

Penerapan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Assertive Training* Untuk Mengurangi Pergaulan Bebas Remaja

Della Orin Ollifvia¹, Suryati², Hartika Utami Fitri³

^{1,2,3} Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia
e-mail: dellaorienollifvia05@gmail.com

Jurnal Psiko-Konseling
Vol.2 No.1 Th 2024
ISSN 2987-5048

ABSTRACT

Promiscuity is an interaction between individuals or groups of people that is contrary to the norms that apply in society which can damage their personal image or the environment where the event occurs. The aim of the research is to find out how to apply the behavioral approach in reducing teenage promiscuity on Jalan Jati Raya 2 RT 61 Rw 08 Alang-Alang Lebar District. This research uses descriptive qualitative research methods, namely the data collected, the subjects in this research are late teenagers aged 18-22 years who are teenagers on Jalan Jati Raya 2 Alang-Alang Lebar. The data collection techniques used are observation, interviews, documentation with data analysis techniques used, namely data reduction and data presentation. The results of this research state that group counseling can overcome the problem of teenage promiscuity on Jalan Jati Raya 2, Alang-Alang Lebar District because the assertive training technique involves open discussion sessions regarding the impact of promiscuity. In this research, the assertive training technique carried out several stages, namely first, improving adolescents' assertive skills in resisting negative pressure, second, reducing the level of promiscuity through positive behavior changes, third, strengthening social ties and support from peer groups. This can help teenagers to build self-confidence and the ability to make positive decisions.

Keywords: *Group Counseling, Assertive Technique Training, Promiscuity*

ABSTRAK

Pergaulan bebas merupakan suatu interaksi individu atau kelompok masyarakat yang bertentangan dengan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat yang dapat merusak citra pribadi ataupun lingkungan dimana peristiwa tersebut terjadi. Tujuan penelitian untuk mengetahui bagaimana penerapan pendekatan behavior dalam mengurangi pergaulan bebas remaja di jalan jati raya 2 RT 61 Rw 08 Kecamatan Alang-Alang Lebar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif, yaitu data yang di kumpulkan, subjek pada penelitian ini yaitu para remaja akhir yang berusia 18-22 tahun yang merupakan remaja di jalan jati raya 2 Alang-Alang Lebar. Teknik pengumpulan data yang

digunakan adalah observasi, wawancara, dokumentasi dengan teknik analisis data yang di gunakan yaitu reduksi data dan penyajian data. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa konseling kelompok dapat mengatasi permasalahan pergaulan bebas remaja yang ada di jalan jati raya 2 Kecamatan Alang-Alang Lebar karena di dalam teknik *assertive training* melibatkan sesi diskusi yang terbuka mengenai dampak pergaulan bebas. Didalam penelitian ini teknik *assertive training* melakukan beberapa tahap yaitu yang pertama, Meningkatkan keterampilan asertif remaja dalam menolak tekanan negatif, kedua, reduksi tingkat peegaulan bebas melalui perubahan perilaku yang positif, ketiga, penguatan ikatan sosial dan dukungan dari kelompok sebaya. Hal ini dapat membantu remaja untuk membangun kepercayaan diri dan kemampuan untuk mengambil keputusan yang positif.

Kata Kunci: *Konseling Kelompok, Teknik Assertive Training, Pergaulan Bebas Remaja*

1. Pendahuluan

Pergaulan bebas adalah salah satu bentuk perilaku menyimpang atau norma tertentu seperti didefinisikan oleh B. Simanjuntak. Menurut B. Simanjuntak, “Pergaulan bebas adalah proses interaksi antara seseorang dengan orang lain tanpa terikat oleh aturan, hukum, baik hukum agama serta adat istiadat. Dijelaskan dalam Al-Quran bahwa pergaulan bebas atau batasan antara laki-laki dan perempuan disebutkan dalam Al-Qur'an, Dalam Surat An-Nur ayat 30:

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ
وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَرَكِي لَهُمْ إِنْ
خَيْرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ اللَّهُ

Artinya: “Katakanlah pada pria yang beriman, hendaklah kalian menahan penglihatan serta menjaga kemaluannya, yang sebagai itu adalah lebih suci bagi mereka, sesungguhnya Allah Maha melihat apa yang kalian lakukan” (An-Nur:30).

