

Konseling Individu dengan Teknik Role Play untuk Mengatasi Perilaku Agresif Anak

Ratmi Sri Utami¹, Suryati²

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Corresponding Author:  ratmisriutami870@gmail.com

ABSTRACT

ARTICLE INFO

Article history:

Received

June 16, 2025

Revised

Oktober 23, 2025

Accepted

December 04,

2025

This study, titled "Individual Counseling with Role Play Techniques to Overcome Children's Aggressive Behavior," aims to identify, describe, and evaluate the effectiveness of individual counseling using role play techniques in overcoming children's aggressive behavior. This research employs a qualitative approach with a case study design, using observation, interviews, and documentation as data collection techniques. Data were analyzed using pattern matching, explanation building, and time-series analysis. The results indicate that the client was able to identify sources of anger, express emotions in a more controlled manner, and adopt more adaptive alternative behaviors when facing situations that trigger aggression. In addition, the client's daily interactions showed increased patience, improved listening skills, and reduced intensity of conflict with others. These findings are consistent with previous studies confirming the effectiveness of role play and play therapy techniques: in both individual and group settings for reducing aggressive behavior among children and adolescents.

Keywords: *Aggressive Behavior, Individual Counseling, Role Play.*

How to cite

Utami, R. S., & Suryati, S. (2025). Konseling Individu dengan Teknik Role Play untuk Mengatasi Perilaku Agresif Anak. *Journal of Society Counseling*. 3(3). DOI: <https://doi.org/10.59388/josc.v3i3.714>

Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open-access article under the CC BY-SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Published by

ScidacPlus

PENDAHULUAN

Perilaku agresif pada anak merupakan salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh orang tua, pendidik, dan para profesional di bidang psikologi dan pendidikan. Perilaku ini dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk, baik fisik seperti memukul, menendang, dan merusak barang, maupun verbal seperti berteriak, menghina, dan mengancam. Perilaku agresif pada anak tidak hanya mengganggu lingkungan sekitarnya tetapi juga berdampak negatif pada perkembangan sosial dan emosional anak tersebut.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perilaku agresif pada anak dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk faktor genetik, lingkungan keluarga yang kurang harmonis, paparan media kekerasan, serta kurangnya keterampilan sosial. Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan yang tidak mendukung atau yang sering menyaksikan perilaku agresif cenderung meniru perilaku tersebut sebagai cara untuk mengekspresikan diri atau mengatasi frustrasi. Jika perilaku agresif ini tidak ditangani dengan tepat, anak-anak tersebut berisiko menghadapi

berbagai masalah di masa depan, seperti kesulitan dalam menjalin hubungan sosial, rendahnya prestasi akademik, serta gangguan mental seperti depresi dan kecemasan. Oleh karena itu, intervensi dini untuk mengatasi perilaku agresif sangatlah penting untuk memastikan perkembangan yang sehat dan seimbang bagi anak.

Berbagai pendekatan konseling telah dikembangkan untuk mengatasi perilaku agresif pada anak, baik dalam format kelompok maupun individu. Konseling kelompok menawarkan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi dengan teman sebaya yang mengalami masalah serupa, sementara konseling individu memberikan ruang yang lebih personal dan mendalam bagi konselor untuk menggali akar masalah serta merancang intervensi yang spesifik sesuai kebutuhan klien. Lochman dkk. (2019) menemukan bahwa format kelompok dan format individu dalam intervensi bagi anak agresif memiliki moderator dan prediktor keberhasilan yang berbeda, sehingga pemilihan format intervensi perlu disesuaikan dengan karakteristik klien. Dalam konteks penelitian ini, konseling individu dipilih karena klien merupakan korban kekerasan yang memerlukan pendekatan personal dan aman secara emosional, sebagaimana juga direkomendasikan oleh Kusuma dan Suryati (2023) dalam penanganan trauma anak korban kekerasan dalam rumah tangga melalui teknik *play therapy*.

Teknik *role play* atau bermain peran adalah salah satu metode yang sering digunakan dalam konseling, baik individu maupun kelompok. Melalui teknik ini, anak dapat memerankan berbagai situasi sosial yang memicu perilaku agresifnya. Dengan bimbingan konselor, anak dapat mempraktikkan cara-cara yang lebih positif dalam merespons situasi tersebut. *Role play* tidak hanya membantu anak mengenali dan mengelola emosinya, tetapi juga meningkatkan empati dan keterampilan sosialnya.

