

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja awal ialah seseorang yang ada pada usia 12 hingga 15 tahun. Masa remaja awal ialah salah satu langkah perkembangan individu dengan ciri manusia tersebut sering mengalami masa krisis identitas dan ambigu. Hal ini menyebabkan remaja awal menjadi tidak stabil, agresif, konflik antara sikap dan perilaku, mudah emosi, sensitif, serta terburu-buru ketika mengambil keputusan. Dari sifat remaja yang mudah mengalami kenaikan emosi serta terburu-buru tersebut mengakibatkan remaja awal kesulitan untuk mempertahankan emosi yang bersifat positif sehingga sebagian remaja awal seringkali memperlihatkan sikap agresif baik kepada temannya, orang tua atau kepada orang lain yang lebih muda.¹

Masa remaja awal seseorang akan mengalami masa perpindahan dari masa kanak-kanak menuju masa kedewasaan dan mengalami adanya perubahan secara fisik yang ada pada dirinya sendiri, tidak dapat mengatur emosinya sendiri, tidak stabil, tidak puas pada dirinya sendiri, tidak percaya diri dan sering merasa kecewa.²

Dari penjelasan di atas, remaja awal merupakan seseorang yang ada pada usia 12 hingga 15 tahun yang mengalami fase perpindahan dan terjadi perubahan fisik pada dirinya serta tidak dapat mengatur emosinya sendiri, tidak stabil, tidak puas, tidak percaya diri serta sering merasakan kekecewaan.

¹ Nur Astuti Agustriyana dan Insan Suwanto, "Fully Human Being Pada Remaja Sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas", *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, Vol. 2, No. 1 (Maret 2017), Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia, h. 9

² Ida Ayu Ratih Tricahyani dan Putu Nughrahaeni Widiyasavitri, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal Di Panti Asuhan Kota Denpasar", *Jurnal Psikologi Udayana*, (November 2016) Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, h. 169.

Beberapa perilaku remaja awal sulit dipahami oleh beberapa orang, karena ketika masa remaja awal terdapat emosionalitas yang tinggi, mengakibatkan remaja awal melakukan perilaku yang tidak sesuai. Hal ini dijelaskan dalam teori Yusuf, bahwa masa remaja adalah titik tertinggi emosionalitas, yakni emosi yang berkembang yang tinggi ketika masa remaja awal. Pada masa tersebut emosinya berkembang dan memperlihatkan perilaku sensitif serta reaktif yang begitu kuat kepada setiap kejadian atau keadaan sosial, emosinya bersifat negatif serta temperamental atau mudah mengalami ketersinggungan, kecewa, kemarahan, kesedihan, kemurungan.³ Karena remaja awal sedang dalam fase puncak emosionalitas, remaja awal belum mampu melakukan pengolahan emosi yang baik pada dirinya, membuat remaja awal mudah marah dan merasa cepat tersinggung. Sejalan dengan teori yang telah dijelaskan, bahwa remaja awal cenderung sensitif. Hal demikian pula ditemukan beberapa kasus pada remaja awal di Desa Harjatani. Mereka cenderung melampiaskan emosinya kepada orangtua. Emosi demikian diakibatkan karena pola asuh yang kurang sesuai dan faktor lingkungan pergaulan. Pelampiasan emosi remaja awal kepada orangtua mengakibatkan remaja awal di Desa Harjatani melakukan perilaku buruk kepada orangtua. Perilaku buruk ini seperti, membentak orangtua, melawan orangtua, memukul orangtua, menendang orangtua, melempar benda kepada orangtua dan berkata kasar kepada orangtua.

Perilaku buruk atau perilaku negatif adalah tindakan atau sikap yang tidak berdasarkan aturan atau norma sosial yang diikuti oleh masyarakat sekitar atau keluarga. Atau perilaku negatif yang dilakukan seseorang tidak harus berwujud perilaku kejahatan yang besar misalnya perampokan, penganiayaan, atau pembunuhan.⁴ Tetapi bisa dalam bentuk perilaku yang melanggar seperti perkelahian, durhaka kepada orang tua dan lainnya.