Bentuk-bentuk pergaulan bebas yang juga dilarang dalam agama dan dapat membahayakan kesehatan antara lain minuman keras atau mabuk-mabukan, sebagaimana Allah SWT menyebutkan

dalam surat Al-Baqarah ayat 219: “Mereka akan bertanya kepadamu mengenai mabuk serta perjudian. Katakanlah : “dan keduanya mempunyai dosa yang besar dan ada manfaatnya untuk manusia, padahal dosa keduanya lebih besar dari kegunaannya.” Dan mereka bertanya apa yang pantas bagi mereka. Katakanlah “yang lebih dari yang perlu”.

Allah SWT menjelaskan surah tersebut padamu agar kamu berpikir. Selain itu Allah SWT juga menegaskan dalam ayat lain tentang minuman keras dan perjudian di Al-Qur'an: “Sebenarnya iblis ingin bermusuhan dan saling membenci di antara kamu, minuman beralkohol dan berjudi serta menjauhkan kalian untuk memperdulikan Allah dan shalat. Tidakkah kalian ingin berhenti?” (Q.S. Al-Maidah : 91).

Dari penjelasan diatas bisa disimpulkan bahwa pergaulan bebas yaitu suatu pergaulan antar individu atau sekelompok individu yang bertolak belakang dengan aturan-aturan lingkungan masyarakat sehingga dapat merusak citra diri atau tempat peristiwa tersebut terjadi. Bentuk pergaulan bebas

yang sangat meresahkan yaitu hubungan seks bebas. Kebebasan berserikat kini begitu tinggi sehingga 63% remaja pernah melakukan hubungan seks dengan kekasih atau orang yang mereka sewa untuk memuaskan nafsunya. Hal ini terbukti ketika Komite Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Kementerian Kesehatan melakukan penelitian pada Oktober 2020. Tingginya persentase tersebut sangat memprihatinkan dan menarik perhatian. Apalagi biasanya dilakukan dalam hubungan terlarang.

Permasalahan pergaulan bebas pada remaja adalah suatu permasalahan yang serius dan harus segera diatasi agar generasi penerus bangsa tidak terhalang menganut Pancasila. Remaja merupakan generasi penerus bangsa, merekalah yang memegang kunci masa depan bangsa. Berdasarkan informasi dan peristiwa yang terjadi, kita harus memikirkan penyebab, akibat dan solusi dari maraknya budaya kebebasan seksual di era globalisasi saat ini. Menurut Elizabeth B. Hurlock yang dikutip Sudarsono, usia remaja yaitu “batas remaja awal usia 13 sampai 21 tahun”. Menurut Ericson, masa remaja merupakan masa transisi atau masa pencarian jati diri. Pemikiran Ericson ditegaskan James Marcia bahwa ciri-ciri remaja dalam tahap pencarian identitas diri seringkali menimbulkan permasalahan bagi generasi muda. Masa remaja berlangsung antara 12 sampai 21 tahun untuk perempuan dan 13 sampai 22 tahun untuk laki-laki, kelompok usia muda seperti ini dapat dibedakan menjadi dua bagian, yaitu 12 hingga 17 tahun merupakan masa remaja awal dan 18 hingga 22 tahun remaja akhir.

Remaja merupakan anak yang berada pada masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa, dimana mereka

mudah dipengaruhi oleh lingkungan, perkembangan saat ini, dan lain-lain. Jadi ada remaja yang aktif berubah dengan prestasi yang berbeda-beda dan ada pula remaja yang mengalami hal sebaliknya, bahkan pergaulannya menyimpang dari aturan seperti peraturan sekolah, peraturan masyarakat dan lain-lain. Menyimpang dari syariat Islam seperti memakai narkoba dan lain sebagainya, berzina (berhubungan dengan orang lain tanpa ikatan), tidak mematuhi aturan orangtua, meninggalkan kewajiban Islam yaitu shalat wajib lima waktu, dan lain-lain. Perubahan-perubahan tersebut seringkali menimbulkan pergaulan-pergaulan yang bebas. Pergaulan bebas adalah perilaku yang tidak sesuai dengan lingkungan masyarakat lain seperti mengabaikan norma-norma yang berlaku di masyarakat. Situasi sosial yang dianggap mengganggu, berbahaya, dan merugikan banyak orang oleh sebagian besar anggota masyarakat. Dari penjelasan tersebut terlihat bahwa faktor yang mempengaruhi sifat remaja adalah pergaulan bebas, dan salah satu cara untuk menghilangkannya adalah dengan menggunakan layanan konseling kelompok.

