# IMPELEMENTASI TEKNIK *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* DALAM MENGATASI PERILAKU AGRESIF (STUDI KASUS KLIEN "A" DI DESA MANGKUNEGARA TIMUR)

**Tata Kurniawan Putri[1], Zhila Jannati[2], Lena Marianti[3]**

[1,2,3]*Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*
E-mail : [1]tatakurniawanputri@gmail.com, [2]zhila_jannati10@radenfatah.ac.id, [3]lenamarianti_uin@radenfatah.ac.id

## ABSTRACT

This study is entitled Implementation of Motivational Interviewing Techniques in Overcoming Aggressive Behavior (Case Study of Client "A" in Mangkunegara Timur Village). This study is motivated by adolescence which is a transitional period that is often accompanied by emotional instability that has the potential to cause aggressive behavior both physically and verbally. This phenomenon was also found in client "A" in Mangkunegara Timur Village who showed aggressive behavior such as being easily angered, using harsh language, shouting, pushing, and fighting. This study aims to analyze the implementation of Motivational Interviewing techniques in overcoming aggressive behavior in client "A". This study uses a qualitative approach with a case study method. Data collection techniques were carried out through observation, interviews, and documentation. The results of the study showed that before counseling, the client often showed aggressive behavior both verbally and physically which was influenced by the conditions of a broken home, lack of parental attention, and the influence of the social environment. After the individual counseling process using Motivational Interviewing techniques, the client began to realize the negative impact of his aggressive behavior and showed more positive behavioral changes such as being able to control emotions, reduce harsh language, and be more able to restrain himself when facing conflict. Thus, the implementation of Motivational Interviewing techniques can help overcome aggressive behavior in clients.

**Keywords :** *Motivational Interviewing, Aggressive Behavior, Case Study*

## PENDAHULUAN

Perilaku agresif merupakan tindakan yang dilakukan dengan tujuan menyakiti, merugikan, atau menimbulkan penderitaan pada orang lain baik secara fisik, verbal, maupun psikologis. Hidayat Ma'ruf menjelaskan bahwa perilaku agresif tampak dalam tindakan memukul, menendang, menghina, mengancam, hingga menyebarkan gosip. (Hidayat Ma'ruf, 2015) Adapun menurut Freud memandang agresivitas sebagai dorongan naluriah yang ada dalam diri manusia dan dapat berubah menjadi perilaku merusak apabila tidak dikendalikan. (Savitri, Henny Subandiyah, 2020) Maka dapat disimpulkan bahwa Perilaku agresif bukan sekadar luapan emosi sesaat, melainkan pola perilaku yang disengaja, berulang, dan berpotensi merusak tatanan sosial. Berdasarkan data hasil penelitian Candra, diketahui bahwa aspek perilaku agresif fisik berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 63%, sedangkan aspek agresif verbal juga berada pada kategori sedang dengan persentase 58%. Data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat remaja yang berpotensi melakukan tindakan kekerasan fisik maupun mengeluarkan ucapan yang dapat melukai perasaan orang lain. (Candra Prasiska Rahmat and others, 2024) Hal ini dapat dilihat dari ciri-cirinya.

Ciri-ciri perilaku agresif melalui berbagai bentuk tindakan yang merugikan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis. Adapun aspek-aspek perilaku agresif pada remaja meliputi bentuk agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan. (M Buss, 2020) Pertama Agresi fisik, seperti tindakan memukul, menendang, atau mendorong orang lain, menunjukkan dorongan emosi yang diwujudkan melalui kekerasan tubuh. Selanjutnya, agresi verbal muncul dalam bentuk kata-kata kasar, dan ancaman yang sering digunakan untuk melukai perasaan orang lain secara psikologis. Kemudian, kemarahan diungkapkan dengan bentuk perasaan atau emosi. Dan permusuhan ditunjukkan dengan didasari rasa dendam. Menurut Ma'ruf, berbagai bentuk agresi tersebut merupakan hasil dari ketidakmampuan individu dalam mengendalikan emosi akibat tekanan psikologis maupun lingkungan sosial. Dengan memahami ciri tersebut, perilaku agresif dapat diidentifikasi sejak dini sehingga membuka peluang intervensi lebih cepat. Namun, keberadaan ciri-ciri ini juga memberi sinyal bahwa perilaku agresif menimbulkan dampak serius yang perlu mendapat perhatian khusus.

Dampak perilaku agresif sangat luas dan berbahaya baik bagi individu maupun lingkungan. Bagi remaja, perilaku ini dapat menurunkan harga diri, menimbulkan rasa bersalah, menghambat perkembangan psikologis, bahkan menimbulkan kecenderungan perilaku menyimpang lainnya. Dan bagi lingkungan, perilaku agresif merusak hubungan sosial, memicu konflik dengan teman sebaya, dan mengganggu harmoni masyarakat. Menurut Anggraini dan Prasetyo menegaskan bahwa dampak agresivitas yang tidak ditangani sejak dini dapat berkembang menjadi kenakalan remaja hingga kriminalitas. (Weni Anggraini, et al, 2023) Hal ini menunjukkan bahwa dampak agresif tidak boleh diabaikan, sebagaimana yang juga terlihat dalam hasil observasi lapangan di Desa Mangkunegara Timur.

Hasil observasi awal peneliti di Desa Mangkunegara Timur menemukan permasalahan pada perilaku agresif klien "A" yaitu, sering berkata kasar, membentak, menantang orang dewasa, dan sering berkelahi. Ketua BPD desa juga menuturkan adanya kasus seorang remaja berinisial "A", *"Dulu anak itu pendiam, tapi sejak orang tuanya bercerai, dia jadi sering marah-marah, ribut dengan tetangga, melawan guru, dan berkelahi dengan teman sebayanya."*

Fenomena ini menimbulkan rasa sakit hati dan ketidak nyamanan orang lain, sehingga adanya kesenjangan antara kondisi ideal remaja yang seharusnya berperilaku baik, mampu mengendalikan emosi, dan taat pada norma sosial dengan kenyataan dilapangan yang memperlihatkan perilaku agresif dan penuh konflik. Selain itu, di Desa Mangkunegara Timur belum tersedia layanan konseling yang terstruktur untuk membantu remaja menghadapi masalah emosional. Kondisi ini memperkuat kebutuhan akan strategi konseling yang sistematis, salah satunya melalui konseling individu.

Konseling individu adalah layanan bimbingan yang dilakukan secara tatap muka antara konselor dan konseli dengan tujuan membantu konseli memahami diri, mengendalikan emosi, dan menemukan solusi atas masalah yang dihadapinya. Prayitno dan Erman Amti mendefinisikan konseling sebagai proses interaksi profesional yang mendukung pengembangan potensi serta penyelesaian masalah konseli. (Prayitno & Erman Amti, 2019) Adapun menurut Sopiah dan Nurjannah menambahkan bahwa konseling individu merupakan bentuk pemberdayaan agar konseli mandiri dalam mengambil Keputusan. (Ai Durotus Sopiah & Nurjannah Nurjannah, 2023) Dengan demikian, konseling individu efektif digunakan untuk mengatasi perilaku agresif pada remaja *broken home*. Namun, agar lebih sesuai dengan karakteristik remaja, layanan ini dapat dipadukan dengan teknik yang lebih empatik dan kolaboratif, salah satunya adalah teknik *motivational interviewing.*

*Motivational interviewing* (MI) adalah pendekatan konseling yang dikembangkan Miller dan Rollnick, yang bertujuan menggali motivasi internal klien agar mampu melakukan perubahan perilaku secara sukarela. MI membantu individu menghadapi ambivalensi, menemukan alasan pribadi untuk berubah, dan membangun komitmen perilaku positif. Teknik ini mengedepankan empati, kerja sama, serta sikap nonkonfrontatif, sehingga sangat cocok untuk remaja *broken home* yang biasanya defensif atau keras kepala. Dalam konteks perilaku agresif, MI mendorong remaja menyadari dampak buruk dari tindakannya dan membangun kesediaan untuk berubah. Dengan karakteristik tersebut, MI relevan untuk diterapkan karena mampu menjawab kebutuhan penanganan agresivitas remaja secara lebih efektif.

Permasalahan dari klien "A" memiliki masalah kompleks yang apabila tidak segera diatasi akan menimbulkan dampak serius bagi individu, keluarga, maupun masyarakat. Penelitian sebelumnya telah banyak membuktikan efektivitas *motivational interviewing*, namun umumnya dilakukan di perkotaan atau pada konteks masalah adiksi dan prestasi belajar. Masih sedikit penelitian yang secara spesifik mengkaji penerapan *Motivational Interviewing* untuk mengatasi perilaku agresif pada remaja *broken home* di pedesaan. Sehingga, penelitian tentang *Implementasi Teknik Motivational Interviewing dalam Mengatasi Perilaku Agresif (Studi Kasus Klien "A" di Desa Mangkunegara Timur)* penting untuk dilakukan, terutama karena remaja *broken home* di wilayah pedesaan masih kurang mendapat perhatian dalam kajian akademik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan dalam pengembangan layanan konseling yang relevan dengan kebutuhan remaja di pedesaan.

## METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif, yang mengacu pada metode penelitian dengan jenis studi kasus. Pendekatan kualitatif dapat menghasilkan data yang akurat dan relevan

dengan rancangan metode dalam studi kasus. (Marinu Waruwu, 2024) Menurut Asurlla, menjelaskan pendekatan kualitatif merupakan suatu pendekatan penelitian yang berlandaskan pada fenomenologi dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan. Pendekatan ini lebih mengutamakan penalaran logis *(logical reasoning)* serta pemahaman interpretasi peneliti terhadap subjek penelitian. Melalui pendekatan kualitatif, peneliti berupaya memahami secara mendalam pengalaman, interaksi, serta makna yang dimunculkan oleh subjek penelitian dalam konteks tertentu. (Muhajirin, Risnita, Asrulla, 2024) Sumber data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari subjek penelitian. Dalam penelitian ini, sumber data primernya adalah wawancara kepada klien "A" yang mengalami perilaku agresif di Desa Mangkunegara Timur. Data ini digunakan peneliti untuk memperoleh informasi mendalam mengenai implementasi teknik *Motivational Interviewing* dalam mengatasi perilaku agresif klien "A". Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara langsung terhadap objek penelitian untuk memahami fenomena dalam konteks kehidupan nyata. Teknik ini memberikan gambaran nyata mengenai kondisi perilaku klien sebelum dan setelah pelaksanaan konseling *Motivational Interviewing.*

Wawancara dilakukan secara langsung dengan klien "A" sebagai penelitian, serta pihak-pihak terkait seperti Ibu klien "A" dan teman klien "A" untuk memperoleh data pendukung yang lebih komprehensif.

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan untuk melengkapi serta memperkuat hasil observasi dan wawancara. Dalam penelitian ini, dokumentasi mencakup catatan proses konseling, foto kegiatan, hasil observasi lapangan, serta dokumen pendukung dari pihak sekolah dan keluarga yang berkaitan dengan perilaku agresif remaja "A".

Menurut Yin, terdapat tiga bentuk analisis utama yang digunakan dalam penelitian studi kasus, yaitu perjodohan pola, pembuatan Eksplanasi, dan analisis deret waktu. Ketiga metode ini dijalankan secara berkelanjutan selama proses penelitian berlangsung. Penjelasannya sebagai berikut"

1. Perjodohan pola: Metode perjodohan pola membantu memastikan bahwa hasil penelitian tidak bersifat kebetulan, melainkan sejalan dengan dugaan awal yang telah dirumuskan secara konseptual.
2. Pembuatan Eksplanasi: Melalui proses ini, peneliti dapat menghubungkan antara bukti empiris dengan teori yang relevan, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai konteks kasus yang diteliti
3. Analisis deret waktu: Pendekatan ini biasanya digunakan dalam penelitian yang membutuhkan analisis mendalam dan rinci, karena hasilnya dapat memberikan dasar yang kuat bagi penarikan kesimpulan dalam studi kasus.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

**Gambaran Perilaku Agresif Pada Klien "A" Sebelum Diimplementasikan Konseling Individu Dengan *Teknik Motivational Interviewing (MI)***

Gambaran Perilaku Agresif pada klien "A" merupakan hasil dari data yang diperoleh melalui wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti terkait aspek-aspek dan indikator Perilaku Agresif sebagai berikut :

**a) Aspek Agresi Fisik**

1) Memukul

Adapun aspek-aspek dari agresi fisik ialah memukul. Berikut ini hasil wawancara dengan klien "A", Orang tua dan temannya, dapat dilihat dari tabel berikut ini:

**Tabel 1. Aspek Agresi Fisik Pada Ciri-ciri "Memukul"**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Ao pernah, aku lewat bae galek die ngomongi aku jadi ku pokol die.* | Iya, pernah. Saat saya lewat, dia terus membicarakan saya, jadi saya memukulnya. |
| | *Aku dak bakalan mukul die kalu nye idak mulai duluan. Kesal nian aku jadi bahan omongan, kadang aku ajek nian belage.* (Klien "A", 2026) | Saya tidak akan memukul kalau dia tidak mulai duluan. Saya sangat kesal dijadikan bahan omongan, kadang saya tantang dia unutuk berkelahi. |
| **Ibu Klien "A"** | *Dalam keseharian die wang ee pendiam, jarang nian die kompol diumah kalo miniari tuh. Aman dengu kabar mukul wang aman di umah dengan bapaknye tulah, dak pacak berparakan,* (Klien "A", 2026) | Dalam kesehariannya dia sebenarnya pendiam, sekarang juga jarang berkumpul di rumah. Saya pernah mendengar kabar dia memukul orang, jangankan diluar di rumah aja dengan ayahnya juga pernah saling pukul, sampai mereka tidak bisa dipisahkan. |
| **Teman Klien "A"** | *Kalo dulu wang ee ceria kate, tapi semenjak wang tue ee bebale nye jadi melawan, kadang aku takot paraknye lagi sebab aku galak liat die pernah mukul wang, gare-gare ade wang nomongi die tentang keluarge ee. Jadinye, die marah sampai belage saling pukul satu same laen. Tapi aku sadar die mukul wang pasti ade sebab, yah walapun itu terlalu sadis man di telek.* (Klien "A", 2026) | Dulu dia anaknya ceria, tetapi sejak orang tuanya sering bertengkar, dia jadi suka melawan. Kadang saya takut mendekatinya karena saya pernah melihat dia memukul orang gara-gara ada yang membicarakan keluarganya. Akhirnya dia marah sampai terjadi perkelahian saling pukul. Namun saya sadar dia memukul orang pasti ada sebabnya, meskipun kalau dilihat tindakannya memang terlalu keras. |

Berdasarkan hasil wawancara, Klien "A" menunjukkan ciri perilaku agresif berupa tindakan fisik dengan memukul orang lain, baik di lingkungan rumah maupun dalam pergaulan dengan teman sebaya. Perilaku tersebut muncul ketika klien merasa kesal, tersinggung, atau tidak

mampu mengendalikan emosinya. Hal ini diperkuat oleh keterangan ibu dan temannya yang menyatakan bahwa Klien "A" beberapa kali melakukan pemukulan terhadap anggota keluarga maupun teman saat terjadi konflik.

2) Menendang

Selanjutnya adapun salah satu yang termasuk aspek dari agresi fisik yakni menendang. Berikut hasil wawancara pada klien "A", orang tua dan temannya. Dapat dilihat dari tabel 4.7 di bawah ini sebagai berikut :

**Tabel 2. Aspek Agresif Fisik Pada Ciri-ciri "Menendang"**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Ao pernah, secare sepontan bae nendang ee saat emosi ku naek* | Iya pernah, saya menendang secara spontan saat emosi saya meningkat. |
| | *Gare-gara nelek tuek hal yang aku idak senangi, apelagi wang tue galek bebaleh teros diumah.* (Klien "A", 2026) *Memane aku idak emosi aman dengu bebalehan terus.* | Hal itu terjadi karena saya melihat sesuatu yang tidak saya sukai, apalagi orang tua saya sering bertengkar di rumah. Bagaimana saya tidak emosi jika terus mendengar pertengkaran. |
| **Ibu Klien "A"** | *Ayt, lah teneman kami nelek ee marah dak jelas apelagi nendang tuh lah leman nian pintu umah ancor oleh die. Galek tibe-tibe tekejut kami.* (Klien "A", 2026) | Iya, kami memang sering melihat dia marah tanpa sebab yang jelas. Bahkan dia pernah menendang pintu rumah sampai rusak. Kami sering terkejut dengan kemarahannya yang tiba-tiba. |
| **Teman Klien "A"** | *Nelek muke ee die bae dak berani aku yuk, ayuk nanye masalahnye nendang pulek haha.. kalo nendang tuh pernah cuman jarang aku nelek e. Aku lah ketakotan nelek muke ee.* (Klien "A", 2026) | Kalau melihat ekspresinya saja saya sudah tidak berani mendekat. Kakak malah menanyakan tentang sering tidaknya menendang haha.. kalo menendang itu pernah saya lihat, tetapi tidak sering melihatnya. Saya suda ketakutan lihat ekspresinya. |

Hasil wawancara menunjukkan, bahwa perilaku menendang menjadi salah satu bentuk agresi fisik yang dilakukan Klien "A" saat tidak mampu mengontrol emosi. Keterangan dari pihak terdekat juga menguatkan bahwa tindakan menendang yang dilakukan klien ketika berada dalam situasi emosi yang tidak stabil.

