dalam mobil selama perjalanan berlangsung. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10-15 kali dalam seharian.
	3	Informan 1 reflek mengeluarkan kata kasar ketika sedang berada di dalam bioskop karena kaget terhadap sesuatu. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam seharian
	4	Informan 1 reflek mengeluarkan kata kasar dan menggunakan nada tinggi ketika temannya sedikit terlambat saat sedang melakukan transaksi pembayaran makanan di suatu tempat cafe.

		Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 12-15 kali dalam sehari.
2	1	Informan 2 marah, emosi menggunakan nada tinggi sampai sedikit berkata kasar ketika diganggu oleh adiknya, sehingga adiknya sekitar terdiam dan menjauh dari informan 2. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10 kali dalam sehari.
	2	Informan 2 merasa marah dan ikut tidak sabaran ketika sedang memberi makanan pada kucing. Hal tersebut dikarenakan kucingnya tidak sabaran dan ingin masuk ke dalam rumah informan 2. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam sehari.
	3	Informan 2 merasa marah, emosi, panik, tidak tenang, serta sambil mengeluarkan kata-kata kasar karena tidak kebagian tiket bioskop. Selain itu juga yang membuat informan 2 merasa seperti itu karena ia melihat banyaknya sekali antrean yang membuat emosi informan 2 terpancing. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10 kali dalam sehari.
	4	Informan 2 merasa marah, emosi, tidak terima, dan mengeluarkan nada tinggi karena ketika ia menjemput adiknya tapi adiknya tidak kunjung selesai. Di saat itu juga, udara sangat panas dan hal tersebut membuat informan 2 mudah terpancing emosi dan menyalahkan adiknya. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10 kali dalam sehari.

3	1	Informan 3 merasa marah, emosi, tidak terima, serta menggunakan nada tinggi hingga berkata kasar karena ia lupa membawa handphone ketika hendak ingin bermain keluar rumah. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 11 kali dalam sehari.
	2	Informan 3 merasa marah, emosi, menggunakan nada tinggi, serta berkata kasar ketika minumannya disenggol oleh anak kecil tetangganya. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10 kali dalam sehari.
	3	Informan 3 merasa marah, emosi, dan tidak terima ketika temannya membentak dan memarahi informan. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 15 kali dalam sehari.
	4	Informan 3 merasa memukul, mencubit dengan mengganggu temannya ketika temannya sedang bermain game online. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10 kali dalam sehari.



Gambar 4.1 Hari ke 1-4 Grafik Modifikasi Perilaku

2. Hari ke 5-8 (Mencari Pikiran dan Emosi Negatif)

Dalam menggali permasalahan lebih lanjut, diperlukan untuk mencari tahu awal mula pikiran negatif itu muncul dan tertanam. Di tahap ini, peneliti memberikan pemahaman mengenai teknik perilaku kognitif lebih lanjut dan peneliti memberikan lembar kerja penangkapan pikiran dan catatan pikiran disfungsional.

Pada sesi lembar kerja penangkapan pikiran ini berisi pikiran-pikiran hasil dari persepsi yang anda munculkan terhadap peristiwa yang yang dihadapi dan sangat mempengaruhi bagaimana perasaan anda. Sehingga ketika informan merasakan perasaan negatif apakah hal tersebut mempengaruhi perilaku informan. Selain itu juga bagaimana perasaan-perasaan yang terjadi ketika pikiran dan perasaan negatif itu terjadi pada informan.

Selanjutnya pada sesi lembar kerja catatan disfungsional, peneliti meminta informan untuk menuliskan situasi, pikiran serta perasaan otomatis yang dialami. Peneliti dan informan bersama-sama menganalisis distorsi kognitif pada informan dan mendiskusikan serta menawarkan pikiran otomatis positif yang sebenarnya terdapat pada diri informan. Hal ini dapat dilakukan dengan menggali dan memberikan tanggapan positif terkait dengan aspek-aspek positif yang terdapat pada diri informan. Pada sesi ini peneliti juga mengevaluasi hambatan dan kesulitan informan dalam memunculkan pikiran otomatis positifnya. Maka peneliti dapat memberikan penguatan, motivasi serta reinforcement positif agar informan dapat mengatasi pikiran otomatis negatifnya tersebut.