Prayitno menjelaskan, konseling kelompok yaitu proses pemberian bantuan yang dipimpin konselor untuk orang yang menghadapi permasalahan yang muncul. Tujuan dari konseling kelompok yaitu agar memberi pertumbuhan serta perubahan pribadi, dimana konseling kelompok mendorong dan memotivasi individu agar berubah, menggunakan seluruh potensinya untuk memenuhi dirinya sendiri. Diskusi dan refleksi bersama dalam lingkungan konseling kelompok

dapat mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai akar penyebab permasalahan. Sebab pergaulan bebas seringkali melibatkan dinamika kelompok sosial. Oleh karena itu, akan lebih efektif untuk membahas topik ini dalam diskusi kelompok, dan penggunaan pendekatan behaviorisme mencakup aspek-aspek sosial yang penting.

Menurut Mursyid, teori belajar behavioral adalah teori yang memfokuskan pada perilaku individu menjadi dampak interaksi antara stimulus dan respon. Teori behavioris memengaruhi rangkaian teori pelatihan dan penataran yang disebut dengan aliran behavioris. Pendekatan ini beranggapan bahwa anak dapat dididik sesuai dengan keinginan pendidiknya, baik guru maupun orang tuanya. Teori perilaku penting untuk memahami pendapat dan perasaan orang lain. Para ahli teori behavioris menekankan studi tentang perilaku orang-orang nyata dan peristiwa-peristiwa nyata. Behaviorisme atau teori perilaku, umumnya dikenal sebagai S&R psikologis, adalah perilaku manusia yang didorong oleh penghargaan dan penguatan lingkungan. Dengan demikian terdapat hubungan erat antara perilaku belajar dan respon terhadap stimulusnya.

Pendekatan behavioral, khususnya teknik assertive training dapat mengatasi permasalahan pergaulan bebas karena dapat membantu mereka mengembangkan kemampuan komunikasi yang sehat dan percaya diri serta memungkinkan remaja untuk percaya diri dalam mengemukakan pendapatnya tanpa melanggar batas-batas sosial. Dengan mempraktikkan ketegasan, remaja dapat mengatasi tekanan teman

sebayu dan membuat keputusan yang lebih baik dalam situasi yang memengaruhi hubungan mereka.

Corey, menjelaskan bahwa assertive training yaitu penerapan pelatihan perilaku yang mengatur untuk membantu orang memajukan cara berkomunikasi yang lebih langsung dalam hubungan interpersonal. Teknik assertive training mengajarkan remaja untuk menyelesaikan konflik dengan cara yang produktif dan dewasa. Mereka belajar mendengarkan dengan baik, berbicara dengan tenang dan mencari solusi yang adil. Remaja diajak berlatih peran atau skenario yang menyerupai situasi nyata yang dihadapinya. Dengan mempelajari keterampilan ketegasan, remaja dapat membangun hubungan yang sehat, menghindari pengambilan risiko, dan membuat keputusan yang baik tentang nasib mereka. Tujuan penelitian ini untuk menganjurkan pendekatan yang tepat sasaran yang efektif untuk mengurangi penganiayaan remaja melalui konseling kelompok dan assertive training. Diharapkan agar bisa berpartisipasi dalam konseling kelompok dan menggunakan teknik assertive training, individu mampu lebih memahami konsekuensi negatif dari perilaku buruk dan mengembangkan strategi yang lebih sehat untuk menciptakan hubungan sosial. Maka pilihan judul tersebut cukup jelas dan menarik karena mengangkat topik yang relevan dan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, terutama remaja di Kecamatan Alang-Alang Lebar.