3) Mendorong

Salah satu aspek agresi fisik ialah mendorong orang lain. Berikut ini hasil dari wawancara pada klien "A", orang tua, dan temannya. Berdasarkan hasil wawancara, mendorong merupakan bentuk agresi fisik yang muncul sebagai reaksi impulsif terhadap konflik yang terjadi. Sehingga perilaku mendorong seseorang ini sudah menjadi hal yang wajar saat bertengkar satu sama lain. Pernyataan ini didukung oleh ibu dan temannya yang mengamati perilaku serupa.

4) Merusak barang sekitar

Salah satu agresi fisik lainnya yakni merusak barang sekitar dalam bentuk agresi fisik Klien "A". Berikut ini hasil wawancara dari Klien "A", ibunya dan teman klien. Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa klien "A" cenderung meluapkan emosinya dengan

merusak barang sekitarnya sebagai pelampiasan terhadap emosinya. Hal ini juga diakui oleh ibu dan temannya.

**b) Aspek Agresi Verbal**

1) Membentak

Salah satu agresi verbal yaitu membentak orang lain. Berikut ini hasil wawancara dari Klien "A", ibunya dan teman klien. Dapat dilihat dari tabel 4.10 berikut :

**Tabel 3. Aspek Agresi Verbal Pada Ciri-ciri "Membentak"**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Ao sereng, ku segek nian gelek wang yang galek nelek aku cak cak dak agam dengan aku.* | Iya sering, saya tantang orang yang terus memperhatikan saya seolah-olah tidak senang dengan keberadaan saya. |
| | *Galakku bilang "woy santai bae away nelek wang" kadang ade yang galak ngomongi aku langsung aku parakke wang ee, pas di parakke takut pule wang ee.* (Klien "A", 2026) | Saya biasanya mengatakan, "Santai saja, melihat saya." Namun kadang ada yang tetap membicarakan saya, sehingga saya mendekatinya. Setelah saya dekati, orang tersebut justru menjadi takut. |
| **Ibu Klien "A"** | *Ao sereng nian membantak die, tapi memanepun sifat ee yang miniari ke kami nye tetap anak kami. Walapun dampak ee banyak merugike wang, dak pacak ngataiinnye lagi aku dengan sikap ee miniari aku sadar nian kami banyak kekurang lek sebagai wang tue ee* (Klien "A", 2026) | Iya sering banget dia membentak, tetapi mau bagaimanapun juga dia tetap anak kami. Walaupun perilakunya sekarang banyak merugikan orang lain, saya tidak bisa sepenuhnya menyalahkannya. Dari sikapnya saat ini saya menyadari bahwa sebagai orang tua kami masih memiliki banyak kekurangan dalam mendidiknya. |
| **Teman Klien "A"** | *Ao, man kami bekumpul bae dak pacak lame-lame die kompol dengan kami lah mulai lah itu die nepak meje. Kadang aku yang galak negur die "berhentilah cak itu nga, banyak yang dak ribang sikap nga cak itu." Menurutku itu pacak merugike diri eee dewek dan lingkungan sekitar* (Klien "A", 2026) | Ya, ketika kami berkumpul dia tidak bisa lama-lama bersama kami karena tidak menahan emosinya tiba-tiba memukul meja. Kadang saya menegurnya dengan mengatakan, "Berhentilah bersikap seperti itu, banyak orang tidak nyaman dengan perilakumu." Menurut saya, sikap tersebut dapat merugikan dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya. |

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa klien "A" cenderung sering membentak dan emosinya mudah tidak terkontrol dengan baik dan dapat berdampak negatif buat diri sendiri dan lingkungan sekitanya. Hal ini juga diakui oleh ibu dan temannya.

2) Berkata kasar

Agresi verbal berikutnya yaitu berkata kasar. Berikut ini hasil wawancara dari Klien "A", ibunya dan teman klien. Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa klien "A" pernah berkata kasar sampai mengluarkan kata-kata kotor untuk meluapkan emosinya. Hal ini juga diakui oleh ibu dan temannya klien "A".

3) Menolak berinteraksi dengan orang lain

Selanjutnya adapun salah satu yang termasuk ciri-ciri dari agresi verbal yakni Menolak berinteraksi dengan orang lain. Berikut hasil wawancara pada klien "A", orang tua dan temannya. Berdasarkan hasil wawancara, mengenai salah satu ciri dari agresi verbal ialah menolak berinteraksi dengan orang lain sebagai bentuk ketidak nyamanan yang terjadi. Pernyataan ini didukung oleh ibu dan temannya yang mengamati perilaku Berdasarkan hasil rekapitulasi wawancara dan observasi, klien "A" menunjukkan pola perilaku agresif yang mencakup aspek agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan. Perilaku agresi fisik terlihat melalui tindakan memukul, menendang, mendorong, serta merusak barang di sekitarnya sebagai bentuk pelampiasan emosi yang tidak terkontrol. Tindakan tersebut muncul terutama ketika klien merasa tersinggung, dihina, atau tertekan oleh konflik keluarga yang berlangsung terus-menerus.

Pada aspek agresi verbal, klien sering membentak, berkata kasar, dan menolak berinteraksi dengan orang lain saat kondisi emosinya tidak stabil. Pola ini menunjukkan bahwa klien memiliki kesulitan dalam mengelola ekspresi emosi secara adaptif. Kemarahan yang dialami klien tergolong intens dan mudah muncul, bahkan dipicu oleh permasalahan kecil. Hal ini diperkuat oleh pengakuan orang tua dan teman klien "A" yang menyatakan bahwa klien cepat tersulut emosi dan cenderung meluapkannya secara langsung.

Hal ini menunjukkan bahwa perilaku agresif klien tidak berdiri sendiri, melainkan berkaitan erat dengan tekanan psikologis akibat konflik keluarga dan kurangnya regulasi emosi. Kondisi tersebut menjadi dasar penting dalam implementasi layanan konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI), yang berfokus pada peningkatan kesadaran diri, eksplorasi emosi, serta membangun motivasi internal klien untuk berubah.

**Implementasi Konseling Individu Dengan Teknik *Motivational Interviewing* Dalam Mengatasi Perilaku Agresif (Studi Kasus Klien "A" di Desa Mangkunegara Timur)**

Pelaksanaan konseling individu dengan mengimplementasikan teknik *Motivational Interviewing* (MI) pada klien "A" berlangsung dari tanggal 12 Januari 2026 sampai dengan 1 Februari 2026 di Desa Mangkunegara Timur. Konseling ini bertujuan membantu mengurangi serta mengatasi perilaku agresif yang selama ini berdampak negatif terhadap kondisi emosional klien dan hubungan sosialnya. Proses konseling dirancang dalam empat sesi pertemuan selama empat minggu, dengan durasi setiap sesi 2 × 45 menit.

Penerapan teknik *Motivational Interviewing (MI)*, proses konseling difokuskan pada upaya membantu klien mengenali dan mengeksplorasi pikiran, perasaan, serta dorongan internal yang melatarbelakangi munculnya perilaku agresif. Klien dibantu untuk menyadari bahwa cara berpikir dan merespons situasi yang selama ini kurang tepat dapat memicu agresi, baik secara fisik maupun verbal. Dengan teknik *Motivational Interviewing*, klien diarahkan untuk membangun motivasi dari dalam dirinya sendiri agar bersedia melakukan perubahan, sehingga mampu mengembangkan pola pikir yang lebih rasional, adaptif, dan bertanggung jawab dalam mengelola emosi serta berinteraksi dengan lingkungan sosial. Melalui proses ini, diharapkan klien dapat mengurangi kecenderungan perilaku agresif dan menggantinya dengan perilaku yang lebih positif.

Berdasarkan hasil wawancara, tahapan-tahapan dalam konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* untuk mengatasi perilaku agresif pada klien "A" yang dilakukan oleh peneliti, pada empat proses inti teknik *Motivational Interviewing* yaitu: *Engaging* (membangun

keterlibatan), *Focusing* (memfokuskan tujuan), *Evoking* (membangkitkan motivasi perubahan), dan *Planning* (merencanakan perubahan). Adapun implementasi pada setiap pertemuan dijelaskan sebagai berikut:

**a. Pertemuan Pertama**

Sesi pertama dalam proses konseling individu dengan menggunakan teknik *motivational interviewing* untuk mengatasi perilaku agresif pada klien "A" diadakan pada hari senin, 12 Januari 2026. Pada tahap inti pertemuan pertama, konselor memfokuskan proses pada tahap *engaging*, yaitu membangun keterlibatan dan hubungan kerja yang hangat antara konselor dan klien. Pada tahap ini konselor berupaya menciptakan suasana yang aman, nyaman, dan bebas penilaian agar klien merasa diterima. Konselor menggunakan keterampilan dasar konseling seperti empati, penerimaan tanpa syarat, mendengarkan aktif, serta pertanyaan terbuka untuk mendorong klien bercerita secara sukarela. Melalui interaksi tersebut, klien mulai menunjukkan keterbukaan dalam mengungkapkan pengalaman dan perasaannya. Tahap *engaging* ini bertujuan menumbuhkan rasa percaya dan kesiapan klien untuk terlibat dalam proses konseling, sehingga menjadi landasan penting sebelum memasuki tahap berikutnya dalam teknik *Motivational Interviewing.*

Pada tahap akhir pertemuan, konselor menyampaikan bahwa sesi konseling telah memasuki tahap penutup. Konselor kemudian melakukan evaluasi singkat terhadap jalannya pertemuan dengan meninjau kembali hal-hal yang telah dibahas bersama klien. Pada tahap ini konselor memastikan pemahaman klien dengan menanyakan kembali apakah klien mengerti tujuan dan maksud dari pelaksanaan konseling yang telah dilakukan. Selanjutnya konselor dan klien mendiskusikan rencana pertemuan berikutnya sebagai bentuk keberlanjutan proses konseling. Pertemuan ditutup dengan doa bersama dan salam penutup sebagai simbol berakhirnya sesi konseling secara formal dan penuh penghargaan.