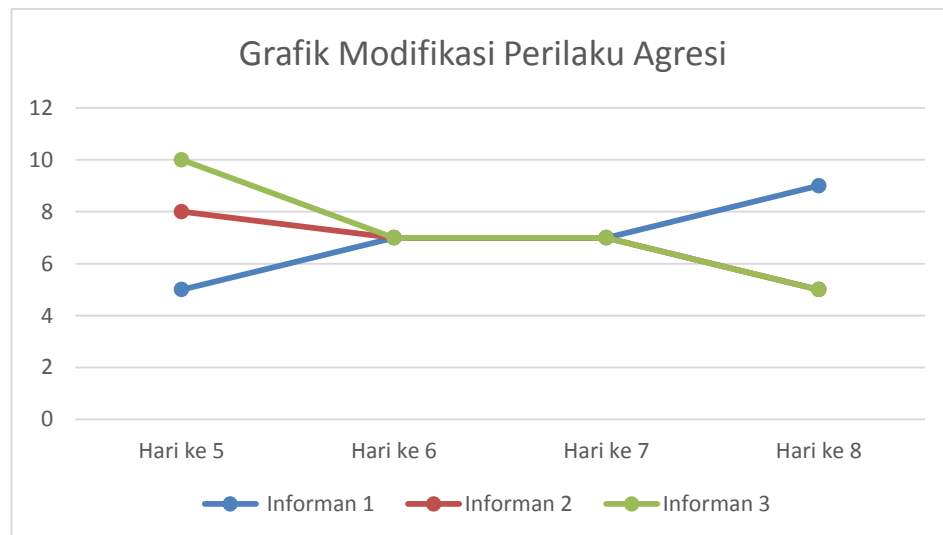
Tabel 4.2 Mencari Pikiran Negatif

Informan	Hari	Kegiatan
1	5	Informan 1 merasa marah, emosi, tidak terima, serta menggunakan nada tinggi ketika dibangunin secara paksa oleh kakaknya untuk bersih-bersih kamarnya mereka. Informan 1 juga

		berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam sehari.
	6	Informan 1 merasa marah, emosi, tidak terima ketika ibunya mendadak tidak bisa menjemput ia dari sekolah dan ketika meminta dipesankan ojol tidak ada respon yang jelas. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	7	Informan 1 sedang tertawa ketika melihat story temannya di sosial media. Ketika kakaknya bertanya dan sudah dijawab oleh informan 1 tetapi kakaknya masih terus bertanya berulang kali hal tersebut hingga informan 1 merasa marah, emosi, serta menggunakan nada tinggi. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	8	Informan 1 merasa marah, emosi, dan menggunakan kata kasar ketika dibercandain dengan temannya. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 9 kali dalam sehari.
2	5	Informan 2 merasa marah, emosi, menggunakan nada tinggi, dan mengeluarkan kata kasar ketika menghadapi kemacetan di pagi hari ketika di perjalanan untuk berangkat sekolah. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 8 kali dalam sehari.
	6	Informan 2 merasa marah, emosi, mengeluarkan nada tinggi, dan berkata kasar ketika menghadapi temannya yang berisik di dalam kelasnya. Informan 2 juga berkata kasar dan

		bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	7	Informan 2 merasa marah, emosi, dan menggunakan nada tinggi ketika teman sebangkunya mendapat nilai yang lebih bagus dari informan. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	8	Informan 2 merasa marah, emosi, dan menggunakan nada tinggi ketika ayahnya memarahi informan karena informan sedang tidak enak badan namun disuruh belajar di malam hari. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam sehari.
3	5	Informan 3 memukul, mencubit, berkata kasar dengan menggunakan nada tinggi, dan men Informan ganggu anak kecil tetangganya sampai menangis. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10 kali dalam sehari.
	6	Informan 3 suka tiba-tiba memukul, mencubit, dan berkata kasar pada diri sendiri. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	7	Informan 3 merasa emosi, marah, memukul, dan berkata kasar pada dirinya sendiri karena masih tidak terima kalau ia akan masuk di kelas yang jauh dari teman dekatnya saat tahun ajaran baru nanti. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	8	Informan 3 merasa marah, emosi, dan berkata kasar pada kakaknya karena makanan yang ia

		minta tidak dibelikan. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam sehari.
--	--	---



Gambar 4.2 Hari ke 5-8 Grafik Modifikasi Perilaku

3. Hari ke 9-12 (Rencana Intervensi)

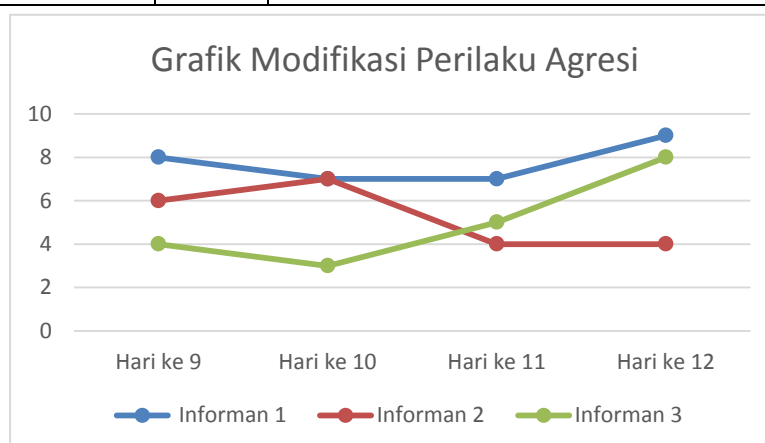
Setelah menggali permasalahan dengan mencari pikiran-pikiran, emosi, serta perasaan negatif ini diperlukan rencana-rencana dan evaluasi bersama-sama saling berdiskusi yang sudah dilakukan pada tahap sesi sebelumnya. Yang pastinya untuk memberikan penguatan, motivasi serta reinforcement positif agar para informan dapat mengatasi pikiran otomatis negatifnya. Dengan melihat bagaimana keadaan perkembangan informan setelah diberikan penguatan, motivasi serta reinforcement positif dalam mengatasi pikiran otomatis negatifnya.

Tabel 4.3 Rencana Intervensi

Informan	Hari	Kegiatan
1	9	<p>Informan 1 reflek berbicara dengan nada tinggi ketika berbicara dengan temannya yang sedang main ke rumah.</p> <p>Informan 1 menanggapi bercandaan temannya dengan sedikit kata kasar namun tetap dengan bernada tinggi.</p> <p>Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 8</p>

		kali dalam sehari.
	10	Informan 1 mencoba menahan emosi dan sedikit menggunakan nada tinggi ketika berbicara dengan ponakannya. Ponakannya yang terbilang masih kecil dan masih sulit diatur membuat informan 1 terpancing emosi dan amarahnya. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	11	Informan 1 merasa marah, emosi, menggunakan nada tinggi dan berkata kasar ketika adu mulut dengan kakaknya. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	12	Informan 1 merasa marah, emosi, dan mengeluarkan kata kasar ketika atap kelas sekolahnya roboh dan ditambah udara yang sangat panas membuat informan mudah terpancing emosi dan amarahnya. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 9 kali dalam sehari.
2	9	Informan 2 mencoba menahan emosi, amarahnya, dan sedikit menggunakan nada tinggi ketika ada kucing yang mencoba menrobos masuk ke dalam rumahnya. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 6 kali dalam sehari.
	10	Informan 2 mencoba menahan emosi dan amarahnya ketika sedang menjemur pakaian yang jumlahnya sangat banyak di siang hari yang terik. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.
	11	Informan 2 mencoba menahan emosi, amarahnya, sedikit menggunakan nada tinggi, dan hampir berkata kasar ketika sedang bermain game. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 4 kali dalam sehari.
	12	Informan 2 mencoba menahan untuk tidak berkata kasar

		ketika sedang menonton film horror. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 4 kali dalam seharian.
3	9	Informan 3 reflek memukul kepalanya karena menyadari perbuatan amarah dan emosinya yang dilakukan tadi pagi ketika baju jemurannya jatuh dan kotor. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 4 kali dalam seharian.
	10	Informan 3 menahan emosi dan amarahnya ketika sedang merasa kesepian ketika sedang hujan dan dari dua hari yang lalu hanya ia seorang diri di rumahnya. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 3 kali dalam seharian.
	11	Informan 3 menahan emosi dan amarahnya ketika ia sedang sakit di bagian gigi dan kepala namun harus berinteraksi banyak dengan tetangganya yang sangat ramai. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam seharian.
	12	Informan 3 reflek marah, emosi, memukul, mencubit, berkata kasar dengan menggunakan nada tinggi ketika bertemu dan bermain dengan temannya di luar. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 8 kali dalam seharian.



Gambar 4.3 Hari ke 9-12
Grafik Modifikasi Perilaku

Pada tahap ini, peneliti mereview kembali informan setelah diberikan penguatan, motivasi serta reinforcement positif dalam mengatasi pikiran otomatis negatifnya. Peneliti juga melihat sudah sejauh mana dan bagaimana keadaan informan dalam perkembangannya dari perilaku agresi yang dialami informan.

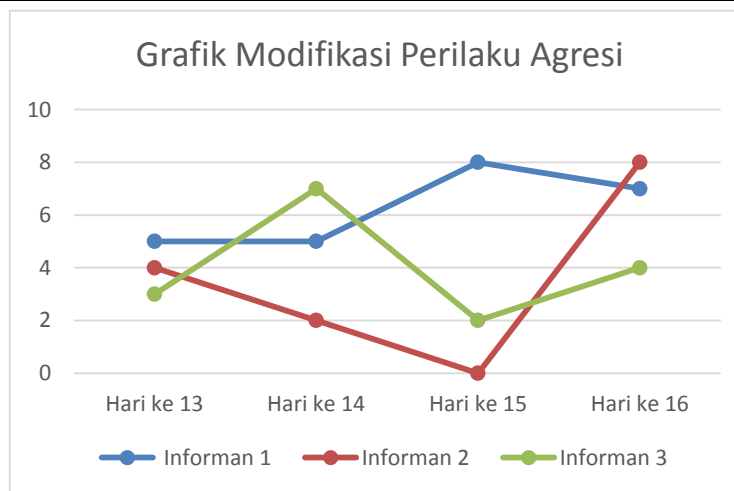
Setiap kegiatan dalam sehari, peneliti wajib mengevaluasi pelaksanaan intervensi tingkah laku dengan konsekuensi-konsekuensi yang disepakati. Sehingga informan dapat mengetahui mengenai perilakunya dan dapat meningkatkan pemikiran-pemikiran yang positif dalam perkembangannya dari perilaku agresi yang dialami informan. Di samping itu juga, peneliti memberikan dukungan dan motivasi pada informan agar tetap fokus pada masalah utama dan semangat dalam mencapai kemajuan yang ingin dicapai.

Tabel 4.4 Fokus Terapi

Informan	Hari	Kegiatan
1	13	Informan 1 merasa stabil dan dapat menahan emosi selama seharian. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam seharian.
	14	Informan 1 merasa stabil dan masih dapat menahan amarah dan emosi serta berkata kasar walaupun sedikit keceplosan menggunakan nada tinggi. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam seharian.
	15	Informan 1 merasa emosi, marah, reflek berkata kasar serta menggunakan nada tinggi ketika berbicara dengan temannya karena sedang menggunakan kebaya di cuaca panas dan sedang mengalami kehilangan duit. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 8 kali dalam seharian.
	16	Informan 1 merasa emosi, marah, reflek berkata kasar serta menggunakan nada tinggi ketika berbicara dengan temannya karena keadaan kelas yang baru direnovasi. Hal itu membuat baju informan menjadi kotor di cuaca yang panas dan