Sejumlah penelitian terdahulu telah membuktikan efektivitas teknik *role play* dan *play therapy* dalam menurunkan perilaku agresif pada anak dan remaja, baik dalam setting individu maupun kelompok. Alfath (2021) menemukan bahwa teknik bermain peran efektif menurunkan kecenderungan perilaku agresif peserta didik. Hasil ini diperkuat oleh studi meta-analisis Alfath, Zalki, dan Chusniyah (2025) yang menyimpulkan bahwa *play therapy* secara umum efektif menurunkan agresivitas anak lintas studi. Pada *setting* konseling kelompok, Asro, Sugiharto, dan Awalya (2021) membuktikan bahwa konseling kelompok dengan teknik *role playing* efektif mengatasi perilaku bullying siswa, sejalan dengan temuan Rini dan Iswara (2020) serta Hidayat, Hendriana, dan Septian (2021) yang menunjukkan penurunan perilaku agresif dan bullying setelah pemberian bimbingan kelompok berbasis *role playing*. Fitriani, Ferdiansyah, dan Lubis (2025) juga melaporkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* berpengaruh signifikan terhadap penurunan perilaku agresi verbal siswa. Sementara itu, Gunawan, Ahmad, Hartati, Senoaji, dan Zulaifi (2025) menemukan bahwa kombinasi teknik modeling behavioristik dan *role playing* efektif menurunkan perilaku *cyberbullying*, dan Saputra, Dantes, dan Suarni (2022) melaporkan hasil serupa pada penerapan konseling behavioral dengan teknik *modeling*. Putri (2019) turut membuktikan efektivitas pendekatan konseling behavioristik dengan teknik *role playing* dalam mengurangi perilaku agresi peserta didik.

Selain dalam bentuk *role play* konseling, pendekatan *play therapy* juga terbukti efektif menurunkan agresivitas anak dalam berbagai konteks. Iswinarti dan Hidayah (2020) menunjukkan bahwa *play therapy* kelompok mampu meningkatkan empati sekaligus menurunkan perilaku agresif anak, sementara Pour (2019) melaporkan hasil serupa pada anak prasekolah, yaitu penurunan perilaku agresif disertai peningkatan keterampilan sosial melalui *play therapy* kelompok. Mosafar dan Nasri (2025) menemukan bahwa *play therapy* berbasis *choice theory* efektif menurunkan agresivitas dan meningkatkan fungsi eksekutif pada anak dari keluarga orang

tua tunggal dengan gejala depresi. Pendekatan berbasis teknologi juga mulai dikembangkan, seperti penelitian Alsem, Van Dijk, Verhulp, Dekkers, dan De Castro (2023) yang membuktikan efektivitas *cognitive behavior therapy* berbasis *virtual reality* dalam menangani masalah perilaku agresif anak melalui uji coba terkontrol acak multisenter.

Meskipun demikian, mayoritas penelitian tersebut berfokus pada *setting* kelompok atau populasi umum, sementara penelitian mengenai konseling individu dengan teknik *role play* secara khusus pada anak korban kekerasan masih terbatas. Studi yang paling relevan adalah Kusuma dan Suryati (2023) yang menggunakan teknik *play therapy* untuk menangani trauma anak korban kekerasan dalam rumah tangga, namun belum secara spesifik menyoroti perilaku agresif melalui konseling individu dengan teknik *role play*. Kesenjangan (gap) inilah yang mendasari pentingnya penelitian ini dilakukan, yaitu untuk mengeksplorasi dan menguji efektivitas konseling individu dengan teknik *role play* dalam mengatasi perilaku agresif pada anak korban kekerasan. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana teknik ini dapat diterapkan secara efektif dalam situasi konseling individu serta faktor-faktor yang mendukung keberhasilannya. Penelitian ini juga diharapkan memberikan kontribusi praktis bagi para konselor, guru, dan orang tua dalam menangani perilaku agresif pada anak, sekaligus memperkaya literatur mengenai teknik-teknik konseling yang efektif untuk mengatasi masalah perilaku pada anak.