**b. Pertemuan Kedua**

Pada pertemuan kedua konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* dalam mengatasi perilaku agresif pada klien "A" yang dilaksanakan pada hari Minggu, 18 Januari 2026, sesi ini merupakan kelanjutan dari pertemuan sebelumnya.

Pada tahap awal, konselor membuka sesi dengan memberikan salam, menyapa, menanyakan kondisi klien, serta mengajak berdoa bersama. Setelah itu konselor melanjutkan percakapan ringan dengan menanyakan kegiatan sehari-hari dan suasana hati klien. Tahap ini bertujuan untuk mempertahankan hubungan yang telah terbangun pada pertemuan pertama serta menciptakan suasana konseling yang nyaman dan kondusif.

Memasuki tahap inti atau tahap kerja, konselor mulai menggali permasalahan klien secara lebih mendalam agar tercapai pemahaman bersama mengenai arah perubahan yang diinginkan. Pada tahap ini konselor juga menjelaskan kembali secara singkat mengenai teknik *Motivational Interviewing* yang digunakan dalam proses konseling. Implementasi teknik MI mengacu pada empat tahapan menurut Mulawarman dan Mayang, yaitu: membangun keterlibatan (*engaging*), merumuskan tujuan (*focusing*), membangkitkan motivasi (*evoking*), dan merencanakan perubahan (*planning*). Fokus utama pertemuan kedua adalah tahap *focusing*, yaitu proses mencari dan mempertahankan arah perubahan yang spesifik. Dalam pendekatan MI, *focusing* dimulai dengan pembahasan agenda konseling yang memuat harapan dan kekhawatiran klien. Pada klien "A", ditemukan adanya kekhawatiran berlebihan yang memicu perilaku agresif,

sehingga konselor mengarahkan fokus pada penguatan harapan klien terhadap perubahan perilaku.

Pada tahap akhir, konselor memberikan rangkuman sementara terhadap hasil diskusi pertemuan kedua dan melakukan evaluasi singkat terhadap proses yang telah berlangsung. Konselor kemudian membuat kesepakatan dengan klien mengenai pertemuan selanjutnya sebagai bentuk kesinambungan proses konseling. Pertemuan ditutup dengan doa bersama dan salam sebagai penutup sesi.

**c. Pertemuan Ketiga**

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada hari Minggu, 25 Januari 2026. Pertemuan ini berfokus pada tahap membangkitkan motivasi (*evoking*) dalam teknik *Motivational Interviewing* untuk membantu klien "A" menyadari pentingnya perubahan dalam mengatasi perilaku agresif.

Pada tahap awal, konselor membuka sesi dengan memberikan salam, menyapa klien, menanyakan kondisi dan aktivitas klien selama beberapa hari terakhir, serta mengajak berdoa bersama. Konselor juga menanyakan kembali pengalaman klien setelah pertemuan sebelumnya, khususnya situasi yang memicu emosi atau perilaku agresif. Tahap ini bertujuan untuk mempertahankan hubungan terapeutik atau hubungan yang menenangkan, memperkuat rasa aman klien, serta membangun kesiapan emosional sebelum memasuki tahap inti.

Pada tahap inti, konselor memfokuskan proses konseling pada tahap *evoking*, yaitu membangkitkan motivasi internal klien untuk berubah. Konselor menggunakan teknik pertanyaan terbuka, refleksi perasaan, dan penguatan positif agar klien mampu mengungkapkan konflik batin, keinginan, serta harapan terhadap dirinya. Klien menceritakan upaya kecil yang telah dilakukan untuk menahan diri ketika muncul rasa kesal.

Melalui tahap ini, konselor memperkuat *change talk* klien dan meminimalkan *sustain talk* dengan memberikan refleksi yang mendukung motivasi perubahan. Klien tampak mulai menyadari bahwa perubahan berasal dari keputusan dirinya sendiri, bukan paksaan dari orang lain.

Pada tahap akhir, konselor merangkum isi pembahasan dan menegaskan kembali kemajuan yang telah dicapai klien dalam memahami dirinya. Konselor memberikan penguatan terhadap usaha klien serta mendorongnya untuk mempertahankan langkah-langkah kecil yang telah dilakukan. Sesi diakhiri dengan kesepakatan untuk melanjutkan proses pada pertemuan berikutnya dan ditutup dengan doa bersama serta salam.

**d. Pertemuan Keempat**

Pertemuan keempat dilaksanakan pada hari Minggu, 1 Februari 2026. Pada pertemuan ini merupakan tahap akhir dalam proses konseling yang berfokus pada perencanaan perubahan (*planning*). Pada tahap awal, konselor menyapa klien, menanyakan kabar dan perkembangan emosinya selama satu minggu terakhir serta mengajak berdoa bersama. Konselor memberikan kesempatan kepada klien untuk menceritakan pengalaman yang berkaitan dengan pengendalian emosi. Tahap ini bertujuan menjaga hubungan yang nyaman serta menilai kesiapan klien memasuki tahap perencanaan perubahan. Pada tahap inti, konselor dan klien memasuki tahap *planning*, yaitu merumuskan rencana perubahan yang konkret dan realistis. Konselor membantu klien menyusun strategi pengelolaan emosi yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Tanda kesiapan klien terlihat dari meningkatnya pembicaraan tentang perubahan, berkurangnya pembelaan terhadap perilaku lama, serta munculnya pertanyaan klien mengenai cara

mempertahankan perubahan. Pada tahap ini klien menyatakan kesediaannya untuk menjalankan rencana tersebut secara bertahap. Konselor menekankan bahwa perubahan adalah proses berkelanjutan yang memerlukan latihan dan komitmen.

Pada tahap akhir, konselor dan klien melakukan evaluasi menyeluruh terhadap seluruh rangkaian konseling. Klien menunjukkan peningkatan kesadaran diri, kemampuan mengendalikan emosi, serta kesiapan untuk mempertahankan perubahan perilaku. Konselor memberikan apresiasi atas keterbukaan dan usaha klien selama proses konseling, serta menegaskan kembali kekuatan yang dimiliki klien untuk terus berkembang. Pertemuan ditutup dengan doa bersama sebagai bentuk peneguhan komitmen perubahan

Selama proses konseling berlangsung, konselor juga melakukan observasi terhadap klien "A". Observasi ini dilakukan sejak tanggal 12 Januari 2026 sampai dengan 1 Februari 2026 selama penerapan teknik *Motivational Interviewing.* Hasil observasi terhadap perilaku klien selama mengikuti rangkaian konseling dapat dilihat pada Tabel 4.14 berikut :

**Tabel 4. Hasil Observasi Pelaksanaan Teknik *Motivational Interviewing* (MI) Pada Klien "A"**

| Aspek yang di observasi | Hasil Observasi | |
|---|---|---|
| **Perilaku klien pada pelaksanaan teknik MI** | **Ya** | **Tidak** |
| Klien mengikuti rangkaian tahapan pelaksaan | √ | |
| Klien sering bertanya kepada konselor | | √ |
| Klien mudah bercerita kepada konselor | | √ |
| Klien tidak mampu memahami arahan konselor | | √ |
| Klien memberikan pendapat terhadap masalah perilaku agresif yang dialaminya | √ | |
| Klien merasa gugup, dan cemas saat mengikuti tahapan pelaksanaan konseling | √ | |

Berdasarkan hasil observasi, klien "A" menunjukkan respons yang positif selama pelaksanaan konseling. Klien mampu mengikuti setiap tahapan dengan baik dan terlibat dalam proses konseling, meskipun pada beberapa sesi masih tampak rasa gugup. Klien juga mulai dapat menyampaikan pendapat serta menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap arahan konselor. Secara keseluruhan, penerapan teknik *Motivational Interviewing* berjalan cukup efektif dan memberikan dampak positif terhadap kesiapan klien dalam mengelola emosi serta mengurangi kecenderungan perilaku agresif.