		mengalami kehilangan duit lagi. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam seharian.
2	13	Informan 2 sedikit reflek berkata kasar dan merasa marah karena kesal terpancing emosi setelah menonton video artis korea namun suaranya tidak enak untuk didengar. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 4 kali dalam seharian.
	14	Informan Informan 2 merasa stabil dan dapat menahan emosi serta amarah selama seharian. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 2 kali dalam seharian.
	15	Informan 2 merasa stabil dan dapat menahan emosi serta amarah selama seharian. Informan 2 juga tidak berkata kasar dan bernada tinggi dalam seharian.
	16	Informan 2 merasa emosi, marah, dan berkata kasar karena terpancing emosinya setelah mengalami perbuatan atau tindakan orang yang baru saja dikenal namun sudah bertindak manipulatif terhadap dirinya dan orang lain. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 8 kali dalam seharian.
3	13	Informan 3 merasa stabil dan dapat menahan emosi selama seharian. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 3 kali dalam seharian.
	14	Informan 3 reflek merasa emosi, marah, nangis, menggunakan nada tinggi karena suasana di pagi hari macet dan cuaca yang sangat panas ketika hari pertama sekolah. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam seharian.
	15	Informan 3 merasa stabil dan dapat menahan emosi selama seharian karena kegiatan masa pengenalan sekolah yang membuat hati dan perasaan informan merasa nyaman atau

		tenang. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 2 kali dalam sehari.
	16	Informan 3 reflek mencubit dan mengganggu temannya ketika temannya sedang menyapu di kelas. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 4 kali dalam sehari.



Gambar 4.4 Hari ke 13-16 Grafik Modifikasi Perilaku

5. Hari ke 17-20 (Pencegahan Relaps)

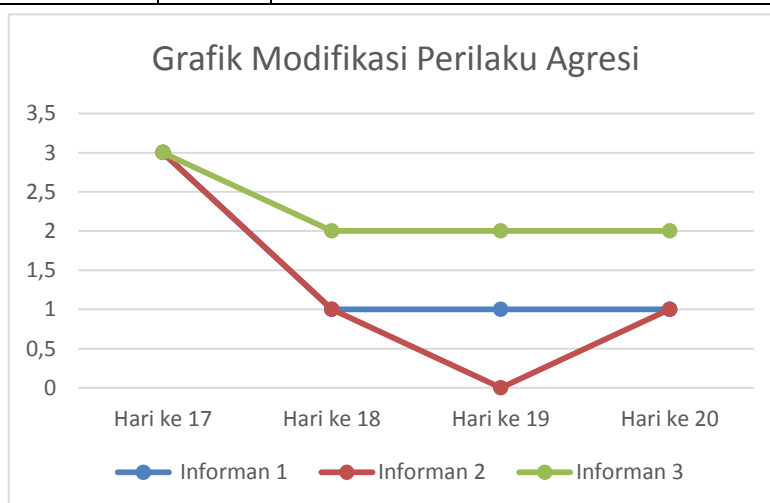
Pada tahap ini, peneliti melihat hasil yang dicapai pada perkembangan informan. Setiap kegiatan sampai tahap akhir, peneliti masih tetap mengevaluasi pelaksanaan intervensi tingkah laku dengan konsekuensi-konsekuensi yang disepakati. Dengan memberikan dukungan dan motivasi pada informan agar tetap fokus pada masalah utama dan semangat dalam mencapai kemajuan yang ingin dicapai. Sehingga hal ini membuat informan dapat mengatasi pikiran-pikiran dan perasaan negatifnya yang memicu berperilaku agresi.

Tabel 4.5 Pencegahan Relaps

Informan	Hari	Kegiatan
1	17	Informan 1 reflek marah, emosi, dan menggunakan nada tinggi karena berantem dengan kakaknya. Informan 1 mulai ada perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 3 kali dalam