Berdasarkan penjelasan perilaku buruk tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku buruk merupakan perilaku yang tidak berdasarkan dengan norma

³ Syamsu Yusuf, "*Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*", (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2006), h. 196-197.

⁴ J. Dwi Narwoko & Bagong Suyanto, "*Sosiologi Teks Pengantar & Terapan*", (Jakarta: Kencana, 2010), h. 98-99.

serta nilai yang diikuti oleh lingkungan sekitar baik itu keluarga atau masyarakat yang dimiliki oleh individu di lingkungan tertentu.

Perilaku buruk kepada orangtua termasuk kedalam perbuatan yang tidak disukai oleh Allah SWT, karena sama saja seperti durhaka kepada orangtua. Durhaka kepada orangtua termasuk kedalam dosa besar. Nabi Muhammad SAW dalam sabdanya menyampaikan tujuh perbuatan dosa yang termasuk dalam dosa besar. Tujuh dosa besar tersebut dapat menyebabkan kebinasaan, maka Rasulullah SAW mengingatkan umat manusia menghindarinya. Abu Hurairah mengatakan Rasulullah SAW bersabda, "Hendaklah kalian menghindari tujuh dosa yang dapat menyebabkan kebinasaan."

Diantara ketujuh dosa besar tersebut, Rasulullah SAW menjawab, "Dosa menyekutukan Allah, sihir, membunuh jiwa yang diharamkan oleh Allah untuk dibunuh kecuali dengan haq, memakan harta anak yatim, memakan riba, lari dari medan pertempuran, dan menuduh wanita mukminah baik-baik berbuat zina." (HR Muslim)

Di dalam hadits lainnya, Rasulullah SAW juga menyampaikan dosa besar lainnya. Rasulullah SAW menyebutkan tentang dosa-dosa besar, Rasulullah SAW bersabda, "Syirik kepada Allah, membunuh jiwa, dan durhaka terhadap kedua orang tua."

Allah SWT tidak menyukai anak jika durhaka kepada orangtua, terutama ibu. Allah SWT menyuruh seluruh anak berbakti kepada kedua orangtua. Sebagaimana dalam Hadist yang terdapat dalam kitab Adabunnabawi, yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah, Rasulullah SAW bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: يَا أَحَقُّ النَّاسِ رَسُولَ اللَّهِ مَنْ بِحَسَنِ صَحَابَتِي؟

قَالَ: ((أُمَّكَ)), قَالَ: تُمَّ مَنْ؟ قَالَ: ((أُمَّكَ)), قَالَ: تُمَّ مَنْ؟ قَالَ: ((أَبُوكَ))

Abu Hurairah r.a berkata:

Datanglah seseorang kepada Nabi Saw dan bertanya: Siapakah yang berhak aku layani dengan sebaik-baiknya? Jawab Nabi: Ibumu, kemudian siapa lagi? Jawab Nabi: Ibumu, kemudian siapa lagi? Jawab Nabi: Ibumu, kemudian siapa lagi? Jawab Nabi: Ayahmu. (Riwayat Bukhori-Muslim).⁵

Rasulullah SAW menyebutkan secara khusus berbakti kepada ibu karena potensi durhaka kepada ibu lebih besar.

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا ۖ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا ۖ وَحَمَلُهُ وَفِصْلُهُ
ثَلَاثُونَ شَهْرًا ۗ

Artinya: “Kami wasiatkan kepada manusia, supaya berbuat baik kepada dua orangtua Ibu Bapaknya. Ibunya mengandung dia dengan susah payah pula. Mulai mengandung sampai sampai menceraikannya dari susuan tiga puluh bulan lamanya.” (QS. Al-Ahqaf: 15)

Larangan berperilaku buruk kepada kedua orangtua juga terdapat Al-Qur’an disebutkan dalam Surat Al-Isra ayat 23:

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ ۖ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۗ إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَيْهِمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا
أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

Artinya: "Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia." (QS. Al-Isra: 23).