**Gambaran Perilaku Agresif Pada Klien "A" Setelah Diimplementasikan Konseling Individu Dengan *Teknik Motivational Interviewing (MI)***

Di bawah ini merupakan gambaran perilaku agresif pada klien "A" di Desa mangkunegara timur setelah diterapkan konseling individu dengan teknik *motivational interviewing.*

**a. Aspek Agresi Fisik**

1) Memukul

Berikut hasil wawancara penelitian dari aspek agresi fisik pada Ciri-ciri memukul orang lain bisa dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 5. Hasil wawancara dengan Klien "A" Pada Aspek Agresi Fisik Pada Ciri-ciri Memukul**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Sekarang aku jarang nian mukul wang. Kalu kesal aku meleh pegi dari tempat itu.* (Klien "A", 2026) | Sekarang saya sudah jarang memukul orang. Kalau merasa kesal, saya memilih menjauh dari situasi tersebut. |
| | *Aku ingat ape yang dikatakan kakak kemari, dak semua masalah harus diselesaikan dengan pukulan. Sekarang aku cuba nahan emosi.* (Klien "A", 2026) | Saya ingat dengan yang kakak sampaikan, bahwa tidak semua masalah harus diselesaikan dengan kekerasan. Saya berusaha menahan emosi ketika marah. |
| **Ibu Klien "A"** | *Alhamdulillah miniari die sudah banyak berubah. Jarang nian marah apelagi mukul wang. Kalu ade masalah die lebih banyak diam.* (Klien "A", 2026) | Setelah mengikuti konseling, anak saya terlihat lebih tenang. Ia sudah jarang marah dan tidak lagi memukul seperti sebelumnya. Jika ada masalah, ia lebih memilih diam. |
| **Teman Klien "A"** | *Sekarang die sudah dak galak belage lagi. Kalu ade wong ngomongi die, die paling cuma diam atau pergi. Kami ngerase die lebih tenang dari yang dulu.* (Klien "A", 2026) | Sekarang dia tidak mudah berkelahi lagi. Kalau ada yang menyinggung perasaannya, dia cenderung menahan diri atau pergi dari tempat itu. Kami melihat dia lebih bisa mengontrol emosinya |

Berdasarkan hasil wawancara, Klien "A" menunjukkan penurunan perilaku agresif fisik berupa tindakan memukul orang lain. Setelah mengikuti konseling individu dengan teknik *motivational interviewing*, klien mulai mampu mengendalikan emosi dan memilih cara yang lebih adaptif dalam merespon konflik. Hal ini diperkuat oleh keterangan ibu dan temannya yang menyatakan bahwa klien sudah jarang melakukan pemukulan dan cenderung menghindari pertengkaran. Perubahan tersebut menunjukkan adanya peningkatan kesadaran diri dan kemampuan regulasi emosi pada klien setelah proses konseling berlangsung.

2) Menendang

Selanjutnya adapun salah satu yang termasuk aspek dari agresi fisik yakni menendang. Berikut hasil wawancara pada klien "A", orang tua dan temannya. Dapat dilihat dari tabel di bawah ini sebagai berikut:

**Tabel 6. Hasil wawancara dengan Klien "A" Pada Aspek Agresi Fisik Pada Ciri-ciri Menendang**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Ao miniari aku dak galek nendang lagi aman marah. Kalo emosi naek, aku coba nenangke diri dulu.* (Klien "A", 2026) | Sekarang saya sudah tidak menendang lagi ketika marah. Kalau emosi muncul, saya mencoba menenangkan diri terlebih dahulu. |

| | | |
|---|---|---|
| | *Aku galek ngingat arahan dari kakak biar dak melampiaskan emosi dengan tindakan fisik. Yah walapun masih ade lah reflek dikit nendang tuek tapi barang.* (Klien "A", 2026) | Saya berusaha mengingat arahan dari kakak agar tidak melampiaskan emosi dengan tindakan fisik. Walapun masih ada rasa reflek sedikit menendang sesuatu tapi bukan orang melainkan barang sekitar. |
| **Ibu Klien "A"** | *Semenjak ketmua nga, anakku miniari jarang nian nendang. Die keliatan lebih pacak ngontrol diri aman emosi.* (Klien "A", 2026) | Setelah ketemu Anda, anak saya sudah jarang menunjukkan perilaku menendang. Ia terlihat lebih bisa mengontrol dirinya saat emosi. |
| **Teman Klien "A"** | *Miniari die lebih sabar. Aman marah pun dak nendang lagi atau kasar cak dulu.* (Klien "A", 2026) | Sekarang dia lebih sabar. Kalau sedang marah, dia tidak lagi menendang atau bertindak kasar seperti dulu. |

Hasil wawancara menunjukkan bahwa perilaku menendang pada Klien "A" mengalami penurunan setelah pelaksanaan konseling. Klien mulai mampu mengenali emosinya dan memilih cara yang lebih tepat dalam mengekspresikan kemarahan. Keterangan dari orang tua dan teman sebaya turut menguatkan adanya perubahan perilaku ke arah yang lebih positif.

3) Mendorong

Salah satu aspek agresi fisik ialah mendorong orang lain. Berikut ini hasil wawancara pada klien "A", orang tua, dan temannya. Dapat dilihat dari tabel berikut ini:

**Tabel 7. Hasil wawancara dengan Klien "A" Pada Aspek Agresi Fisik Pada Ciri-ciri Mendorong**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Miniari aku beusaha nahan diri biar dak dorong wang lagi kalo ade masalah. Aku milih ngomong baik-baik.* (Klien "A", 2026) | Sekarang saya berusaha menahan diri agar tidak mendorong orang lain ketika terjadi konflik. Saya memilih berbicara baik-baik. |
| | *Aku coba ngomong pelan atau milih diam biar keadaan dak makin panas.* (Klien "A", 2026) | Saya mencoba berbicara pelan atau memilih diam agar situasi tidak semakin panas. |
| **Ibu Klien "A"** | *Perilaku saling dorong miniari jarang nian terjadi. Anakku keliatan lebih tenang ngadapke masalah.* (Klien "A", 2026) | Perilaku saling dorong sudah jarang terjadi. Anak saya terlihat lebih tenang menghadapi masalah. |
| **Teman Klien "A"** | *Miniari die lebih pacak ngontrol diri. Kalo ade beda pendapat, die dak langsung dorong.* (Klien "A", 2026) | Dia sekarang lebih bisa mengontrol diri. Kalau ada perbedaan pendapat, dia tidak langsung mendorong. |

Berdasarkan hasil wawancara, perilaku mendorong orang lain memiliki perubahan signifikan. Klien mulai mampu menahan diri saat marah, tidak lagi melampiaskan emosi melalui tindakan fisik seperti menendang atau mendorong, serta memilih berkomunikasi dengan cara yang lebih tenang. Perubahan ini juga diperkuat oleh keterangan ibu dan teman klien yang

melihat adanya peningkatan pengendalian diri, sikap yang lebih sabar, dan kemampuan menghadapi konflik secara lebih dewasa.

4) Merusak barang

Salah satu agresi fisik lainnya yakni merusak barang sekitar dalam bentuk agresi fisik Klien "A". Berikut ini hasil wawancara dari klien "A", ibunya dan teman klien.

**Tabel 8. Hasil wawancara dengan Klien "A" Pada Aspek Agresi Fisik Pada Ciri-ciri Merusak barang**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Miniari aku dak merusak barang lagi kalo lagi marah.* | Sekarang saya tidak lagi merusak barang ketika sedang marah. |
| | *Kalo emosi naek, aku coba nenangke diri atau nyari gawe laen biar dak melampiasken ke barang.* (Klien "A", 2026) | Jika emosi muncul, saya mencoba menenangkan diri atau mencari kegiatan lain agar tidak melampiaskannya ke barang. |
| **Ibu Klien "A"** | *Barang di umah miniari dak dirusakke lagi cak dulu. Die cak lebih pacak ngontrol emosinye.* (Klien "A", 2026) | Barang di rumah sudah tidak lagi dirusak seperti dulu. Anak saya lebih mampu mengontrol emosinya. |
| **Teman Klien "A"** | *Miniari die dak merusak barang kalo marah. Die lebih milih diem atau pergi dari keadaan itu.* (Klien "A", 2026) | Sekarang dia tidak merusak barang saat marah. Dia lebih memilih diam atau pergi dari situasi. |

Berdasarkan hasil wawancara, perilaku merusak barang sebagai bentuk pelampiasan emosi mengalami perubahan yang signifikan. Klien menunjukkan peningkatan pengendalian diri serta kemampuan mengelola emosi secara lebih adaptif. Pernyataan ini diperkuat oleh ibu dan teman klien yang mengamati perubahan perilaku tersebut.

