

**TERAPI RASIONAL EMOTIF DALAM MENGATASI PERILAKU
PENYIMPANGAN HUBUNGAN LAWAN JENIS PADA SISWA SMPN 1
KARANGBINANGUN**

Dea Reyvalend Angelyca

Fakultas Psikologi, Universitas 45 Surabaya

191301458@univ45sby.ac.id

Abstrak

Penyimpangan perilaku merupakan suatu pola pikir, kegiatan maupun tindakan yang tidak sesuai dengan norma yang berlaku sehingga mengakibatkan ketidak stabilan dalam berperilaku. Ketidak stabilan tersebut membuat para remaja semakin menikmati pengaruh lingkungan yang buruk terutama dalam hubungannya dengan lawan jenis. Hubungan dengan lawan jenis tersebut seringkali disalah artikan oleh para remaja awal terutama para remaja yang menginjak masa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Permasalahan ini dapat dikaitkan dengan teori Edwind H Sutherland yaitu Asosiasi Diferensial. Asosiasi Diferensial ini memiliki keterkaitan dengan penyimpangan perilaku sosial. Penanganan yang tepat dalam permasalahan ini dapat dilakukan beberapa teori seperti terapi rasional emotif dan pendekatan konseling behaviorial, dikarenakan perasaan dan pemikiran remaja masih sangat sensitif terhadap pengaruh negatif dari luar. Maka dari itu terapi rasional emotif dan pendekatan konseling behaviorial diberikan untuk memberikan arahan dengan mengubah perilaku dan pemikiran remaja yang irasional menjadi rasional. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang dapat menjelaskan dan menggambarkan bagaimana penyimpangan perilaku berhubungan antar lawan jenis pada remaja SMP.

Kata Kunci: Terapi Rasional Emotif, Penyimpangan Perilaku, Hubungan Lawan Jenis.

Abstract

Deviant behavior is a mindset, activity or action that is not in accordance with the prevailing norms, resulting in instability in behavior. This instability makes teenagers increasingly enjoy the influence of a bad environment, especially in relationships with the opposite sex. Relationships with the opposite sex are often misinterpreted by early adolescents, especially teenagers who are entering junior high school (SMP). This problem can be associated with Edwind H Sutherland's theory, namely Differential Association. This Differential Association has a relationship with social behavior deviations. Appropriate handling of this problem can be done by several theories such as rational emotive therapy and behavioral counseling approaches, because the feelings and thoughts of adolescents are still very sensitive to negative influences from outside. Therefore rational emotive therapy and behavioral counseling approaches are given to provide direction by changing the behavior and thinking of irrational adolescents to become rational. This study uses a qualitative descriptive method that can explain and describe how deviations in behavior relate to the opposite sex in junior high school adolescents.

Keywords: *Emotive Rational Therapy, Deviant Behavior, Opposite Sex Relationship*

PENDAHULUAN

Berpacaran atau berhubungan antar lawan jenis merupakan perilaku yang sudah menjadi bagian dalam kehidupan manusia. Perilaku ini sudah tidak lagi menjadi hal yang tabu dikalangan remaja hingga dewasa. maka dari itu fenomena berpacaran menjadi salah satu fenomena yang diminati sebagai buah bibir bagi masyarakat umum. Berpacaran diawali dengan tumbuhnya rasa ingin tahu terhadap lawan jenis hingga akhirnya ingin menjalin hubungan yang lebih terhadap lawan jenis tersebut. Berpacaran juga sering disebut tahap awal suatu hubungan dimana dua individu saling mengenal kehidupan satu sama lain, saling memperhatikan, saling mendukung, dan saling menghargai. Berpacaran menjadi cara alternatif bagi individu untuk mengenal seseorang secara lebih dalam (Santika and Permana, 2021) khususnya pada kaum remaja.