2. Metode

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif, yaitu data yang

dikumpulkan berupa kata-kata, gambar dan bukan angka. Sumber data primer dalam penelitian ini yaitu remaja akhir yang berusia 18 - 22 tahun, dan jumlah yang akan diwawancarai ada 5 orang. Penulis mengumpulkan data primer dengan melakukan observasi dan wawancara. Penulis melakukan pengamatan terhadap aktivitas dan kejadian di lingkungan serta memberikan pertanyaan secara lisan. Sumber data sekunder pada penelitian ini yaitu RT (informasi pendukung) serta data tersebut dapat juga didapatkan dalam bentuk dokumen-dokumen penunjang.

Teknik pengumpulan data yang penulis lakukan menggunakan beberapa metode yaitu wawancara dan Dokumentasi Dalam menganalisis data, penulis menggunakan teknik analisis yang di kemukakan oleh Miles dan Huberman sebagai berikut Pengumpulan data, Reduksi data, Penyajian data, dan Upaya Penarikan Kesimpulan. Untuk Penelitian ini memilih lokasi di Jalan Jati Raya 2 Kecamatan Alang-Alang Lebar, Provinsi Sumatera Selatan Kota Palembang dengan argumentasi bahwa pemilihan lokasi tersebut memenuhi persyaratan sebagai lokasi penelitian untuk memperoleh data, informasi, dan dokumen yang dibutuhkan

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi permasalahan subjek mengenai pergaulan bebas remaja yang ada dilingkungan sekitar mereka yang dapat berdampak negatif pada remaja-remaja tersebut. Banyak permasalahan

yang mereka hadapi seperti kurangnya komunikasi terhadap orangtua, ekonomi yang tidak stabil dan lingkungan teman sebaya yang negatif. Selain itu penelitian ini mempunyai tujuan agar dapat mengetahui hasil dari strategi penerapan konseling kelompok menggunakan teknik assertive training untuk mengurangi pergaulan bebas remaja, yang dimana selama menjalankan hidup subjek sudah terlibat kedalam pergaulan bebas. Sehingga peneliti dapat menemukan subjek OS yang tinggal di daerah Jalan Jati Raya 2 Kecamatan Alang-Alang Lebar Palembang yang bersedia permasalahannya di bahas dalam pembahasan penelitian ini.

Dari hasil penelitian menyatakan bahwa konseling kelompok dapat mengatasi permasalahan pergaulan bebas remaja yang ada di Jalan Jati Raya 2 Kecamatan Alang-Alang Lebar karena di dalam teknik assertive training melibatkan sesi diskusi yang terbuka mengenai dampak pergaulan bebas. Pada teknik assertive training ini juga dapat mendorong terbentuknya hubungan positif di antara peserta untuk menciptakan lingkungan yang mendukung. Di dalam penelitian ini teknik assertive training melakukan beberapa tahap yaitu pertama, peningkatan keterampilan asertif remaja dalam menolak tekanan negatif, kedua reduksi tingkat pergaulan bebas melalui perubahan perilaku yang positif, ketiga penguatan ikatan sosial dan dukungan dari kelompok sebaya. Melalui assertive training, remaja diajarkan untuk menyampaikan pendapat dan kebutuhan mereka dengan jelas tanpa membebani diri sendiri atau orang lain. Hal ini dapat membantu remaja

agar membangun kepercayaan diri dan kemampuan untuk mengambil keputusan yang positif. Hasil positif penerapan teknik assertive training dapat disosialisasikan ke dalam kelompok untuk meningkatkan kesadaran dan mendorong partisipasi lebih lanjut. Dengan melakukan konseling kelompok dan menggunakan teknik assertive training dalam penanganan pergaulan bebas remaja di Jalan Jati Raya 2 Kecamatan Alang-Alang Lebar memberikan solusi yang efektif dan berkelanjutan serta membantu remaja membangun fondasi perilaku yang sehat dalam kehidupan mereka.