Perilaku agresif adalah salah satu bentuk ekspresi emosi individu akibat adanya suatu ketidakberhasilan yang dialami. Perilaku ini dapat diwujudkan dalam bentuk tindakan berupa merusak benda atau melakukan penyerangan kepada orang lain, baik secara verbal maupun nonverbal, yang dilakukan dengan unsur kesengajaan. Perilaku agresif merupakan salah satu masalah yang sering terjadi pada remaja. Dampak dari perilaku agresif ini dapat menyebabkan kerugian, baik pada individu yang melakukan perilaku agresif maupun pada individu yang menerima perilaku agresif tersebut (Yunalia & Etika, 2020). Dari hasil observasi awal yang dilakukan di Desa Pedamaran II, peneliti memperoleh data mengenai dampak yang ditimbulkan ketika individu mengalami gejolak emosional, melalui pengamatan langsung terhadap perilaku sehari-hari terkait perilaku agresif remaja di lingkungan keluarga Desa Pedamaran, Kecamatan Pedamaran.

Perilaku agresif ini merupakan perilaku yang bertujuan untuk mendominasi atau merusak benda ataupun orang, baik secara fisik maupun verbal. Perilaku agresif pada remaja banyak terjadi karena masa remaja merupakan masa ketika individu mulai mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikologis. Sebagian remaja mengartikan masa ini sebagai masa yang sulit dan memerlukan adaptasi, yang mana proses adaptasi tersebut akan memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis mereka. Perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dalam waktu yang lama sejak masa kanak-kanak akan berdampak terhadap perkembangan kepribadian yang lambat laun dikenal oleh masyarakat sebagai suatu kecenderungan (Einstein & Indrawati, 2016). Perilaku agresif pada anak usia sekolah dasar, khususnya usia 11 tahun, semakin menjadi perhatian dalam dunia pendidikan dan psikologi perkembangan. Anak-anak pada tahap ini berada dalam masa transisi dari anak-anak menuju remaja awal, yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang cukup signifikan. Jika tidak dikelola dengan baik, perubahan ini dapat memicu berbagai bentuk perilaku maladaptif, salah satunya perilaku agresif.

Fenomena ini dapat ditemukan dalam berbagai bentuk, seperti membentak, mencaci maki, merusak barang, hingga melakukan kekerasan fisik terhadap teman sebaya. Salah satu kasus yang terjadi di sebuah sekolah dasar di Indonesia menunjukkan seorang anak yang sebelumnya pendiam mulai menunjukkan perilaku agresif, seperti mendorong teman, membanting barang, dan

melawan guru. Setelah ditelusuri, anak tersebut mengalami tekanan emosional di rumah akibat konflik orang tua dan kurangnya perhatian dari lingkungan sosial terdekat. Perilaku agresif anak tersebut tidak hanya berdampak pada perkembangan psikologisnya, tetapi juga dapat mengganggu proses belajar mengajar, menghambat interaksi sosial, serta memicu konflik dalam lingkungan sekolah. Oleh karena itu, penting bagi pendidik, orang tua, dan pihak terkait untuk memahami faktor-faktor yang melatarbelakangi perilaku agresif tersebut, baik dari segi lingkungan keluarga, pergaulan sebaya, maupun kondisi psikologis anak. Melalui penelitian ini, penulis ingin menggali lebih dalam mengenai bentuk, penyebab, dan dampak perilaku agresif pada anak, serta mencari upaya penanganan yang tepat agar perilaku tersebut dapat diminimalisasi sejak dini.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan menggunakan metode kualitatif, yaitu penelitian yang lebih difokuskan pada pembentukan data secara deskriptif yang bersumber langsung dari lapangan. Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Menurut Denzin dan Lincoln, penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang mengkaji masalah-masalah manusia melalui proses penafsiran fenomena yang terjadi, dengan melibatkan penggunaan berbagai metode dalam pelaksanaannya (Jaya, 2020).

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang digunakan untuk mendapatkan data dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian kualitatif, pengumpulan data dilakukan di lingkungan alami (*natural setting*), menggunakan sumber data primer, dan melibatkan teknik seperti observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi (Fadilla & Wulandari, 2023). Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan metode, yaitu dengan membandingkan serta mengecek silang hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi guna memastikan konsistensi dan kredibilitas temuan.

Analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan data agar mudah dipahami, yang selanjutnya digunakan untuk menarik simpulan mengenai karakteristik berdasarkan data yang diperoleh. Terdapat tiga bentuk analisis data menurut Robert K. Yin, yaitu: (1) Perjodohan pola (*pattern matching*), yaitu logika yang membandingkan pola data hasil pengalaman lapangan dengan pola yang diprediksikan sebelumnya. Dalam penelitian ini, pola perubahan perilaku klien "WH" selama proses konseling dibandingkan dengan pola perubahan perilaku yang diharapkan berdasarkan tahapan teknik *role play*. (2) Pembuatan eksplanasi (*explanation building*), yaitu analisis yang bertujuan menyusun penjelasan mengenai bagaimana dan mengapa penerapan konseling individu dengan teknik role play dapat menurunkan perilaku agresif klien "WH". (3) Analisis deret waktu (*time-series analysis*), yaitu strategi analisis yang digunakan untuk melihat perkembangan perilaku klien "wh" secara bertahap dari pertemuan pertama hingga pertemuan keenam, guna memastikan bahwa perubahan yang terjadi konsisten dengan intervensi yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Pedamaran II, dimulai sejak 01 April 2025 hingga 01 Mei 2025, terhadap perilaku agresif yang terjadi pada klien "WH", melalui wawancara mendalam dengan klien dan pihak-pihak terkait. Hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti disajikan sebagai berikut.

Gambaran Perilaku Agresif Anak

Berdasarkan hasil temuan peneliti di lapangan, hasil wawancara terhadap subjek penelitian mengenai aspek-aspek perilaku agresif menunjukkan hal-hal berikut. *Pertama*, dilihat dari aspek *physical aggression*, pada indikator menyakiti diri sendiri, hasil wawancara terhadap klien "WH" menunjukkan bahwa klien pernah merasa ingin menyakiti diri sendiri saat kondisi emosional tidak stabil dalam menghadapi tekanan, yang disebabkan oleh pikiran yang tidak stabil, perasaan dimarahi, serta kurangnya kepedulian dari lingkungan keluarga maupun pertemanan. Pada indikator sikap membahayakan orang lain secara fisik langsung, klien "WH" cenderung melakukan tindakan fisik langsung terhadap orang lain, seperti mendorong temannya tanpa sebab yang jelas. Pada indikator sikap membahayakan orang lain secara fisik tidak langsung, klien "WH" pernah melontarkan kata-kata kasar tanpa sebab yang jelas.

Kedua, aspek *verbal aggression* (agresi verbal). Pada indikator sikap membahayakan orang lain dalam bentuk penolakan, klien "WH" menunjukkan kecenderungan tidak peduli terhadap perasaan orang lain, dan ketika emosional tidak dapat terkontrol, klien melampiaskannya secara langsung dengan mencaci maki. Pada indikator sikap ancaman melalui respons verbal, klien "WH" cenderung mengucapkan kata-kata yang mengancam atau menakutkan ketika merasa terancam.

Ketiga, aspek *anger* (kemarahan). Pada indikator kemampuan mengungkapkan emosi, klien "WH" memiliki kecenderungan tidak mampu mengatur emosi dalam situasi apa pun dan cenderung mengekspresikannya dengan memukul, menendang, merusak barang, serta berteriak. Pada indikator temperamental, klien "WH" memiliki kecenderungan merasa marah dan sedih dalam situasi tertentu, terutama ketika merasa tidak dihargai dan diperlakukan tidak adil. Pada indikator kemampuan mengendalikan emosi, klien "WH" cenderung tidak mampu mengendalikan emosi ketika berada dalam situasi yang memicu.

Keempat, aspek *hostility* (permusuhan). Pada indikator kemampuan mengekspresikan kebencian, hasil wawancara terhadap klien "WH" menunjukkan bahwa klien mampu mengekspresikan kebencian terhadap orang lain dengan cara tidak dapat mengontrol ekspresi wajah dan sering mencaci maki tanpa sebab yang jelas. Pada indikator sikap sulit mempercayai orang lain, klien "WH" memiliki kecenderungan sulit mempercayai orang lain, terutama pada orang yang pernah membuatnya kecewa. Pada indikator kekhawatiran berlebihan, klien "WH" memiliki kecenderungan merasa khawatir secara berlebihan ketika melakukan tindakan agresif terhadap orang lain.