		seharian.
	18	Informan 1 merasa stabil dan dapat menahan emosi dalam seharian. Informan 1 mulai ada perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 1 kali dalam seharian.
	19	Informan 1 merasa stabil dan dapat menahan emosi dalam seharian. Informan 1 mulai ada perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 1 kali dalam seharian.
	20	Informan 1 merasa stabil dan dapat menahan emosi dalam seharian. Informan 1 mulai ada perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 1 kali dalam seharian.
2	17	Informan 2 sedikit merasa marah, emosi, dan berkata kasar karena masih ngomongin masalah kemaren bersama teman lewat chat online. Informan 2 mulai ada perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 3 kali dalam seharian.
	18	Informan 2 merasa stabil dan dapat menahan emosi dalam seharian. Informan 2 mulai ada perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 1 kali dalam seharian.
	19	Informan 2 merasa stabil dan dapat menahan emosi dalam seharian di kala sedang bersih-bersih rumah sendirian dengan cuaca yang cukup panas. Informan 2 mulai ada perubahan, informan tidak merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi dalam seharian.
	20	Informan 2 merasa stabil dan dapat menahan emosi dalam seharian walaupun sedikit reflek tetapi langsung cepat ditahan karena ac di kamarnya bocor. Informan 2 mulai ada

		perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 1 kali dalam seharian.
3	17	Informan 3 merasa stabil dan dapat menahan emosi selama seharian. Informan 3 mulai mengalami perubahan dari merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 3 kali dalam sehari.
	18	Informan 3 merasa stabil dan dapat menahan emosi selama seharian. Informan 3 mulai mengalami perubahan dari merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 2 kali dalam sehari.
	19	Informan 3 merasa stabil dan dapat menahan emosi selama seharian. Informan 3 mulai mengalami perubahan dari merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 2 kali dalam sehari.
	20	Informan 3 masih merasa emosi, marah, menggunakan nada tinggi, dan reflek berkata kasar dengan memukul dirinya sendiri karena informan takut dimarahin ibunya. Informan 3 masih merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi selama 2-3 kali dalam seharian.



Gambar 4.5 Hari ke 17-20
Grafik Modifikasi Perilaku

4.4 Hasil Wawancara Pasca Modifikasi Perilaku

a. Monitoring dan Evaluasi

Pada tahap monitoring dan evaluasi, peneliti menindaklanjuti keberlanjutan, efektivitas, tujuan, dan dampak yang diharapkan oleh informan serta peneliti. Hal ini dilakukan dengan mengevaluasi perkembangan informan penelitian setelah proses modifikasi perilaku yang dilakukan selama 20 hari dan menerapkan perubahan pada perjanjian atau strategi yang tidak berhasil, serta mempertahankan strategi yang telah berhasil. Berikut hasil dari proses modifikasi perilaku selama 20 hari, yaitu :

4.4.1 Pasca Modifikasi Perilaku Informan 1

Hasil wawancara dengan informan 1 pasca modifikasi perilaku, yaitu informan 1 sudah dapat mengontrol amarah, emosi, dan perilaku-perilaku lainnya yang memicu berperilaku agresif atau perilaku yang dapat merugikan orang lain serta dirinya sendiri. Bisa dikatakan, informan 1 sudah bebas dari perilaku-perilaku negatif yang menyimpang yaitu perilaku agresif. Informan 1 sudah mulai mengurangi rasa emosi, marah, berkata kasar, menggunakan nada tinggi, maupun bermain fisik seperti mencubit, memukul, dan mendorong pada orang lain. Informan 1 sudah mengenal perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran negatif, serta situasi negatif yang memicu informan untuk berperilaku agresif. Pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan negatif ini berhubungan dengan cara pemikiran informan dalam mengontrol perasaan, pemikiran, perilaku, serta emosionalnya dalam memicu berperilaku agresif.

Hasil dari wawancara pasca modifikasi, informan 1 mulai mengontrol pemikiran-pemikiran negatif yang memicu perasaan-perasaan negatif, seperti halnya informan 1 mengalami kehilangan duit, lalu informan berusaha berpikir bahwa itu bukan rezekinya, serta berpikir bahwa mungkin ia kurang bersedekah dan banyak dosanya. Sehingga informan berusaha untuk mengontrol perasaan dan emosi negatif dan tidak menyalahkan keadaan sehingga menghindari perilaku agresif. Informan 1 juga merasakan emosinya sekarang hanya 2-3 kali dalam sehari.