Remaja merupakan bagian dari proses perkembangan manusia. Remaja awal berada pada usia 12 – 16 tahun yang biasanya seorang remaja masih menempuh pendidikan SMP. Pada masa remaja biasanya banyak terjadi perubahan. seiring perkembangan zaman dan pergaulan, perubahan yang nampak jelas yang terjadi pada remaja adalah perubahan perilaku dalam hubungan sosialnya yang dipenuhi dengan berbagai hal baru sehingga remaja mampu mencoba hal baru tersebut. Hubungan sosial atau pergaulan pada masa remaja sering kali disebut dengan berteman, bersahabat hingga berpacaran, dan banyak juga hal baru yang didapatkan para remaja pada hubungan sosialnya, dan sekolah adalah tempat dimana hubungan sosial remaja dimulai.

Pada saat remaja menempuh pendidikan SMP merupakan masa yang cemerlang, dimana pergaulan sosial pada masa remaja juga berpengaruh terhadap kehidupan remaja itu sendiri. Pergaulan sosial membuat para remaja menemukan suatu jawaban atas rasa keingintahuannya, terutama dalam hal berhubungan antar lawan jenis. Pergaulan yang dilakukan remaja pada masa pubertas mereka sering kali disebut dengan pacaran (Haryati). ‘Berpacaran’ adalah bercinta atau berkasihkasihan (Abarca). Namun dalam pergaulan, berhubungan antar lawan jenis membuat remaja melakukan atau mencoba hal-hal negatif yang menjerumuskan salah satu pihak, maka dari itu kaum remaja sering kali rentan terjerumus kedalam hal negatif, karena berpacaran tentu saja tidak selalu memiliki arti yang sama bagi setiap orang,

sehingga banyak tingkah laku yang menyimpang pada saat seorang remaja memiliki suatu hubungan atau berpacaran. Perilaku menyimpang tersebut seperti berbohong, menjadi pemalas, menjauhkan diri dari larangan agama, menghancurkan kepribadian, hingga menyerahkan dirinya pada kekasaihnya. Dengan perilaku menyimpang tersebut para remaja akan menjadi remaja yang kehilangan sisi sosial, moral hingga psikologisnya.

Remaja memang memperlihatkan perilaku yang khas sebagai tanda mereka berkembang sebagai remaja yang normal (Sarwono). Hubungan lawan jenis tidak bisa dipisahkan dari remaja, karena ciri remaja yang sangat menonjol adalah memiliki rasa senang atau tertarik pada lawan jenisnya yang disertai rasa ingin memiliki. Bentuk perilaku berhubungan antar lawan jenis remaja biasanya meliputi suatu tindakan seperti mengobrol, berjalan berdua dan bercanda. Adapun remaja juga melakukan perilaku menyimpang dalam berhubungan antar lawan jenis seperti berpelukan, berciuman sampai memamerkan anggota tubuh dan menyentuh bagian tubuh tertentu dari pasangannya sehingga terjalin hubungan dengan seks yang kuat.

Perilaku menyimpang merupakan permasalahan psikologis yakni refleksi proses penyesuaian diri manusia didalam kehidupan bersosialnya (Safuwani; Subhani). Maka dari itu tidak ada satu pun definisi yang dapat dijadikan acuan dari suatu kedisiplinan dengan kriteria tunggal, jadi dengan begitu perilaku penyimpangan kerap dipadukan dengan permasalahan sosial. Seorang remaja dapat dikategorikan memiliki perilaku menyimpang apabila menunjukkan beberapa gejala penyimpangan perilaku yang tidak lazim dilakukan oleh para remaja pada umumnya. Perilaku seseorang dapat dikatakan menyimpang apabila perilaku yang diperbuat tersebut dapat merugikan dirinya sendiri maupun orang yang berada disekitarnya, dengan melanggar aturan-aturan, norma baik, nilai-nilai norma agama, norma adat, dan norma hukum (Walgito). Namun perilaku menyimpang masih dianggap wajar pada remaja apabila masih dalam batasan dari ciri-ciri perkembangan dan pertumbuhan yang diakibatkan adanya perubahan psikis dan fisik. Dan apabila perilaku remaja tidak sesuai dengan nilai moral yang berlaku atau tidak sesuai dengan tingkat perkembangannya maka hal tersebut dapat dikatakan penyimpangan perilaku.

Berhubungan antar lawan jenis merupakan perilaku alamiah yang terjadi pada masa remaja. Dimana remaja ingin mencari hal baru dalam hubungan sosialnya. Hubungan sosial tersebut membuat remaja memiliki perasaan tertarik dan ingin

memiliki antar lawan jenis sehingga terjadilah sebuah hubungan awal yang disebut berpacaran atau hubungan lawan jenis. Namun hubungan lawan jenis sering kali disalah artikan oleh sebagian remaja dengan melakukan beberapa penyimpangan perilaku seperti berpelukan, berciuman, bahkan menyentuh atau memamerkan anggota tubuhnya kepada pasangannya, perilaku berpacaran pada remaja masuk pada kategori pacaran yang beresiko (Santika and Permana).

Penelitian terdahulu yang didapatkan oleh penulis tentang diambil dari penelitian Al'aina Zilly Tandrianti Fakultas Ilmu Pendidikan dengan judul Perilaku Pacaran Pada Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Di Kabupaten Tulungagung (Moshinsky). Penelitian ini membahas tentang mengetahui karakteristik perilaku berpacaran remaja awal sehingga diketahui dampak, persepsi, faktor pendorong berpacaran, dan apa saja upaya guru pembimbing pada penelitian ini.

Dengan demikian peneliti menggunakan teori Asosiasi Diferensial. Mengingat teori Edwind H Sutherland ini bahwa penyimpangan perilaku terdapat pada sumber pergaulan yang berbeda. Penyimpangan tersebut terjadi melalui suatu proses budaya sehingga akhirnya menjadi kebiasaan, dan para remaja mempelajari perilaku tersebut melalui interaksi dengan lingkungan sekitarnya atau teman-teman yang lebih sering dijumpai. Maka peneliti menggunakan terapi rasional emotif dan pendekatan konseling behavioral. Pendekatan konseling behavioral merupakan teori belajar yang sudah banyak digunakan dalam dunia konseling, dimana pendekatan ini berfokus untuk merubah tingkah laku lama individu dan memperbarui tingkah lakunya dalam memecahkan permasalahan melalui teknik yang mengarah pada tindakan atau perilaku individu tersebut. Dikombinasi juga dengan terapi rasional emotif yang mana terapi ini mengajarkan individu untuk meyakinkan keyakinannya yang berkaitan dengan tingkah laku, pikiran dan perasaannya.

Rumusan masalah yang digunakan pada penelitian ini, yang pertama apa saja faktor pemicu penyimpangan perilaku berhubungan antar lawan jenis pada siswa SMP Negeri 1 Karangbinangun Lamongan. Kedua bagaimana cara atau langkah-langkah perubahan penyimpangan perilaku berhubungan antar lawan jenis pada siswa SMP Negeri 1 Karangbinangun Lamongan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penyimpangan perilaku apa saja yang terjadi pada siswa SMP dan bagaimana langkah-langkah untuk merubah perilaku menyimpang tersebut. Sehingga penelitian ini memiliki manfaat untuk merubah penyimpangan perilaku siswa yang ada di SMP Negeri 1 Karangbinangun menjadi perilaku yang lebih baik.

METODE

Berdasarkan judul yang diangkat pada penelitian ini yaitu mengenai terapi rasional emotif dalam mengatasi perilaku penyimpangan hubungan lawan jenis pada siswa SMP Negeri 1 Karangbinangun, maka pada penelitian ini peneliti menggunakan penelitian studi kasus dikarenakan subjek pada penelitian studi kasus ini adalah dua seorang siswa yang memiliki penyimpangan perilaku dalam hubungan antar lawan jenis. Subjek adalah seseorang yang memiliki masalah sehingga memerlukan perhatian dan bantuan untuk memecahkan permasalahannya.

Subjek pada penelitian ini ada 2 siswa kelas 9 yang membutuhkan pengarahan dan perhatian dalam hubungan sosialnya terlebih lagi hubungan antar lawan jenis, namun untuk penguat data pada studi kasus ini, peneliti juga menggali informasi dari orang tua, teman, guru pengajar dan orang-orang terdekat subjek. Subjek kasus adalah seseorang yang mengalami masalah sehingga perlu perhatian dan pemecahan masalahnya demi kebaikan untuk diri yang bersangkutan (Wardani). Segala bentuk pada penelitian ini, peneliti melakukan penelitian pada waktu jam sekolah selama kurang lebih 9 bulan di salah satu sekolah daerah Lamongan.

Untuk mendapatkan data dan informasi yang tepat pada penelitian ini, maka peneliti menggunakan instrumen kualitatif dimana peneliti adalah alat untuk mendapatkan data melalui panduan wawancara dengan siswa yang bersangkutan, Adapun alat dan teknik pengumpulan data sebagai berikut: yang pertama peneliti menggunakan teknik observasi guna mengamati secara sistematis dari apa yang dilakukan subjek. Observasi kualitatif diterapkan dalam konteks suatu kejadian natural, mengikuti alur alami kehidupan amatan (Hasanah).

Teknik komunikasi dibagi menjadi dua jenis, yaitu teknik komunikasi tidak langsung dan teknik komunikasi langsung. Teknik komunikasi tidak langsung memerlukan kuesioner atau angket sebagai alat untuk mendapatkan data. Teknik yang kedua teknik komunikasi secara langsung yang mengharuskan peneliti melakukan pembicaraan secara langsung dengan subjek penelitian guna mencari sumber informasi yang akurat untuk keperluan penelitian, dengan kata lain teknik ini dapat disebut dengan teknik wawancara. Wawancara adalah usaha untuk mengumpulkan informasi dengan memberikan beberapa pertanyaan dan jawaban secara lisan, ciri utama pada wawancara adalah kontak langsung atau tatap muka

(*face to face relationship*) antara peneliti dan subjek atau sumber informasi (Wardani) maka dari itu peneliti menggunakan teknik komunikasi langsung atau yang biasa dikenal dengan wawancara.

Teknik pengambilan data yang digunakan pada penelitian ini diperoleh menggunakan data kualitatif atau data yang tidak berupa angka-angka namun lebih perpusat pada kumpulan teori yang sesuai dengan studi kasus. Langkah-langkah yang akan dilakukan dalam studi kasus ini meliputi: persiapan, menemukan faktor (diagnosis), menetapkan tindakan (prognosis), pelaksanaan tindakan (*treatment*), langkah evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Identifikasi Kasus I

Identitas subjek

Pada kasus pertama, subjek berinisial R yang berusia 15 tahun dan pada penelitian ini subjek berada di kelas 9. Subjek merupakan siswa laki-laki yang memiliki ciri-ciri tubuh tinggi 157cm, kulit sawo matang, rambut hitam, dan bertubuh kurus. Subjek R memiliki seorang ayah yang berusia 45 tahun dan bekerja sebagai buruh. Subjek R juga memiliki seorang ibu yang berusia 43 tahun sebagai ibu rumah tangga.

Riwayat kasus subjek

Latar belakang keluarga pada subjek yang berinisial R ini memiliki 4 saudara yang mana R adalah anak ke 3 dari 5 bersaudara. Anak pertama sudah memiliki keluarga, anak kedua sedang menempuh pendidikan SMA, anak ketiga adalah subjek, anak keempat sedang menempuh pendidikan SMP kelas 7, dan anak kelima masih berusia 5 tahun. Ayah subjek bekerja sebagai buruh harian disalah satu warga desa, dan ibu subjek menjadi ibu rumah tangga, namun dengan begitu keluarga ini masih dapat menghidupi dan mencukupi pendidikan anak-anaknya.

R termasuk siswa yang kurang bisa menangkap pelajaran dengan baik, hal itu dikarenakan R sering tidak masuk sekolah atau membolos bahkan pada saat R masuk sekolah, R tidak menggunakan perlengkapan sekolah atau berseragam dengan baik dan benar, maka dari itu R sering mendapatkan hukuman dari beberapa guru pengajar maupun guru BK.

Dalam hubungan sosialnya disekolah R terbilang cukup baik sehingga R memiliki banyak teman. R mengaku dia memiliki seseorang yang disebutnya pacar yang bernama F (Inisial) yang juga bersekolah di sekolah yang sama dengannya, hal ini membuat dampak positif bagi R sehingga R menjadi lebih sering masuk sekolah, belajar untuk mengejar keterlambatan materi pembelajaran hingga R berperilaku dan berpakaian yang baik. Namun dampak negatifnya R mengaku sering mengunjungi rumah F atau kekasihnya, dan ada beberapa penyimpangan perilaku yang R lakukan dengan F seperti, berpelukan, berciuman hingga menyentuh bagian tubuh dari F. Penyimpangan perilaku tersebut mereka

lakukan karena kedua orang tua F bekerja dan tinggallah nenek F yang sudah tua dan banyak menghabiskan waktu dikamar.

Langkah Diagnosis

Berdasarkan data dan hasil wawancara, penyebab R memiliki hubungan antar lawan jenis dikarenakan terpengaruh oleh teman-temannya yang juga memiliki pacar dan R merasa bahwa F mampu membuatnya menjadi lebih baik dalam semangatnya untuk belajar.

Langkah Prognosis

Penetapan bantuan yang dapat diberikan pada subjek dapat dilakukan dengan 2 tahap. Tahap pertama adalah Konseling Behavioral dengan mengubah perilaku R sebagai siswa menjadi siswa yang lebih baik dan mengganti pola pikir R bahwa bersekolah bukan untuk sekedar bertemu dengan kekasihnya melainkan untuk kepentingan pendidikan R sendiri. Dan tahapan kedua menggunakan Rasional Emotif Terapi untuk menyadarkan R dengan mengubah pola pikir R bahwa hubungan antar lawan jenis bukanlah hal yang seharusnya dilakukan untuk usia remaja awal atau pada usia siswa SMP, dan dapat dilihat juga dari sisi penyimpangan perilaku hubungan antar lawan jenis yang sudah dilakukan R dengan kekasihnya (F).

Langkah Treatment

Pada langkah ini peneliti menetapkan tindakan yang sudah disepakati oleh subjek (R) untuk mengatasi kasus ini. Penetapan tindakan memerlukan waktu 9 bulan dengan proses yang berkelanjutan dan memerlukan pengamatan yang teliti. Penetapan tindakan ini akan dinyatakan berhasil apabila subjek benar-benar melakukan kesepakatan yang sudah disetujui dengan baik dan tidak terpengaruh dengan faktor luar.

Dalam studi kasus ini peneliti menerapkan pendekatan behavioral dan terapi rasional emotif . pada awal mula peneliti menetapkan tindakan, peneliti memberikan waktu 5 hari untuk subjek (R) melakukan perubahan pada perilaku R dalam hubungan antar lawan jenis yang tepat dan kembali mematuhi tata tertib sekolah dengan baik. Pada proses ini subjek (R) dan peneliti melakukan kesepakatan dengan baik, sesuai dan tentunya tetap menjaga kerahasiaan kasus subjek (R).

Langkah Evaluasi

Langkah evaluasi dilakukan untuk menilai dan melihat sejauh mana

perkembangan subjek (R) mencapai keberhasilan dalam melakukan kesepakatan yang sudah disepakati sebelumnya. Dan dalam waktu kurang lebih 2 bulan selama peneliti melakukan penelitian tersebut terlihat bagaimana perubahan sikap subjek (R) menjadi lebih baik. Peneliti mendapatkan data absensi subjek (R) sudah terlihat bahwa subjek rutin mengikuti kegiatan belajar mengajar disekolah, dan dalam hubungannya sudah diselesaikan secara baik-baik. Untuk evaluasi lanjut, peneliti seringkali menanyakan bagaimana sikap dan perilaku subjek (R) kepada teman sebaya subjek (R) dan para guru yang bersangkutan.

Untuk tindak lanjut pada kasus ini peneliti menyerahkan kasus subjek kepada guru pembimbing atau guru BK yang ada disekolah tersebut untuk terus membimbing, mengamati dan memantau perkembangan subjek (R) dalam keaktifannya disekolah dan hubungan sosialnya.

2. Identitas Kasus II

Identitas subjek

Pada kasus pertama, subjek berinisial S yang berusia 15 tahun dan pada penelitian ini subjek berada di kelas 9. Subjek merupakan siswa perempuan yang memiliki ciri-ciri tubuh tinggi 147cm, kulit putih, dan postur tubuh yang berisi. Subjek S memiliki seorang ayah yang berusia 37 tahun dan bekerja sebagai buruh pabrik. Subjek R juga memiliki seorang ibu yang berusia 35 tahun sebagai ibu buruh pabrik.

Riwayat kasus subjek

Subjek pada kasus kedua ini bernama S (inisial). S adalah anak tunggal atau tidak memiliki saudara. Ayah S bekerja sebagai buruh pabrik di luar kota namun ayah S pulang setiap akhir pekan, sedangkan ibu S juga bekerja sebagai buruh pabrik yang masih dalam satu kota tempat mereka tinggal, maka dari itu perekonomian keluarga ini terbilang berkecukupan. Ayah dan Ibu S tergolong orang tua yang menikah dalam usia muda, hal tersebut membuat hubungan antara orang tua dan anak terjalin cukup baik walaupun ayah S berada diluar kota.

Dalam kesehariannya disekolah S terlihat pendiam dan penyendiri. Hubungan sosialnya antar teman sebaya, adik kelas dan guru pun terbilang tidak cukup baik. Namun untuk nilai akademiknya, S tergolong siswi yang pandai, hal itu pun diketahui dari nilai dan peringkat S yang masuk 5 besar dikelasnya. Namun berbeda dengan kasus pertama, S memiliki sifat yang tertutup tentang perasaannya, sering menyendiri bahkan S hanya berbicara seperlunya saja. Dan

suatu ketika S memiliki pacar bernama W (Inisial), nilai dan perilaku S mulai berubah. W bukanlah siswa dari sekolah tempat S belajar, W adalah siswa SMA. Menurut cerita S, dia berkenalan dengan W dari teman rumahnya, dan S juga ingin tau bagaimana rasanya memiliki dan sehingga akhirnya S bersedia menjadi pacar W. Namun kekasihnya ini sering mengajak S bepergian atau membolos ke suatu tempat hiburan seperti pantai ataupun keluar kota hanya untuk bersenang-senang. Karena sikap S yang pendiam dan tidak berani menolak, akhirnya S mengikuti keinginan W walau S sadar atas apa yang diperbuatnya itu adalah salah dan merugikan dirinya.

Langkah Diagnosis

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek (S), hal yang menyebabkan dirinya hubungan antar lawan jenis dikarenakan rasa ingin tahu, kesepian dan pengaruh temannya.

Langkah Prognosis

Pada kasus yang kedua ini, penetapan bantuan yang peneliti berikan masih tetap menggunakan tahap Konseling Behavioral dan Rasional Emotif Terapi. Tahap pertama konseling behavioral dipergunakan untuk mengubah penyimpangan perilaku subjek menjadi lebih baik seperti mengembalikan kembali sikap dan perilaku baik yang sudah di lakukan S sebelum berpacaran dengan W untuk menghindari dampak negatif yang di erikan W pada S. Tahap kedua yang akan diberikan pada subjek (S) adalah tahap rasional emotif terapi dengan menggunakan teknik *Antecedent event*. *Antecedent event* yaitu menceritakan atau menjelaskan segenap peristiwa luar yang sudah dialami atau memapar individu (Alang), dengan begitu subjek (S) tidak melakukan hal yang sudah di contohkan pada cerita yang sudah dijelaskan sebelumnya, seperti putus sekolah bahkan hamil diluar pernikahan. Dengan begitu subjek (S) dapat menarik kesimpulan dan menyadari kesalahannya tanpa adanya paksaan dari peneliti, sebab cerita tersebut membuat pemikiran irasional subjek (S) menjadi rasional, baik, dan logis.