Penerapan Konseling Individu dengan Teknik Role Play

Berdasarkan hasil penelitian, konseling individu ini dilaksanakan selama enam kali pertemuan dengan tiga tahapan, yakni tahap awal, tahap pertengahan (tahap kerja), dan tahap akhir. Pada tahap awal, yaitu pertemuan pertama, konselor membangun hubungan baik dengan klien "WH", merumuskan masalah, merumuskan tujuan atau hasil yang diharapkan, menjelaskan peran dan tanggung jawab peneliti sebagai konselor serta klien "WH" sebagai konseli, dan bernegosiasi mengenai waktu dan tempat pelaksanaan. Tahap pertengahan atau tahap kerja, yaitu pertemuan kedua sampai keempat, peneliti menjaga hubungan konseling agar tetap terpelihara, mendengarkan, memahami, merespons, serta menggali informasi dan memecahkan masalah menggunakan tahapan-tahapan teknik *role play*, yaitu meyakinkan klien "WH" dan menjelaskan maksud serta tujuan teknik *role play* kepada konseli.

Teknik *role play* (bermain peran) adalah metode pembelajaran aktif yang melibatkan simulasi situasi nyata dengan memainkan peran tertentu. Teknik ini sering digunakan dalam

pelatihan komunikasi, pelayanan, pendidikan, dan konseling. Penerapannya dimulai melalui beberapa tahapan, yaitu persiapan (*preparation*), penjelasan peran dan skenario (*briefing*), pelaksanaan *role play* (*acting out*), diskusi dan evaluasi (*debriefing*), serta refleksi dan generalisasi. Tahap akhir proses konseling, yaitu pertemuan kelima dan keenam, konselor mengevaluasi atau memberikan penilaian terhadap proses konseling yang telah dilaksanakan, kemudian memberikan *follow up* untuk mengetahui kemajuan yang dialami klien "WH" agar mampu menjalani kehidupan ke depan dengan semangat dan menjadi pribadi yang lebih baik.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan konseling individu dengan teknik *role play* dalam mengatasi perilaku agresif anak pada klien "WH" telah mencapai sasaran dan tujuannya. Dari proses konseling yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kondisi klien "WH" mengalami perubahan positif dan kemajuan yang lebih baik dari sebelumnya. Hal ini ditandai dengan berkurangnya ketidakstabilan emosional berupa kemarahan tanpa sebab yang jelas, berkurangnya perilaku mencaci maki orang lain tanpa sebab yang jelas, meningkatnya kemampuan mengendalikan kemarahan, berkurangnya perilaku agresif, serta meningkatnya kemampuan mengontrol hal-hal yang sebelumnya menyebabkan ketidakstabilan emosional. Oleh karena itu, dari perolehan penelitian ini, layanan konseling individu dengan teknik *role play* dipilih sebagai upaya efektif untuk mengurangi perilaku agresif anak pada klien "WH", karena *role play* dianggap sebagai teknik yang mampu membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi klien.

Pembahasan

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa konseling individu dengan teknik *role play* efektif menurunkan perilaku agresif klien "WH", yang ditandai dengan meningkatnya kemampuan pengendalian emosi, kemampuan komunikasi, dan penggunaan strategi koping yang lebih adaptif. Temuan ini sejalan dengan hasil meta-analisis Alfath, Zalki, dan Chusniyah (2025) yang menegaskan efektivitas *play therapy* secara umum dalam menurunkan agresivitas anak, serta memperkuat temuan Alfath (2021) mengenai efektivitas teknik bermain peran dalam mengurangi kecenderungan perilaku agresif peserta didik.

Jika dibandingkan dengan penelitian yang menerapkan *role play* dalam *setting* kelompok, seperti Asro, Sugiharto, dan Awalya (2021), Hidayat, Hendriana, dan Septian (2021), Fitriani, Ferdiansyah, dan Lubis (2025), serta Rini dan Iswara (2020), penelitian ini memberikan bukti tambahan bahwa teknik *role play* juga dapat diterapkan secara efektif dalam format konseling individu. Hal ini relevan dengan temuan Lochman dkk. (2019) yang menekankan bahwa format individu dan kelompok memiliki moderator keberhasilan yang berbeda. Pada kasus klien "WH" yang merupakan korban kekerasan, pendekatan individu dinilai lebih sesuai karena memungkinkan konselor menggali pengalaman traumatis klien secara lebih mendalam dan personal, sebagaimana juga ditunjukkan oleh Kusuma dan Suryati (2023) dalam penanganan trauma anak korban kekerasan dalam rumah tangga melalui *play therapy*.