⁵ Hadits riwayat Bukhari dan Muslim dari Abu Hurairah no. 41. Al-Khawil, Mohammed Abdulaziz. *Al-Adab An-Nabawi*. (Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah-Beirut, 2017) A.D. – 1438 H.

Salah satu faktor yang menyebabkan remaja awal melakukan perilaku buruk adalah perlakuan yang tidak adil yang dilakukan oleh orangtua. Beberapa orangtua sering membandingkan anak dengan saudara-saudaranya. Menurut Tenny Yanuari dan Diana Rahmasari, hadirnya saudara di dalam keluarga dapat memberikan pengaruh serta berkontribusi untuk perkembangan sosial dan emosional anak. Hal itu disebabkan oleh keluarga yang merupakan lingkungan awal yang dijumpai sang anak. Perasaan iri hati antara saudara bisa saja ditandai dengan usaha persaingan yang terlihat antara saudara supaya memperoleh perhatian dari orangtuanya.⁶ Di usia tersebut anak mengalami ledakan amarah yang kuat, ketakutan yang hebat, dan iri hati yang tidak masuk akal.⁷

Selain karena faktor perlakuan yang tidak adil dari orangtua, faktor lainnya yang menyebabkan remaja awal melakukan perilaku buruk adalah pergaulan yang dimiliki oleh anak-anak remaja awal tersebut. Beberapa remaja awal yang melakukan perilaku buruk kepada orangtua dapat diduga akibat pergaulan yang tidak baik, hal ini bisa diperkuat oleh penelitian Hawa Laily Handayani dkk dengan judul jurnal “Perilaku negatif siswa: bentuk, faktor penyebab, dan solusi guru dalam mengatasinya”, bahwa Apabila suatu lingkungan tersebut baik maka menghasilkan perilaku yang baik dan begitu pula sebaliknya. Oleh karena itu suatu lingkungan bisa mempengaruhi perilaku baik buruknya seseorang.⁸

Fenomena perilaku buruk yang dilakukan oleh remaja awal kepada orangtua ini ditemukan di Desa Harjatani Kecamatan Kramatwatu Kabupaten Serang. Data hasil observasi pra penelitian ditemukan bahwa beberapa remaja awal di Desa Harjatani melakukan perilaku buruk. Data ini didapat dari hasil observasi wawancara terhadap 4 remaja awal yang berperilaku buruk kepada orangtua,

⁶ Tenny Yanuari dan Diana Rahmasari, “Hubungan Antara Sibling Rivalry Dengan Stres Pada Anak”, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, Vol. 2 No. 1 (Agustus 2011), h. 47

⁷ Elizabeth B. Hurlock, “*Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan rentang kehidupan*”. (Edisi kelima, Erlangga, 1997)

⁸ Hawa Laily Handayani dkk, “Perilaku negatif siswa: bentuk, faktor penyebab, dan solusi guru dalam mengatasinya”, *Jurnal ES, Elementary school*, Vol. 7, No. 2 (Juli 2020) h. 217

orangtua remaja awal serta tetangga sekitar remaja awal di Desa Harjatani pada tanggal 15 dan 16 April 2022 pukul 19.00 WIB.

Remaja awal di Desa Harjatani berperilaku buruk kepada orangtua karena keinginan remaja awal yang tidak terpenuhi, hal ini terjadi pada remaja awal berinisial Z, E dan A. Z berperilaku buruk kepada orangtua dikarenakan orangtuanya tidak memenuhi keinginannya. Z mengatakan ingin memiliki ponsel baru dan sepeda motor, tetapi orangtuanya tidak memberikan dikarenakan ekonomi keluarga Z yang terbilang pas-pasan.⁹ Menurut tetangga sekitar, Z berperilaku buruk seperti melempar benda-benda yang ada disekitar dan berbicara kasar kepada orangtuanya.¹⁰ Sedangkan E berperilaku buruk kepada orangtua dikarenakan orangtuanya tidak memberikan uang kepada E untuk bermain bersama teman-temannya.¹¹ E berperilaku buruk seperti membentak orangtua dan bahkan menendang orangtuanya.¹² Dan A melakukan perilaku buruk kepada orangtua karena tidak diizinkan untuk mengendarai motor.¹³ Sebagai orangtua tentu saja khawatir ketika seorang anak mengendarai motor ketika belum waktunya. Begitupun dengan orangtua A, orangtua A khawatir jika A mengendarai motor dan membahayakan dirinya sendiri. Karena hal tersebut A sering berperilaku buruk kepada orangtua salah satunya berbicara kasar kepada orangtua.¹⁴

Selain karena keinginan remaja awal tidak terpenuhi, remaja awal berperilaku buruk kepada orangtua dikarenakan kurangnya kasih sayang yang diberikan oleh orangtua. Seperti yang dialami oleh D. D mengatakan orangtuanya sering mengurus adiknya yang masih kecil, membuat D sering menghabiskan waktu di luar rumah untuk bermain. Karena sering bermain, D dimarahi oleh orangtuanya. Akibatnya D menjadi kesal dan sering membentak orangtuanya.¹⁵

⁹ Z Diwawancarai Oleh Ernalina Safitri, Serang, 15 April 2022

¹⁰ OT Diwawancarai Oleh Ernalina Safitri, Serang, 15 April 2022

¹¹ E Diwawancarai Oleh Ernalina Safitri, Serang, 16 April 2022

¹² K Diwawancarai Oleh Ernalina Safitri, Serang, 16 April 2022

¹³ A Diwawancarai Oleh Ernalina Safitri, Serang, 15 April 2022

¹⁴ S Diwawancarai Oleh Ernalina Safitri, Serang, 15 April 2022

¹⁵ D Diwawancarai Oleh Ernalina Safitri, Serang, 15 April 2022

Dalam menanagani permasalahan perilaku buruk remaja awal terhadap orangtua, ada beberapa hal yang bisa dilakukan. Yang pertama, peningkatan pengasuhan orangtua. Menurut artikel yang ditulis oleh Teguh Fachmi dkk yang berjudul “Pola Asuh Islam: Antara Transformasi Nilai-Nilai Theologis dan Internalisasi Karakter *Mahmudah*”, bahwa orangtua berperan lebih banyak terhadap cara mendidik yang diimplementasikan oleh orangtua adalah salah satu sarana transformasi nilai-nilai keyakinan agama serta budaya, maka dari itu keluarga dijadikan pelindung utama yang membentuk suatu peradaban sebab disadari atau tidak, kuatnya negara berasal dari kekokohan sebuah keluarga. Anak yang biasa dididik dan besar dari lingkungan yang religius serta menjunjung nilai sikap *mahmudah* dapat secara langsung terinternalisasi pada dirinya nilai *mahmudah* yang kemudian menciptakan dan membentuk sikap anak tersebut. Yang akhirnya cara didik didalam Islam bukan sekedar cara mendidik serta mengasuh anak tetapi jauh lebih dari itu sebagai cara mentransformasikan nilai teologis yang ada pada ajaran islam serta cara membentuk sikap yang *mahmudah*.¹⁶

Kedua, anak-anak remaja awal tersebut diberikan konseling behavioral dengan teknik *self management*. Konseling behavioral merupakan sebuah teknik konseling yang terbukti efektif dalam mengubah perilaku klien, baik dalam mengurangi tingkah laku yang tidak baik maupun meningkatkan tingkah laku yang lebih baik. Menurut Ni Pipi Suwardani dkk teori konseling behavioral merupakan teori yang mempelajari tingkah laku. Penekanan utamanya adalah pada sebagian besar dari keseluruhan yang dipengaruhi oleh keadaan-keadaan lingkungan yang mendesak dalam pembelajaran dan berkesinambungan bentuk-bentuk tingkah laku tertentu.¹⁷