Kesimpulan dari kedua tahapan yang sudah diberikan kepada subjek adalah mengubah cara pandang subjek (S) bahwa apa yang sudah dilakukan dalam hubungan berpacaran tersebut salah dan membawa dampak negatif yang akan merugikan subjek (S).

Langkah Treatment

Sama seperti kasus sebelumnya, pada kasus ini peneliti juga akan

mengambil tindakan yang telah disepakati oleh subjek (S) untuk menyelesaikan permasalahannya. Pada pengambilan tindakan ini tidak diperlukan waktu yang lama, karna subjek (S) sudah menyadari bahwa hubungan yang dijalaninya membawa dampak negatif. Penetapan tindakan ini akan dinyatakan berhasil apabila subjek benar-benar melakukan kesepakatan yang sudah disetujui dengan baik dan tidak terpengaruh dengan faktor luar.

Dalam menyelesaikan kasus ini, subjek (S) menerapkan tahapan penetapan bantuan dalam waktu 2 minggu dan membutuhkan 5 kali percakapan untuk subjek (S) menjelaskan perubahannya. Pada langkah pelaksanaan tindakan ini, subjek (S) menyadari bahwa dirinya harus mengambil keputusan tegas untuk menyudahi hubungannya dengan W demi kelanjutan pendidikannya. Dengan kasus ini subjek (S) menyadari betapa pentingnya berkomunikasi dan berani berkata tidak untuk hal yang akan merugikan dirinya. Pada proses ini subjek (S) dan peneliti melakukan kesepakatan dengan baik, sesuai dan tentunya tetap menjaga kerahasiaan kasus subjek (S).

Langkah Evaluasi

Langkah evaluasi dilakukan untuk menilai dan melihat sejauh mana perkembangan subjek (S) mencapai keberhasilan dalam melakukan kesepakatan yang sudah disepakati sebelumnya. Dan dalam waktu 2 minggu, selama peneliti melakukan penelitian tersebut terlihat bagaimana perubahan sikap subjek (S) menjadi lebih baik. Peneliti mendapatkan data absensi subjek (S) sudah terlihat bahwa subjek sudah kembali rutin mengikuti kegiatan belajar mengajar disekolah, dan dalam hubungan berpacarannya sudah diselesaikan secara baik-baik. Untuk evaluasi lanjut, peneliti seringkali menanyakan bagaimana sikap dan perilaku subjek (S) kepada teman sebaya subjek (S) dan para guru yang bersangkutan.

Untuk tindak lanjut pada kasus ini peneliti menyerahkan kasus subjek kepada guru pembimbing atau guru BK yang ada disekolah tersebut untuk terus membimbing, mengamati dan memantau perkembangan subjek (S) dalam keaktifannya disekolah dan hubungan sosialnya.

Pada penelitian ini dapat terlihat bahwa nampak perubahan pada subjek setelah melalui beberapa langkah-langkah sesuai dengan terapi rasional emotif dan pendekatan konseling behavioral, seperti berikut :

Subjek	Sebelum Melakukan Treatment		Sesudah Treatment
	Sebelum Menjalin Hubungan Dengan Lawan Jenis	Sesudah Menjalin Hubungan Dengan Lawan Jenis	
R (laki-laki)	Hal Negatif <ul style="list-style-type: none"> - Membolos - Tidak rapi dalam berpakaian - Tidak baik dalam berperilaku 	Hal Positif <ul style="list-style-type: none"> - Rajin mengikuti pelajaran - Rapi dalam berpakaian - Lebih baik dalam bersikap Hal Negatif <ul style="list-style-type: none"> - Berpelukan - Berciuman - Menyentuh bagian tubuh lawan jenis 	Menyudahi hubungannya dengan kekasihnya dan mampu merubah diri menjadi siswa yang lebih baik dalam berperilaku di sekolah.
S (perempuan)	Hal Negatif <ul style="list-style-type: none"> - Pendiam - Penyendiri - Tidak menjalin hubungan yang baik dengan temannya Hal Positif <ul style="list-style-type: none"> - Rajin dan pandai dalam pendidikan 	Hal Negatif <ul style="list-style-type: none"> - Membolos diketahui bepergian dengan kekasihnya ke luar kota - Menurunnya nilai akademik 	Mampu mengambil keputusan tegas atau berani berkata tidak pada kekasihnya dan kembali mengikuti pelajaran seperti semula untuk mengembalikan nilai yang sempat menurun