4.4.2 Pasca Modifikasi Perilaku Informan 2

Hasil wawancara dengan informan 2 pasca modifikasi perilaku, yaitu informan 2 sudah dapat mengontrol amarah, emosi, dan perilaku-perilaku lainnya yang memicu berperilaku agresif atau perilaku yang dapat merugikan orang lain serta dirinya sendiri. Hal ini dapat dikatakan bahwa informan 2 sudah bebas dari perilaku-perilaku negatif yang menyimpang yaitu perilaku agresif. Informan 2 sudah mulai mengurangi rasa emosi, marah, berkata kasar, menggunakan nada tinggi, maupun bermain fisik seperti mencubit atau memukul. Informan 2 sudah mengenal perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran negatif, serta situasi negatif yang memicu informan untuk berperilaku agresif. Pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan negatif ini berhubungan dengan cara pemikiran informan dalam mengontrol perasaan, pemikiran, perilaku, serta emosionalnya dalam memicu berperilaku agresif.

Hasil wawancara dari pasca modifikasi, informan 2 mulai mengontrol pemikiran-pemikiran negatif yang memicu perasaan-perasaan negatif, seperti halnya ketika marah dengan teman sebangkunya karena nilai temannya lebih bagus. Informan 2 berusaha berpikir bahwa rezeki setiap orang berbeda-beda, asalkan tidak melakukan kecurangan, serta berpikir ketika mudah iri dengan orang lain, maka akan membuat hati tidak tenang. Informan 2 juga sekarang dalam merasakan emosinya hanya terjadi sekali atau dua kali dalam sehari.

4.4.3 Pasca Modifikasi Perilaku Informan 3

Hasil wawancara dengan informan 3 pasca modifikasi perilaku, yaitu informan 3 sudah dapat mengontrol amarah, emosi, dan perilaku mengganggu orang lain serta perilaku-perilaku lainnya yang memicu berperilaku agresif atau perilaku yang dapat merugikan orang lain serta dirinya sendiri. Hal ini dapat dikatakan bahwa informan 3 sudah mulai bebas dari perilaku-perilaku negatif yang menyimpang yaitu perilaku agresif. Informan 3 sudah mulai mengurangi rasa emosi, marah, berkata kasar, menggunakan nada tinggi, maupun bermain fisik seperti mencubit, memukul, dan mendorong. Informan 3 juga sudah mengenal perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran negatif, serta situasi negatif yang memicu informan untuk berperilaku agresif. Pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan negatif

ini berhubungan dengan cara pemikiran informan dalam mengontrol perasaan, pemikiran, perilaku, serta emosionalnya dalam memicu berperilaku agresi.

Hasil wawancara dengan informan 3 pasca modifikasi perilaku ini ditandai ketika informan sedang terpancing emosinya ia lebih memilih mengontrol nafas, nangis sendirian, dan menjauh dari orang-orang sekitar. Informan 3 mulai mengenal dan bekajar mengotrol pikiran-pikiran negatif bagaimana ia harus bersikap dan tidak mudah untuk berprasangka buruk terhadap orang lain. Hingga akhirnya informan memiliki kemauan untuk belajar dan berubah demi kebaikan diri sendiri dan orang-orang di sekitarnya. Informan 3 juga sekarang dalam merasakan emosinya hanya terjadi 2-3 kali dalam sehari.

4.5 Perbandingan Pra Modifikasi Perilaku dan Pasca Modifikasi Perilaku

Dari paparan proses hasil proses pra modifikasi perilaku dan pasca modifikasi perilaku ini dapat dilihat bahwa kondisi perubahan perilaku berjalan sebagaimana mestinya. Berikut beberapa perbandingan antara pra modifikasi perilaku dan pasca modifikasi perilaku, yaitu :

Informan	Pra Modifikasi Perilaku	Pasca Modifikasi Perilaku
1	Informan 1 merasa marah, emosi, menggunakan nada tinggi, dan sedikit berkata kasar kepada ponakannya ketika sedang di dalam perjalanan menuju tempat makan. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10-15 kali dalam seharian.	Informan 1 mencoba menahan emosi dan sedikit menggunakan nada tinggi ketika berbicara dengan ponakannya. Ponakannya yang terbilang masih kecil dan masih sulit diatur membuat informan 1 terpancing emosi dan amarahnya. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam seharian.

	<p>Informan 1 merasa marah, emosi, menggunakan nada tinggi dan berkata kasar ketika adu mulut dengan kakaknya. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.</p>	<p>Informan 1 reflek marah, emosi, dan menggunakan nada tinggi karena berantem dengan kakaknya. Informan 1 mulai ada perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 3 kali dalam sehari.</p>
	<p>Informan 1 reflek mengeluarkan kata kasar dan menggunakan nada tinggi ketikas temannya sedikit terlambat saat sedang melakukan transaksi pembayaran makanan di suatu tempat cafe. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 12-15 kali dalam sehari.</p>	<p>Informan 1 merasa emosi, marah, reflek berkata kasar serta menggunakan nada tinggi ketika berbicara dengan temannya karena keadaan kelas yang baru direnovasi. Hal itu membuat baju informan menjadi kotor di cuaca yang panas dan mengalami kehilangan duit lagi. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.</p>
	<p>Informan 1 merasa marah, emosi, dan menggunakan kata kasar ketika dibercandain dengan temannya. Informan 1 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 9 kali dalam sehari.</p>	<p>Informan 1 merasa stabil dan dapat menahan emosi dalam sehari. Informan 1 mulai ada perubahan, informan hanya merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresi hanya 1 kali dalam sehari.</p>
2	<p>Informan 2 merasa marah, emosi, panik,</p>	<p>Informan 2 mencoba menahan untuk tidak</p>

	<p>tidak tenang, serta sambil mengeluarkan kata-kata kasar karena tidak kebagian tiket bioskop. Selain itu juga yang membuat informan 2 merasa seperti itu karena ia melihat banyaknya sekali antrean yang membuat emosi informan 2 terpancing. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10 kali dalam sehari.</p>	<p>berkata kasar ketika sedang menonton film horror. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 4 kali dalam sehari.</p>
	<p>Informan 2 merasa marah dan ikut tidak sabaran ketika sedang memberi makanan pada kucing. Hal tersebut dikarenakan kucingnya tidak sabaran dan ingin masuk ke dalam rumah informan 2. Informan 2 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam sehari.</p>	<p>Informan 2 merasa stabil dan dapat menahan emosi dalam sehari di kala sedang bersih-bersih rumah sendirian dengan cuaca yang cukup panas. Informan 2 mulai ada perubahan, informan tidak merasa emosi, menggunakan nada tinggi, dan berperilaku agresif dalam sehari.</p>
3	<p>Informan 3 memukul, mencubit, berkata kasar dengan menggunakan nada tinggi, dan menganggu Informan dengan anak kecil</p>	<p>Informan 3 menahan emosi dan amarahnya ketika ia sedang sakit di bagian gigi dan kepala namun harus berinteraksi banyak dengan tetangganya yang sangat</p>

	tetangganya sampai menangis. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 10 kali dalam sehari.	ramai. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 5 kali dalam sehari.
	Informan 3 merasa emosi, marah, memukul, dan berkata kasar pada dirinya sendiri karena masih tidak terima kalau ia akan masuk di kelas yang jauh dari teman dekatnya saat tahun ajaran baru nanti. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 7 kali dalam sehari.	Informan 3 merasa stabil dan dapat menahan emosi selama sehari karena kegiatan masa pengenalan sekolah yang membuat hati dan perasaan informan merasa nyaman atau tenang. Informan 3 juga berkata kasar dan bernada tinggi selama 2 kali dalam sehari.

b. Terminasi

Pada tahap terminasi, penelitian akan berada di akhir kegiatan ketika penelitian modifikasi perilaku penyimpangan dalam berperilaku yaitu perilaku agresi melalui Teknik CBT atau terapi perilaku kognitif ketika sudah mencapai tujuan. Tahap ini sangat diharapkan untuk memastikan bahwa informan penelitian telah berhasil melakukan perubahan perilaku yang diinginkan, serta dapat mempertahankan perubahan tersebut secara mandiri dalam memperbaiki penyimpangan sosial perilaku yang terjadi. Tidak lupa pada tahap terminasi di akhir kegiatan, peneliti memberikan reward berupa hadiah sebagai apresiasi ketika informan penelitian telah berhasil dalam mencapai tujuan.