¹⁶ Teguh Fachmi dkk, “Pola Asuh Islam: Antara Transformasi Nilai-Nilai Theologis dan Internalisasi Karakter Mahmudah”, *Geogenologi PAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 8, No. 02 (Juni-Desember 2021), h. 427.

¹⁷ Ni Pipi Suwardani dkk, “Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas Viii B3 Smp Negeri 4 Singaraja”, *e-journal Undiksa*, Vol. 2, No. 1 (Agustus 2014), Jurusan Bimbingan Konseling, h. 4.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti, teknik yang peneliti gunakan untuk penelitian ini adalah teknik *Self management*. *Self management* merupakan teknik yang terdapat dalam konseling behaviorial, yang biasanya digunakan untuk mempelajari sebuah perilaku (individu manusia). *Self management* adalah suatu proses di mana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri.¹⁸ Sedangkan menurut Ni Pipi Suwardani dkk *self management* adalah teknik menata perilaku individu yang bertujuan untuk mengarahkan dan mengelola dirinya agar dapat mencapai kemandirian dan hidupnya berjalan dengan produktif.¹⁹

Dengan menggunakan konseling behaviorial teknik *self management* untuk menangani perilaku buruk remaja awal kepada orangtua, hasil yang diharapkan oleh peneliti adalah remaja awal mampu mengontrol emosi dengan baik, dan mampu untuk tidak melakukan perilaku buruk kepada orangtua.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Konseling Behaviorial dengan Teknik *Self Management* Untuk Menangani Perilaku Buruk Remaja Awal Kepada Orangtua (Studi Desa Harjatani Kecamatan Kramatwatu Kabupaten Serang Banten).”

B. Perumusan Masalah

1. Bagaimana bentuk perilaku buruk remaja awal kepada orangtua?
2. Bagaimana penerapan konseling behaviorial dengan teknik *self management* untuk menangani perilaku buruk remaja awal kepada orangtua?
3. Bagaimana hasil penerapan konseling behaviorial dengan teknik *self management* untuk menangani perilaku buruk remaja awal kepada orangtua?

¹⁸ Gantina Komalasari dkk, “*Teori dan Teknik Konseling*”, (Jakarta: PT Indeks, 2011) h. 180

¹⁹ Ni Pipi Suwardani dkk, “Penerapan Konseling Behaviorial Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas VII B3 SMPN 4 Singaraja”. *E-Journal Undiksa*, Vol. 2, No. 1 (Agustus 2014), Jurusan Bimbingan Konseling, h. 4

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana bentuk perilaku buruk remaja awal kepada orangtua.
2. Untuk mengetahui bagaimana penerapan konseling behavioral dengan teknik *self management* untuk menangani perilaku buruk remaja awal kepada orangtua.
3. Untuk mengetahui hasil penerapan konseling behavioral dengan teknik *self management* untuk menangani perilaku buruk remaja awal kepada orangtua.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang Bimbingan Konseling Islam. Di mana manfaat teoritis ini berisi tentang konseling behavioral dengan teknik *self management* untuk mengatasi perilaku buruk remaja awal kepada orangtua.