PENUTUP

KESIMPULAN

Hasil penelitian pada studi kasus ini merupakan gambaran atau persepsi berpacaran pada remaja awal yang duduk di sekolah menengah pertama (SMP). Banyak penyimpangan perilaku yang dilakukan remaja awal dalam hubungan sosialnya, seperti menjadi pemalas, pembohong, mengubah jati dirinya bahkan menyerahkan tubuh pada kekasihnya. Semua hal tersebut tentu saja ada faktor pemicunya, baik itu secara internal maupun eksternal. Faktor internalnya karena subjek merasa kesepian, memiliki rasa penasaran terhadap hal baru terlebih lagi pada hal negatif dan kurangnya edukasi dalam berpacaran yang positif. Faktor eksternalnya diakibatkan dari kurangnya perhatian orang tua, pengaruh teman sebaya, dan tontonan program media masa.

Pendekatan Konseling Behavioral dan Rasional Emotif Terapi menjadi pendekatan yang tepat bagi remaja awal, dikarenakan perasaan dan pemikiran remaja masih sangat sensitif terhadap pengaruh negatif dari luar. Maka dari itu pendekatan konseling behavioral dan rasional emotif terapi diberikan untuk memberikan arahan dengan mengubah perilaku dan pemikiran remaja yang irasional menjadi rasional, baik, dan logis.

Daftar Pustaka

- Abarca, Roberto Maldonado. 2021. "Teori Teori Perilaku Pacaran." *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*, 2013–15.
- Alang, Sattu. 2019. "Proses Pelaksanaan Terapi Rasional Emotif." *Al-Irsyad Al-Nafs* 6 (2): 15–26.
- Andhini, Nisa Fitri. 2017. "Pengaruhnya Berpacaran Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMKN 15 Bandung" 53 (9): 1689–99.
- Haryati, Eka Fajrina. 2020. "Guru Bimbingan Konseling Dalam Mencegah Perilaku Berpacaran Remaja SMP." *Quanta* 4 (3): 93–106. <https://doi.org/10.22460/q.v2i1p21-30.642>.
- Hasanah, Hasyim. 2017. "Teknik-Teknik Observasi" 8 (1): 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>.
- Santika, Risma, and M Zein Permana. 2021. "Eksplorasi Alasan Seseorang Berpacaran Pada Emerging Adulthood." *Jurnal Psikologi Perseptual* 6 (2): 101–12. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v6i2.6042>.
- Masitoh, F, A Z Nur, and M I Rahman. 2016. "Perilaku Berpacaran Remaja Kota Surabaya Sebagai Indikator Penyimpangan Batas-Batas Normatif Pergaulan Budaya Timur." *Digilib.Mercubuana.Ac.Id*, 332–45. http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!/@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_704842837083.pdf.
- Moshinsky, Marcos. 1959. "No Titleبليب." *Nucl. Phys.* 13 (1): 104–16.
- Safuwani; Subhani. 2009. "Perilaku Menyimpang Dalam Perspektif Kesehatan Mental." *Suwa*. <http://repository.unimal.ac.id/id/eprint/1326>.
- Santika, Risma, and M Zein Permana. 2021. "Eksplorasi Alasan Seseorang Berpacaran Pada Emerging Adulthood." *Jurnal Psikologi Perseptual* 6 (2): 101–12. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v6i2.6042>.

Sarwono. 2019. "Psikologi Remaja," 297.

Walgito, Bimo. 2003. "Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)."

Wardani, Tris. 2015. "Studi Kasus Siswa Pacaran Tidak Sehat Pada Kelas VIII Smp Negeri 22 Pontianak." *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 4 (7): 1–17.