Peneliti masih mempunyai keterbatasan dalam pelaksanaannya. Salah satu keterbatasan penelitian ini adalah sulitnya mengkoordinasikan jadwal wawancara dengan subjek karena subjek dalam penelitian ini mempunyai aktivitas lain dengan waktu yang tidak menentu. Oleh karena itu, subjek hendaknya mengatur jadwalnya terlebih dahulu ketika melakukan wawancara. Setelah ada waktu luang baru dapat bertemu dan memulai wawancara. Saat melakukan penelitian, peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan apa tujuannya dan betapa sulitnya menemukan waktu yang tepat untuk orang yang diwawancarai, subjek memiliki sedikit waktu dan selama wawancara dimulai harus bersabar terutama saat menjelaskan materi dan pertanyaan subjek tidak mengerti.

4. Simpulan dan Saran

Penerapan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Assertive Training Untuk Mengurangi Pergaulan

Bebas Remaja diKecamatan Alang-Alang Lebar terdiri dari empat tahap yaitu, pembentukan, peralihan, kegiatan, dan akhir. Setelah melakukan kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan teknik assertive training menunjukkan bahwa remaja mampu menumbuhkan kepercayaan dirinya dalam berkomunikasi untuk mengungkapkan suatu permasalahan yang sedang dihadapi nya. Sehingga remaja dapat saling mengenal satu sama lain dan memberikan saran terhadap remaja lain nya. Hal ini dapat membantu remaja untuk membangun kepercayaan diri dan kemampuan untuk mengambil keputusan yang positif.

5. Daftar Pustaka

- Adhiputra, A.A.N. 2020 “Landasan-landasan Konseling Kelompok”. Denpasar : Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP.PGRI Bali.
- Alberti, R. E. & Emmons, M. L. (2019). Your Perfect Right: Assertiveness And Equality In Your Life And Relationships. Atascadero, Ca: Impact Publishers.
- Corey, Gerald. 2020. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Terjemahan oleh E. Koeswara .Bandung, Refika Aditama.
- Gunarsa, S. D. (2020). Psikologi Muda Mudi. Jakarta: Mulia
- Hasbahuddin, H., Fithrayani, A., & Bakhtiar, M. I. (2019). Assertive Training Untuk Mengurangi Kecenderungan Pergaulan Bebas. Indonesian Journal of Learning Education and Counseling, 1(2), 94-101.
- Haswan, H. (2022). Upaya Guru Bimbingan Konseling (BK) Mengatasi Pergaulan Bebas Siswa di SMP Negeri 6

- Palopo.<http://repository.umpalopo.ac.id/view/divisions/Bk/>.
- Heru Nurochman, M. A. (2019). Peran Konselor Dalam Penanggulangan Pergaulan Bebas di Kalangan Remaja (Studi Kasus di SMA Muhammadiyah 2 Palangkaraya). *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Kartini Kartono, Ilmu Sosiologi, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019) h.34
- Latipun. 2019. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Mursyidi. (2019), Kajian Teori Belajar Behaviorisme dan Desain Instruksional, Al Marhalah *Jurnal Pendidikan Islam* P-ISSN 0126-043X Volume. 3, No. 1 Mei 2019 E-ISSN 27162-400, <http://journal.almarhalah.ac.id/index.php/almarhalah/article/view/30/29>.
- Narbuko Cholid, Metodologi Penelitian, (Jakarta PT Bumi Aksara, 2019)
- Nathaniel L. Gage, & David C. Berliner. (2019). *Educational Psychology* (5th ed.). Boston: Houghton Mifflin.
- Prayitno. 2019. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. Jakarta: GhaliaIndonesia.
- Prayitno dan, Erman Emti. *Dasar-dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2019.
- Siregar, R., Batubara, U. N., 7 Siregar, N. (2022). Penggunaan Teknik Assertive Training Dalam Mengembangkan Penalaran Moral. *Jurnal Education And Development*, 10(2), 612-615.
- Septasari, D., & Fitri, H. U. (2023). *Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Pada Remaja*. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, 1(3), 522-525.
- Sudratajat, Akhmad. 2020. *Pendekatan Konseling Behavioral*. dalam <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2020/01/23/pendekatan-konseling-behavioral/> Taufik. 2020. *Model-Model Pendidikan*. Padang: FIP