2. Manfaat praktis

- 1) Untuk keluarga, dengan diadakannya penelitian ini diharapkan keluarga terutama orangtua bisa memberikan perhatian kepada anak-anaknya, terutama remaja awal yang di mana kondisi emosionalnya belum stabil. Pemberian perhatian kepada anak oleh orangtua, bertujuan agar perilaku anak menjadi lebih teratur, karena sedari awal sudah ada yang memberikan bimbingan sejak dini kepada anak.
- 2) Untuk konseli, agar konseli bisa mendapatkan serta menerima pengetahuan atau informasi serta dorongan agar dapat menerima keadaan dirinya dan meningkatkan konsep diri positif pada dirinya sehingga dapat mengatasi masalah-masalah yang dihadapi dapat terselesaikan dan tidak membuat dirinya terjebak dengan keadaan sehingga menimbulkan konsep diri negatif pada dirinya.
- 3) Untuk penulis, penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi penulis sebagai acuan dalam meningkatkan kemampuan, keterampilan dan sebagai masukan

dalam proses konseling behavioral dengan teknik *self management* yang efektif.

E. Definisi Operasional

Supaya variabel yang terdapat pada penelitian ini bisa dikaji maka terlebih dahulu dirumuskan atau diidentifikasi secara operasional. Operasional variabel ialah penjelasan yang berisi beberapa indikator yang bisa diamati dan dinilai untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang dipakai. Dengan judul “Konseling Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Menangani Perilaku Buruk Remaja Awal Kepada Orangtua”, maka definisi yang akan dijelaskan yaitu:

1. Konseling Behavioral

Menurut Arga Satrio Prabowo dan Wening Cahyawulan, behavioral merupakan sebuah sudut pandang ilmiah terkait perilaku individu. Perilaku yang dimaksud ialah tindakan yang diperlihatkan oleh seseorang. Pendekatan behavioral ini bertujuan supaya memodifikasi perilaku yang tidak diharapkan supaya lebih menekankan kepada kebiasaan perilaku yang lebih positif.²⁰

Menurut Yusuf dan Juntika, konseling merupakan usaha memberikan bantuan dari seorang konselor untuk klien, bantuan di sini dalam artian sebagai usaha memberikan bantuan kepada orang lain supaya dapat berkembang ke arah yang diinginkan, maupun menyelesaikan persoalan yang terjadi.²¹ Sedangkan menurut Amin Nasir, konseling behavioral merupakan sebuah cara memberikan bantuan kepada individu supaya belajar menyelesaikan persoalan interpersonal, emosional dan kepentingan tertentu.²²

Dapat disimpulkan bahwa Konseling behavioral adalah sebuah proses konseling (bantuan) yang diberikan oleh konselor kepada konseli dengan

²⁰ Arga Satrio Prabowo dan Wening Cahyawulan, “Pendekatan Behavioral: Dua Sisi Mata Pisau”, *Insight Jurnal*, Vol. 5, No. 1 (Februari 2016), Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, h. 15.

²¹ Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan. “*Landasan Bimbingan & Konseling*”, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006) h. 6.

²² Amin Nasir, “Konseling Behavioral: Solusi Alternatif Mengatasi Bullying Anak Di Sekolah”, *Konseling Edukasi Journal Of Guidance and Counseling*, Vol. 2, No. 2 (Juli-Desember 2018) IAIN Kudus, Jawa Tengah, Indonesia, h. 79.

menggunakan pendekatan-pendekatan tingkah laku (*behavioral*), untuk membantu menyelesaikan masalah interpersonal, emosional dan kepentingan tertentu yang dihadapi dan menentukan arah hidup yang ingin dicapai konseli.

2. *Self Management*

Menurut Sukadji seperti yang dikutip oleh Anisa bahwa *self management* merupakan tata cara yang di mana seseorang mengontrol sikapnya sendiri. Pada teknik *self management* seseorang ikut serta pada beberapa atau seluruh bagian dasar yakni: menentukan sikap sasaran, mengawasi tingkah laku, menentukan teknik yang dapat digunakan, melakukan teknik, serta melakukan evaluasi keefektifan teknik yang digunakan.²³

Self management ialah cara yang mana seseorang mengontrol dirinya sendiri. Dalam implementasi teknik pengelolaan diri, kesuksesan konseling ada pada tanggung jawab konseli. Konselor bertugas memberikan ide, menyediakan fasilitas yang membantu untuk merancang program dan memberikan motivasi untuk klien.²⁴