Peningkatan kemampuan empati dan keterampilan sosial klien "WH" setelah menjalani konseling juga konsisten dengan temuan Iswinarti dan Hidayah (2020) serta Pour (2019), yang melaporkan peningkatan empati dan keterampilan sosial anak melalui *play therapy* kelompok. Selain itu, penurunan perilaku agresif klien "WH" turut didukung oleh temuan Gunawan dkk. (2025) dan Saputra, Dantes, dan Suarni (2022), yang menunjukkan bahwa teknik *modeling* dan *role playing* dalam konseling behavioristik dapat menurunkan berbagai bentuk perilaku agresif, termasuk *cyberbullying*. Efektivitas pendekatan behavioristik dengan *role playing* yang ditemukan Putri (2019) turut memperkuat asumsi bahwa perubahan perilaku agresif dapat dicapai

melalui proses belajar dan pemodelan perilaku alternatif yang lebih adaptif, sebagaimana tampak pada perubahan sikap klien "WH" dalam berkomunikasi dan mengendalikan emosi.

Sementara itu, perkembangan pendekatan berbasis teknologi seperti *cognitive behavior therapy* berbasis *virtual reality* yang diujicobakan oleh Alsem dkk. (2023), maupun *choice theory-based play therapy* oleh Mosafar dan Nasri (2025), menunjukkan bahwa terdapat variasi metode dalam menangani perilaku agresif anak. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkaya khazanah pendekatan konseling individu berbasis *role play* sebagai salah satu alternatif intervensi yang relevan, khususnya bagi anak korban kekerasan di lingkungan pedesaan yang selama ini belum banyak diteliti.

KESIMPULAN

Hasil konseling individu dengan teknik *role play* terbukti efektif dalam menurunkan perilaku agresif pada klien "WH" yang merupakan korban kekerasan. Klien menunjukkan peningkatan dalam pengendalian emosi, kemampuan komunikasi, serta penggunaan strategi koping yang lebih adaptif. Pendekatan ini membantu klien memahami sumber kemarahan dan meresponsnya secara konstruktif dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan konseling individu dengan teknik *role play* untuk mengatasi perilaku agresif anak pada klien "WH" korban kekerasan, dapat ditarik simpulan sebagai berikut. (1) Gambaran perilaku agresif yang dialami klien "WH": Setelah dilakukan konseling individu, diperoleh gambaran bahwa perilaku agresif yang sebelumnya ditunjukkan, seperti mudah tersinggung, membentak saat merasa tidak dipahami, serta cenderung menyalahkan orang lain, mengalami penurunan yang signifikan. Melalui penerapan teknik *role play*, klien mampu mengidentifikasi sumber kemarahan, mengekspresikan emosi secara lebih terkendali, serta mencoba perilaku alternatif yang lebih adaptif dalam menghadapi situasi yang memicu agresi. (2) Penerapan hasil konseling: Perubahan tampak dari sikap klien dalam interaksi sehari-hari, seperti meningkatnya kesabaran saat berkomunikasi, kemampuan mendengarkan tanpa menyela, serta berkurangnya intensitas konflik dengan orang di sekitarnya. Klien juga mulai menggunakan strategi pengalihan diri saat marah, yang sebelumnya tidak dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa konseling individu, khususnya dengan pendekatan *role play*, efektif dalam membantu klien memahami dan mengelola perilaku agresifnya secara konstruktif.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini merekomendasikan agar konselor sekolah maupun praktisi bimbingan dan konseling mempertimbangkan penerapan konseling individu dengan teknik *role play* sebagai salah satu alternatif intervensi bagi anak dengan riwayat kekerasan yang menunjukkan perilaku agresif, dengan tetap memperhatikan aspek keamanan psikologis klien selama proses konseling berlangsung. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih banyak serta membandingkan efektivitas format individu dan kelompok secara langsung, sebagaimana disarankan oleh Lochman dkk. (2019), guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas masing-masing format intervensi bagi anak dengan latar belakang trauma kekerasan.