**b. Aspek Agresi Verbal**

1) Membentak

Salah satu agresi verbal yaitu membentak orang lain. Berikut ini hasil wawancara dari Klien "A", ibunya dan teman klien. Dapat dilihat dari tabel berikut:

**Tabel 9. Hasil wawancara dengan Klien "A" Pada Aspek Agresi Verbal Pada Ciri-ciri Membentak**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Miniari aku jarang nian membentak wang kalo lagi marah.* (Klien "A", 2026) | Sekarang saya sudah jarang membentak orang ketika marah. |
| | *Kalo kesal, aku beusaha ngomong lembut atau milih diam biar dak nyakitke wang laen.* (Klien "A", 2026) | Jika kesal, saya berusaha berbicara lebih pelan atau memilih diam agar tidak menyakiti orang lain. |
| **Ibu Klien "A"** | *Dem dari konseling, anakku dak sereng membentak lagi cak dulu.* | Setelah mengikuti konseling, anak saya tidak lagi sering membentak seperti |

| | | |
|---|---|---|
| | *Die keliatan lebih tenang kalo ngomong.* (Klien "A", 2026) | sebelumnya. Ia terlihat lebih tenang saat berbicara. |
| **Teman Klien "A"** | *Miniari die dak mudah membentak. Kalo marah, die lebih nahan diri.* (Klien "A", 2026) | Sekarang dia tidak mudah membentak. Kalau marah, dia lebih menahan diri. |

Berdasarkan hasil wawancara, perilaku membentak pada Klien "A" mengalami penurunan setelah pelaksanaan konseling. Klien menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengontrol emosi verbal dan berkomunikasi secara lebih tenang. Perubahan ini diperkuat oleh pengamatan ibu dan teman klien.

2) Berkata kasar

Agresi verbal berikutnya yaitu berkata kasar. Berikut ini hasil wawancara dari Klien "A", ibunya dan teman klien. Dapat dilihat dari tabel berikut:

**Tabel 10. Hasil wawancara dengan Klien "A" Pada Aspek Agresi Verbal Pada Ciri-ciri Berkata Kasar**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Miniari aku beusaha dak ngomong kotor lagi kalo lagi emosi.* | Sekarang saya berusaha tidak lagi berkata kasar saat emosi. |
| | *Kalo aku tesinggung, aku nyoba nenangke diri dulu sebelum ngomong biar dak keluar kate-kate kotor.* (Klien "A", 2026) | Jika merasa tersinggung, saya mencoba menenangkan diri sebelum berbicara agar tidak keluar kata-kata kotor. |
| **Ibu Klien "A"** | *Anakku miniari jarang nian ngeluar ke kate kasar. Perubahannye keliatan jelas nian ribang laju aku.* (Klien "A", 2026) | Anak saya sudah jarang mengeluarkan kata-kata kasar. Perubahannya terlihat cukup jelas setelah konseling, jadi ikut senang saya. |
| **Teman Klien "A"** | *Miniari die lebih jage ucapan e. Kami jadi lebih nyaman kalo ngomong dengan die.* (Klien "A", 2026) | Sekarang dia lebih menjaga ucapannya. Kami merasa lebih nyaman saat berbicara dengannya. |

Berdasarkan hasil wawancara, perilaku berkata kasar mengalami perubahan yang signifikan. Klien mulai mampu mengontrol ucapan dan mengekspresikan emosi secara lebih positif. Pernyataan ini didukung oleh ibu dan teman klien yang merasakan dampak perubahan tersebut.

3) Menolak berinteraksi dengan orang lain

Selanjutnya salah satu aspek agresi verbal yaitu menolak berinteraksi dengan orang lain. Berikut hasil wawancara pada klien "A", orang tua dan temannya. Dapat dilihat dari tabel di bawah ini:

**Tabel 11. Hasil wawancara dengan Klien "A" Pada Aspek Agresi Verbal Pada Ciri-ciri Menolak berinteraksi dengan orang lain**

| Subjek | Hasil Wawancara | Terjemahan |
|---|---|---|
| **Klien "A"** | *Miniari aku dak terlalu ngindar dari wang lagi cak dulu. Kecuali emosiku dak pacak dikotorl lagi kemungkinan aku pegi menajuh dulu agik kembali lagi dengan keadaan hati yang tenang dak emosian.* | Sekarang saya sudah tidak terlalu menghindari orang lain seperti sebelumnya. Kecuali emosi saya tidak bisa ditahan kemungkinan saya akan menghindar sebentar lalu kembali lagi berinteraksi dengan lebih tenang dari sebelumnya. |
| | *Kalo ade masalah, aku nyoba tetap ngomong walaupun pelan-pelan biar dak salah paham.* (Ibu Klien "A") | Jika ada masalah, saya mencoba tetap berkomunikasi walaupun pelan-pelan agar tidak terjadi salah paham. |
| **Ibu Klien "A"** | *Anakku miniari lebih galak bekumpul dengan wang sekitar. Die dak sering ngindar lagi.* | Anak saya sekarang lebih mau berinteraksi dengan orang sekitar. Ia tidak lagi sering menghindar. |
| **Teman Klien "A"** | *Miniari die lebih tebuka buat bekawan. Kami nelek die lebih nyaman berinteraksi.* (Teman Klien "A") | Dia sekarang lebih terbuka untuk bergaul. Kami melihat dia lebih nyaman berinteraksi. |

Berdasarkan hasil wawancara, klien menunjukkan peningkatan dalam interaksi sosial. Penolakan berinteraksi yang sebelumnya muncul sebagai bentuk agresi verbal mulai berkurang. Klien tampak lebih mampu membangun komunikasi yang sehat. Perubahan ini diperkuat oleh keterangan ibu dan teman klien.

**Analisis Data Penelitian**

**1. Perjodohan Pola**

Dalam penelitian studi kasus ini, digunakan strategi penjodohan pola untuk membandingkan antara pola yang diprediksi berdasarkan teori dan studi awal dengan pola empiris hasil dari observasi, wawancara, dan dokumentasi klien "A". Apabila terdapat kesamaan antara kedua pola tersebut, maka hal ini akan memperkuatkan validitas internal dari penelitian studi kasus yang dilakukan. Berikut tabel penjodohan pola :

**Tabel 11. Perjodohan Pola**

| Prediksi Awal | | Penelitian Empiris |
|---|---|---|
| Klien menunjukkan perilaku agresif fisik saat marah | ➡ | Klien pernah menendang, mendorong, atau memukul saat marah atau diganggu. |
| Klien sering merusak barang saat merasa kesal | ➡ | Klien pernah merusak barang di rumah ketika emosi tinggi. |
| Klien sering membentak atau berkata kasar saat kesal | ➡ | Klien kadang membentak atau berkata kasar saat marah. |

| | | |
|---|---|---|
| Klien mudah mengeluarkan kata-kata kasar atau ucapan kotor | → | Klien pernah mengumpat atau berkata kotor saat kesal. |
| Klien mudah tersinggung, cepat marah, dan sulit mengendalikan emosi | → | Klien mengaku mudah marah dan tersinggung, kadang spontan bereaksi pada teman atau anggota keluarga. |
| Klien mudah kesal dan frustrasi dalam berinteraksi | → | Klien merasa mudah kesal ketika ada hal yang tidak di sukai, misalnya ada orang membicarakannya. |
| Klien cenderung curiga terhadap orang lain | → | Klien kadang curiga terhadap orang lain. |
| Klien menyimpan dendam atau permusuhan terhadap orang lain | → | Klien pernah menyimpan dendam atau marah pada orang lain. |
| Klien sulit menerima masukan dan kritik | → | Klien kadang menolak masukan dan tersinggung bila dikritik. |
| Klien menunjukkan perubahan sikap setelah konseling MI | → | Klien menunjukkan kontrol diri yang lebih baik terhadap agresi fisik, verbal, kemarahan dan permusuhan. |

**2. Eksplanasi Data**

Pembuatan eksplanasi data bertujuan untuk menganalisis serta menafsirkan informasi yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi pada studi kasus, kemudian dibandingkan antara pola prediksi awal dengan pola empiris untuk menilai validitas dan konsistensi hasil temuan. Berdasarkan penjodohan pola, terlihat adanya kesesuaian yang cukup signifikan antara prediksi awal dan hasil penelitian lapangan. Klien "A", yang sebelumnya diperkirakan menunjukkan perilaku agresif seperti mudah marah, cenderung melakukan tindakan fisik maupun verbal, serta memiliki kesulitan dalam mengendalikan emosi dan permusuhan, terbukti melalui observasi dan wawancara langsung selama proses konseling.

Kondisi yang diprediksi, seperti kemarahan yang mudah muncul, dorongan untuk memukul atau mendorong orang lain, hingga rasa curiga dan dendam terhadap orang lain, terekspresikan dalam bentuk perilaku agresif fisik, verbal, serta konflik interpersonal. Hal ini menguatkan bahwa perilaku agresif klien "A" dipengaruhi oleh pola pikir dan emosi yang belum terkelola dengan baik.

Melalui penerapan teknik *Motivational Interviewing* (MI), klien mulai menunjukkan kemampuan untuk mengenali perasaan dan pemicu agresi, mengendalikan dorongan untuk berperilaku agresif, serta berusaha mengelola emosi dan permusuhan dengan cara yang lebih konstruktif. Perubahan ini terlihat dari respons verbal, interaksi sosial, dan sikap klien selama sesi konseling.

Dengan demikian, konseling individu menggunakan teknik MI terbukti efektif membantu klien "A" dalam mengurangi perilaku agresif, meningkatkan kontrol diri, serta memperbaiki aspek kognitif, afektif, dan perilaku yang sebelumnya bermasalah.

**3. Analisis Deret Waktu**

Strategi analisis yang digunakan adalah analisis deret waktu, yang bertujuan untuk melihat perkembangan atau perubahan perilaku agresif klien dari waktu ke waktu selama pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI). Melalui analisis ini, dapat dipahami bagaimana dinamika perilaku agresif fisik, verbal, kemarahan, dan permusuhan yang ditunjukkan Klien "A" dari awal hingga akhir konseling, serta efektivitas intervensi yang diberikan. Berikut tabel analisis deret waktu perilaku agresif Klien "A" selama sesi konseling:

**Tabel 12. Analisis Deret Waktu Perilaku Agresif Klien "A" Sebelum dan Setelah Konseling Individu Dengan Teknik MI**

| No | Indikator | Pert 1 | Pert 2 | Pert 3 | Pert 4 |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Menendang atau mendorong orang lain saat marah | | | | |
| 2 | Membentak atau mengucapkan kata-kata kasar | | | | |
| 3 | Merusak barang ketika emosi meningkat | | | | |
| 4 | Mudah tersinggung atau cepat marah | | | | |
| 5 | Menolak berinteraksi dengan orang lain | | | | |
| 6 | Bersikap curiga terhadap orang sekitar | | | | |
| 7 | Menyimpan rasa dendam | | | | |
| 8 | Sulit mengendalikan emosi dan perilaku | | | | |

Keterangan:

= Klien "A" masih menunjukkan perilaku tersebut

= Klien "A" perilaku mulai berkurang secara signifikan/tidak muncul lagi

Dari tabel di atas terlihat bahwa perilaku agresif Klien "A" mengalami penurunan secara bertahap dari sesi pertama hingga sesi terakhir. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan *Motivational Interviewing* (MI) efektif dalam membantu klien mengenali pemicu emosinya, mengelola kemarahan, serta mengurangi perilaku agresif fisik, verbal, dan permusuhan. Perubahan positif ini terlihat pada peningkatan kemampuan klien untuk menahan diri, berpikir lebih rasional, serta bersikap lebih tenang dan konstruktif dalam menghadapi konflik

**Pembahasan**

**1) Gambaran Perilaku Agresif yang Dialami Klien "A"**

Berdasarkan hasil penelitian, perilaku agresif yang ditunjukkan oleh klien "A" sebelum proses konseling berlangsung memperlihatkan berbagai kondisi psikologis dan sosial yang memengaruhi kesejahteraan emosionalnya. Secara psikologis, klien cenderung mudah marah dan tersinggung, terutama ketika merasa tidak dihargai atau ketika menganggap orang lain membicarakan dirinya. Klien menunjukkan kesulitan dalam mengendalikan respons emosional baik secara fisik maupun verbal. Bentuk agresi fisik yang tampak antara lain menendang kursi atau benda di sekitarnya ketika emosi meningkat, memukul tembok atau meja saat merasa kesal, mendorong teman ketika terjadi perbedaan pendapat, serta merusak atau membanting barang

sebagai bentuk pelampiasan kemarahan. Perilaku tersebut umumnya muncul secara spontan sebagai respons terhadap situasi yang dianggap mengancam harga diri atau menimbulkan rasa tidak nyaman.

Selain dalam bentuk fisik, agresi klien juga terlihat secara verbal dalam interaksi sosial sehari-hari. Klien sering membentak dengan nada tinggi, mengucapkan kata-kata kasar, menyindir, serta menggunakan ungkapan yang merendahkan ketika berada dalam situasi konflik. Dalam beberapa kesempatan, klien juga menunjukkan sikap bermusuhan melalui pernyataan yang bernada menuduh, curiga, atau menyalahkan orang lain tanpa klarifikasi yang jelas. Ekspresi verbal tersebut mencerminkan adanya kemarahan yang tidak tersalurkan secara adaptif dan kecenderungan memandang situasi secara negatif. Sikap tersebut berdampak pada terganggunya hubungan sosial klien dengan teman sebaya, karena komunikasi yang terjalin sering kali diwarnai ketegangan dan pertentangan.

Melalui proses konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI), klien dibimbing untuk mengenali pemicu kemarahan, memahami dampak dari perilaku agresif yang dilakukan, serta mengembangkan strategi pengendalian diri yang lebih adaptif. Hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan, ditandai dengan menurunnya intensitas agresi fisik seperti menendang atau memukul benda, serta berkurangnya penggunaan kata-kata kasar dan bentakan dalam interaksi sosial. Klien juga mulai mampu menyampaikan pendapat dengan lebih tenang dan rasional. Hal ini menunjukkan bahwa teknik MI efektif dalam membantu klien mengelola ekspresi kemarahan yang sebelumnya muncul dalam bentuk agresi fisik maupun verbal.

**2) Implementasi Konseling Individu dengan Teknik *Motivational Interviewing* dalam Mengatasi Perilaku Agresif (Studi Kasus Klien "A" di Desa Mangkunegara Timur)**

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI) pada klien "A" menunjukkan adanya perubahan positif dalam pengelolaan perilaku agresif, kontrol emosi, serta kemampuan interaksi sosial. Klien yang sebelumnya mudah marah, bertindak agresif secara fisik dan verbal, serta sering menunjukkan perilaku permusuhan, kini mulai mampu mengendalikan emosinya, mengekspresikan perasaan dengan lebih tepat, dan menurunkan intensitas perilaku agresifnya.

Hasil implementasi konseling individu dengan teknik MI menunjukkan bahwa klien "A" mengalami peningkatan kemampuan dalam mengelola emosi, mengekspresikan perasaan dengan lebih tepat, serta menurunkan perilaku agresif fisik dan verbal. Klien mulai menggunakan strategi komunikasi yang lebih efektif, menunjukkan kesadaran terhadap konsekuensi tindakan, dan lebih mampu mengendalikan respons emosionalnya. Dengan demikian, penerapan konseling individu menggunakan teknik *Motivational Interviewing* terbukti efektif dalam membantu klien "A" mengurangi perilaku agresif, meningkatkan kesadaran diri, serta membangun pola interaksi sosial yang lebih adaptif dan sehat. Teknik ini menekankan pemahaman motivasi internal, refleksi diri, dan perubahan perilaku yang berkelanjutan, sehingga perubahan yang dicapai klien tidak hanya bersifat sementara, tetapi dapat dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari.

**3) Gambaran Perilaku Agresif Pada Klien "A" Setelah Diimplementasikan Layanan Konseling Individu dengan Teknik *Motivational Interviewing***

Setelah dilaksanakan layanan konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI), konselor melakukan evaluasi dan wawancara ulang dengan klien "A" untuk

menilai perkembangan perilaku agresifnya, serta konfirmasi kepada orang tua dan teman sebaya klien. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan pada intensitas dan frekuensi perilaku agresif klien. Sebelum intervensi, klien kerap mengekspresikan kemarahan dalam bentuk agresi fisik seperti menendang kursi, memukul meja atau tembok, mendorong teman ketika terjadi perbedaan pendapat, serta merusak atau membanting barang saat emosi memuncak. Selain itu, agresi verbal juga sering muncul dalam bentuk bentakan, penggunaan kata-kata kasar, sindiran yang merendahkan, serta ucapan bernada menuduh dan bermusuhan ketika klien merasa tersinggung atau tidak dihargai. Setelah mengikuti beberapa sesi konseling, perilaku-perilaku tersebut mulai menunjukkan penurunan baik dari segi intensitas maupun spontanitas kemunculannya.

Perubahan tidak hanya terlihat pada berkurangnya tindakan fisik, tetapi juga pada kemampuan klien dalam mengelola ekspresi verbalnya. Klien mulai mampu menahan diri ketika muncul dorongan untuk membentak atau berkata kasar. Dalam situasi yang sebelumnya memicu reaksi agresif, klien kini cenderung mengambil jeda sebelum merespons, mencoba menenangkan diri, serta memilih kata-kata yang lebih tepat dalam menyampaikan ketidaksetujuan. Sikap bermusuhan yang sebelumnya tampak melalui nada tinggi dan pernyataan menyudutkan juga berangsur berkurang. Klien menunjukkan upaya sadar untuk menjaga komunikasi tetap kondusif, meskipun masih dalam tahap pembiasaan. Dalam konteks interaksi sosial, perubahan perilaku tersebut berdampak positif terhadap kualitas hubungan klien dengan lingkungan sekitarnya. Teman sebaya mulai merasa lebih nyaman berinteraksi karena klien tidak lagi mudah tersulut emosi secara berlebihan. Orang tua juga melaporkan bahwa situasi di rumah menjadi lebih tenang, dengan berkurangnya insiden pertengkaran yang melibatkan tindakan fisik maupun verbal. Klien tampak lebih kooperatif, lebih terbuka dalam bercerita, serta lebih mampu menerima masukan tanpa langsung bereaksi secara defensif.

Dari sisi intrapersonal, klien menunjukkan peningkatan kemampuan refleksi diri. Ia mulai mampu mengidentifikasi pemicu utama kemarahannya, seperti perasaan tidak dihargai atau kesalahpahaman dalam komunikasi. Klien juga mulai memahami bahwa tindakan menendang, memukul, atau berkata kasar tidak menyelesaikan masalah, melainkan justru memperburuk hubungan sosial. Kesadaran ini menunjukkan adanya perubahan pada aspek kognitif dan afektif yang mendasari perilaku agresif. Klien tidak hanya mengurangi tindakan agresif secara fisik dan verbal saja, tetapi juga mulai mengubah cara berpikir dan menafsirkan situasi sosial secara lebih rasional.

Temuan ini sejalan dengan prinsip *Motivational Interviewing* yang dikemukakan oleh Miller dan Rollnick, yang menekankan pentingnya menggali motivasi internal klien serta membangun kesadaran terhadap konsekuensi perilaku. Melalui proses refleksi, eksplorasi ambivalensi, dan penguatan komitmen, klien terdorong untuk memilih perilaku yang lebih adaptif. Perubahan yang terjadi pada klien menunjukkan bahwa ketika individu merasa didengar, dipahami, dan tidak dihakimi, ia lebih mudah mengembangkan kontrol diri serta komitmen terhadap perubahan positif. Prinsip tersebut menegaskan bahwa perubahan perilaku yang bersifat berkelanjutan akan lebih efektif apabila muncul dari kesadaran dan kemauan pribadi, bukan karena tekanan eksternal. Dalam konteks penelitian ini, pendekatan MI memberikan ruang bagi klien untuk mengevaluasi pengalaman emosionalnya, memahami dampak perilaku agresif terhadap hubungan sosial, serta menimbang alternatif respons yang lebih konstruktif. Sikap

empatik dan penerimaan tanpa menghakimi dari konselor turut membantu menurunkan resistensi klien, sehingga proses perubahan berlangsung secara bertahap namun lebih stabil. Dengan demikian, perubahan yang dialami klien tidak hanya terlihat pada penurunan agresi fisik dan verbal, tetapi juga pada meningkatnya kesadaran diri, tanggung jawab personal, serta kesiapan untuk mempertahankan perilaku yang lebih adaptif dalam kehidupan sehari-hari.

## UCAPAN TERIMAKASIH

**Gambaran Perilaku Agresif Pada Klien "A" Sebelum Diimplementasikan Layanan Konseling Individu dengan Teknik *Motivational Interviewing***

Gambaran Perilaku Agresif Klien "A" Sebelum diberikan layanan konseling, klien "A" menunjukkan perilaku agresif yang cukup mengganggu dalam interaksi sosial maupun di lingkungan keluarga. Klien cenderung mengekspresikan kemarahan melalui agresi fisik seperti menendang atau mendorong, agresi verbal dengan membentak, berkata kasar, serta menunjukkan sikap emosional yang tidak terkendali seperti mudah tersinggung, menyimpan dendam, dan curiga berlebihan terhadap orang lain. Perilaku ini sering muncul saat klien merasa terprovokasi, diabaikan, atau tidak mendapatkan perhatian yang diharapkan dari teman maupun keluarga. Selain itu, klien kesulitan dalam mengekspresikan perasaan secara sehat, cenderung menarik diri, dan mengalami konflik batin ketika menghadapi situasi yang menimbulkan stres emosional.

**Implementasi Konseling Individu dengan Teknik *Motivational Interviewing* dalam Mengatasi Perilaku Agresif (Studi Kasus Klien "A" di Desa Mangkunegara Timur)**

Penerapan Konseling Individu Teknik *Motivational Interviewing* Proses konseling dilaksanakan dalam empat pertemuan selama bulan Januari hingga Februari 2026. Layanan konseling menggunakan teknik *Motivational Interviewing* (MI) bertujuan untuk membangun kesadaran diri klien terhadap perilaku agresif yang muncul, meningkatkan motivasi internal untuk berubah, serta mengembangkan strategi pengelolaan emosi yang adaptif. Pada pertemuan awal, konselor membangun hubungan hangat dan aman dengan klien, menggali pengalaman, emosi, dan pemicu agresi yang dialami. Pada pertemuan berikutnya, konselor mengajak klien untuk mengeksplorasi perasaan dan pemikiran yang memicu kemarahan, mempertanyakan konsekuensi perilaku agresif, dan mulai menyusun rencana perilaku yang lebih sehat. Pertemuan terakhir fokus pada membangun komitmen klien untuk mempertahankan perubahan positif dan menerapkan strategi pengendalian emosi dalam kehidupan sehari-hari.

**Gambaran Perilaku Agresif Pada Klien "A" Setelah Diimplementasikan Layanan Konseling Individu dengan Teknik *Motivational Interviewing***

Gambaran Perilaku Agresif Klien "A" Setelah Konseling dengan teknik *Motivational Interviewing*. Dari hasil wawancara dan observasi menunjukkan adanya perubahan positif yang signifikan pada perilaku agresif klien "A". Klien mulai mampu menahan diri dan tidak lagi mengekspresikan kemarahan melalui tindakan fisik maupun verbal. Ia lebih mampu mengontrol dorongan untuk membentak, berkata kasar, atau menyimpan dendam. Selain itu, klien lebih sabar, tidak mudah tersinggung, dan mampu mengekspresikan perasaan dengan cara yang lebih tenang. Klien juga menunjukkan kesadaran diri yang meningkat, memahami dampak perilaku agresif terhadap diri sendiri dan orang lain, serta mulai membangun interaksi sosial yang lebih harmonis dengan teman dan anggota keluarga. Orang tua dan teman klien mengakui perubahan

positif ini, menyatakan bahwa interaksi dengan klien kini lebih aman, nyaman, dan terkontrol. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa implementasi konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI) efektif dalam membantu klien "A" mengelola perilaku agresif, meningkatkan kontrol diri, dan membangun keterampilan sosial yang lebih sehat. Teknik ini tidak hanya menargetkan perubahan perilaku, tetapi juga menumbuhkan kesadaran diri dan motivasi internal klien, sehingga perubahan yang terjadi bersifat adaptif dan berkelanjutan

**References**
**DAFTAR PUSTAKA**


Ai Durotus Sopiah & Nurjannah Nurjannah. (2023). Layanan Konseling Individu Melalui Pendekatan Mauidhah Hasanah Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Smk Ma'Arif Cijulang. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, p. 79, doi:10.22373/taujih.v6i2.6.2 .

Candra Prasiska Rahmat and others. (2024). Perilaku Agresif Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya', TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling. pp. 20–26, doi:10.26539/teraputik.732700.

Hidayat Ma'ruf. (2015). *Perilaku Agresi Relasi Siswa DiSekolah.* Yogyakarta.

Ibu Klien "A", d. D. (n.d.). Wawancara Tanggal 1 Februari 2026.

Klien "A". (2026). di Desa Mangkunegara Timur, Kecamatan Penukal Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir (PALI), Provinsi Sumatera Selatan. . (Wawancara, Interviewer)

M Buss, A. &. (2020). The Aggression Questionnaure. *Journal Of Personality And Social Psychology*, pp. 11–24.

Marinu Waruwu. (2024). Pendekatan Penelitian Kualitatif : Konsep, Prosedur, Kelebihan Dan Peran Di Bidang Pendidikan. pp. 198–211.

Muhajirin, Risnita, Asrulla. (2024). Pendekatan Kualitatif . *Journal Genta Mulia*, pp. 82–92. 15.1.

Prayitno & Erman Amti. (2019). Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Telaah Konsep , Teori Dan Praktik. *Perdana Publishing*.

Savitri, Henny Subandiyah. (2020). Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud Tokoh Utama Dalam Novel "Guru Aini". *Andrea Hirata Jurnal, 2*.

Teman Klien "A", d. D. (n.d.). Wawancara Tanggal 1 Februari 2026.

Weni Anggraini, et al. (2023). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Agresif Pada Remaja : Studi Literatur. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, pp. 39–44, doi:10.37411/jgcj.v4i1.2246.