Dapat disimpulkan bahwa *self management* merupakan teknik yang terdapat dalam konseling behaviorial, yang biasanya digunakan untuk mempelajari sebuah perilaku (individu manusia). *Self managemen* merupakan proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri. *Self management* bertujuan untuk mengubah ketidakmampuan perilaku untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial menjadi perilaku yang mudah menyesuaikan dengan keadaan lingkungan sosial. Teknik *self management* merupakan selengkapan teknik untuk mengubah perilaku, pikiran, dan perasaan individu.

²³ Annisa, "Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas Vii Di Smp Negeri 19 Bandar Lampung", Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung 2017, h. 36.

²⁴ Gantina Komalasari dkk, "*Teori dan Teknik Konseling*", (Jakarta: PT Indeks, 2011) h. 180-181.

3. Perilaku Buruk Remaja Awal

Perilaku buruk atau perilaku negatif merupakan perilaku atau tindakan yang tidak berdasarkan norma serta nilai yang ada pada lingkungan yang diikuti oleh masyarakat atau keluarga. Perilaku buruk atau perilaku negatif yang dilakukan seseorang tidak selalu dalam bentuk perilaku kejahatan besar misalnya perampokan, penganiayaan atau pembunuhan. Tetapi dapat berupa tindakan melanggar seperti perkelahian dengan teman, durhaka kepada orang tua dan sebagainya.²⁵ Menurut Kate Kelly, perilaku buruk ialah tindakan yang tidak diinginkan serta tidak berdasarkan dengan norma yang ada di lingkungan masyarakat.²⁶

Sedangkan remaja awal menurut Hurlock adalah individu yang berusia 12-15 tahun atau yang biasa disebut dengan usia belasan yang tidak menyenangkan, dimana juga terjadi juga perubahan pada dirinya baik secara fisik, psikis maupun sosial.²⁷

Dapat disimpulkan perilaku buruk remaja awal adalah perilaku yang tidak sesuai atau perilaku yang dilarang dalam norma yang dimiliki oleh seseorang yang berusia 12-15 tahun dilingkungan tertentu, hal tersebut dapat disebabkan seseorang mulai jauh pada aturan-aturan agama. Hal ini dapat diperkuat oleh penelitian Fahrurrazi dengan judul jurnal "Perilaku Religius Mahasiswa Pecandu Alkohol", bahwa taraf religiusitas pada remaja akan memberikan pengaruh terhadap perilakunya. Maksudnya, remaja yang mempunyai religiusitas yang tinggi dapat memperlihatkan sikap hidup yang religius. Begitu pula sebaliknya, remaja yang religiusitasnya rendah maka akan memperlihatkan tindakan-tindakan yang tidak religius juga. Remaja mempunyai potensi penyimpangan terhadap ajaran agamanya. Penyimpangan tersebut dikarenakan remaja memiliki pemahaman tentang ajaran agama yang minim serta kurangnya keyakinan terhadap diri sendiri akan eksistensi

²⁵ J. Dwi Narwoko & Bagong Suyanto, "*Sosiologi Teks Pengantar & Terapan*", (Jakarta: Kencana, 2010) h. 98-99.

²⁶ Kate Kelly, "*Menghentikan Perilaku Buruk Anak*", (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2005) h. 43.

²⁷ Elizabeth B. Hurlock, "*Perkembangan Anak*", (Jakarta: Erlangga, 2010)

Tuhan sehingga perilaku yang ditimbulkan tidak pernah berdasarkan ajaran agama yang dianutnya.²⁸

²⁸ Fahrurrazi, "Perilaku Religius Mahasiswa Pecandu Alkohol", *Potret Pemikiran*, Vol. 24, No. 2 (2020) Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yoyakarta, h. 117.