REFERENSI

- Alfath, E. A. (2021). Penggunaan teknik bermain peran (*role playing*) untuk mengurangi kecenderungan perilaku agresif peserta didik. *JIEGC: Journal of Islamic Education Guidance and Counselling*, 2(1). <https://doi.org/10.51875/jiegc.v2i1.158>

- Alfath, E. A., Zalki, R., & Chusniyah, T. (2025). Meta-analysis study: Effectiveness of play therapy to reduce children's aggressiveness. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 16(1). <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v16i1.27518>
- Alsem, S. C., Van Dijk, A., Verhulp, E., Dekkers, T., & De Castro, B. O. (2023). Treating children's aggressive behavior problems using cognitive behavior therapy with virtual reality: A multicenter randomized controlled trial. *Child Development*. <https://doi.org/10.1111/cdev.13966>
- Asro, M., Sugiharto, D., & Awalya, A. (2021). Mengatasi perilaku bullying siswa melalui konseling kelompok teknik role playing. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 5(2). <https://doi.org/10.30653/001.202152.174>
- Einstein, G., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara pola asuh otoriter orangtua dengan perilaku agresif siswa/siswi SMK Yudya Karya Magelang. *Jurnal Empati*, 5(3), 491–502. [Google Scholar](#)
- Fadilla, A. R., & Wulandari, P. A. (2023). Literature review analisis data kualitatif: Tahap pengumpulan data. *Mitita Jurnal Penelitian*, 1(3), 34–46. [Google Scholar](#)
- Fitriani, R., Ferdiansyah, M., & Lubis, M. A. (2025). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing terhadap perilaku agresi verbal pada siswa di SMAN 4 Kota Jambi. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 10(3). <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v10i3.15863>
- Gunawan, I., Ahmad, H., Hartati, A., Senoaji, A. R., & Zulaifi, R. (2025). Effectiveness of behavioristic counseling modeling techniques and role-playing techniques to reduce cyberbullying. *Islamic Guidance and Counseling Journal*. <https://doi.org/10.25217/0020258696000>
- Hidayat, A., Hendriana, H., & Septian, M. R. (2021). Layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing bagi peserta didik yang berperilaku agresif di SMP Yayasan Atikan Sunda Bandung. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 4(2). <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i2.6820>
- Iswinarti, I., & Hidayah, N. (2020). Empathy enhancement through group play therapy to reduce aggressive behavior. 151–158. <https://doi.org/10.29210/147900>
- Jaya, I. M. L. M. (2020). Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif: Teori, penerapan, dan riset nyata. *Anak Hebat Indonesia*. [Google Scholar](#)
- Kusuma, R. H., & Suryati, N. (2023). Traumatic counseling with play therapy techniques to handle children victims of domestic violence. *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 14(1). <https://doi.org/10.21043/kr.v14i1.20419>
- Lochman, J., Glenn, A., Powell, N. P., Boxmeyer, C. L., Bui, C., Kassing, F., Qu, L., Romero, D. E., & Dishion, T. (2019). Group versus individual format of intervention for aggressive children: Moderators and predictors of outcomes through 4 years after intervention. *Development and Psychopathology*, 31, 1757–1775. <https://doi.org/10.1017/s0954579419000968>
- Mosafar, A., & Nasri, M. (2025). The effect of choice theory-based play therapy on aggression and executive functions in single-parent children with depression symptoms. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.6.2.12>
- Pour, A. A. (2019). The effect of group play therapy on aggressive behaviors and social skills in preschool children. *Quarterly Journal of Child Mental Health*, 6(2). <https://doi.org/10.29252/jcmh.6.2.5>

- Putri, M. Y. (2019). Keefektifan pendekatan konseling behavioristik dengan teknik role playing untuk mengurangi perilaku agresi peserta didik. 33–39. <https://doi.org/10.22202/jcc.2019.v3i1.3732>
- Rini, M., & Iswara, A. M. Y. (2020). Effectiveness of group counseling role playing techniques to reduce student bullying behavior. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.024>
- Saputra, N. B., Dantes, N., & Suarni, N. K. (2022). The effect of behavioral counseling implementation with modeling techniques in order to reduce students' aggressive behavior. *Bisma: The Journal of Counseling*, 6(3). <https://doi.org/10.23887/bisma.v6i3.51070>
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. N. (2020). Analisis perilaku agresif pada remaja di sekolah menengah pertama. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(1), 38–45. <https://doi.org/10.35719/sjigc.v2i1.13>
-

Copyright Holder :

© Utami, R. S., & Suryati, S. (2025).

First Publication Right :

© Journal of Society Counseling

This article is under:

