

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja adalah manusia yang berumur belasan tahun. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang mencakup perkembangan fisik, emosional, dan intelektual. Dalam masa peralihan ini sebagian besar remaja masih labil dan belum bisa secara matang dalam mengambil keputusan, mencari identitas dan mengaktualisasikan dirinya dalam kehidupannya. Pada usia remaja kondisi lingkungan sangat penting untuk memengaruhi perilaku karena rasa keingintahuan yang dimiliki sangat tinggi. Pada usia tersebut seringkali dijumpai permasalahan-permasalahan yang timbul, namun salah satunya ialah masalah yang berkaitan dengan pengendalian diri atau kontrol diri.¹

Situasi-situasi yang menimbulkan konflik sering menyebabkan remaja memiliki perilaku-perilaku yang aneh, canggung dan kalau tidak dikontrol akan menjadi kenakalan remaja. Dalam usahanya untuk mencari jati diri, seorang remaja tidak jarang membantah orang tuanya karena ia mulai memiliki pendapat sendiri, cita-cita serta nilai-nilai yang berbeda dengan orang tuanya. Menurut pendapatnya orang tua tidak lagi dapat dijadikan pegangan. Tetapi sebaliknya untuk berdiri sendiri remaja belum cukup kuat, karena itu remaja mudah terjerumus ke dalam kelompok remaja yang anggota-anggota lainnya adalah teman-teman sebaya yang mempunyai permasalahan yang sama. Dalam kelompok tersebut mereka bisa saling bertukar pikiran, bertukar pendapat, memberi dan mendapat dukungan mental.²

Masalah yang terdapat di lingkungan sosial para remaja adalah lingkungan yang kurang peduli dengan moral sehingga remaja dihadapkan pada kenyataan bahwa lingkunganlah yang memengaruhi mereka untuk melakukan perbuatan-perbuatan yang bertentangan dengan nilai moral dan agama. Lingkungan sosial

¹ M. Shoffa Saifillah Al-Faruq & Sukantin, *psikologi perkembangan*, (Yogyakarta, CV Budi Utama, 2021), h. 170.

² Sarlito W. Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum*, (Jakarta, Rajawali Pers, 2012), h. 72.

bukan hanya lingkungan yang bersifat nyata seperti teman sekampung, teman sekolah dan teman sebaya. Perkembangan zaman yang berdampak pada semakin majunya teknologi informasi dan komunikasi, dengan segala isinya yang bisa menciptakan lingkungan baru bagi para remaja yang berupa jejaring sosial atau media online yang biasa disebut sebagai dunia maya.³ Pertemanan dunia maya terjadi ketika sesama pengguna saling mengikuti satu sama lain.

Tontonan yang negatif akan memiliki pengaruh yang negatif pula, remaja yang memiliki kontrol diri lemah sering tidak bisa menghindari dan mudah terpengaruh. Akibatnya mereka terlibat ke dalam kegiatan-kegiatan negatif yang bisa membahayakan dirinya dan orang lain.⁴

Masalah yang sering muncul di kalangan remaja disebabkan oleh kurangnya kemampuan mereka dalam mengendalikan diri. Pertahanan diri yang lemah merupakan salah satu faktor yang ada di dalam diri individu untuk mengontrol dan mempertahankan diri terhadap pengaruh negatif dari lingkungan.⁵

Remaja seringkali melakukan tindakan yang sesuai dengan keinginannya dan kesenangannya. Yang mereka pikirkan hanya berkaitan dengan dirinya sendiri. Mereka tidak memperdulikan pendapat orang lain. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan remaja untuk menganggap bahwa orang lain juga berpikir dan merasakan hal yang sama seperti mereka.⁶

Generasi masa kini dan masa depan dihadapkan dengan tantangan lingkungan yang dapat mempercepat mencapai prestasi dan kemajuan. Namun di sisi lain faktor lingkungan tersebut justru dapat menghancurkan potensi dan kekuatan untuk berprestasi. Ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar tempat tinggalnya, internet maupun media sosial yang bisa menimbulkan dampak negatif jika kontrol

³ Sofyan S. Willis, *Remaja dan Permasalahannya*, (Bandung, Alfabeta, 2014), h. 95.

⁴ Sofyan S. Willis, *Remaja dan Permasalahannya...* h. 95.

⁵ Sofyan S. Willis, *Remaja dan Permasalahannya...* h. 95.

⁶ Rahmi Pramulia Fitri & Yoneta Oktaviani, "Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kenakalan Remaja Pada Siswa Siswi MAN 2 Model Kota Pekanbaru Tahun 2018", *Journal Of Midwifery Science*, Vol. 3, No. 2, (Juli, 2019), h. 85. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/751>, diakses pada 9 Februari 2023, pukul 17.25 wib.

diri individu tersebut lemah. Kontrol diri yang yang tumbuh kuat dapat menjadi pelindung dari berbagai godaan sebagai dampak dari perkembangan zaman dan kemajuan teknologi yang berubah cepat.⁷

Berdasarkan data yang dikutip oleh Rahmi & Yoneta dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah kasus kenakalan remaja di Indonesia mengalami perubahan pada tahun-tahun tertentu. Pada tahun 2013, tercatat 6325 kasus, kemudian meningkat menjadi 7007 kasus pada tahun 2014, dan mencapai 7762 kasus pada tahun 2015. Dengan demikian, terjadi peningkatan sebesar 10,7% dari tahun 2013 ke 2014. Jenis kasus kenakalan remaja meliputi pencurian, pembunuhan, pergaulan bebas, dan narkoba. Berdasarkan data tersebut, kita dapat melakukan prediksi peningkatan jumlah kasus kenakalan remaja dengan menghitung tren dan rata-rata pertumbuhan. Hal ini penting untuk mengantisipasi kenaikan dan mengurangi angka kenakalan remaja yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan prediksi, jumlah kasus kenakalan remaja diperkirakan mencapai 8597,97 kasus pada tahun 2016, 9523,97 kasus pada tahun 2017, 10549,70 kasus pada tahun 2018, 11685,90 kasus pada tahun 2019, dan 12944,47 kasus pada tahun 2020. Angka ini mengalami peningkatan sebesar 10,7% setiap tahunnya.⁸ Selain itu, Badan Pusat Statistik (BPS) juga melaporkan bahwa sepanjang tahun 2021, terdapat 188 desa atau kelurahan di seluruh Indonesia yang menjadi lokasi perkelahian massal atau tawuran antar pelajar.⁹

Remaja yang bersifat nakal memiliki kepribadian khusus yang menyimpang. Mereka cenderung berfokus pada kepuasan dan kesenangan saat ini tanpa mempertimbangkan masa depan. Mayoritas dari mereka mengalami gangguan

⁷ Neila Ramdhany, Supra Wimbari, Yuli Fajar Susetyo, *Psikologi Untuk Indonesia Tangguh dan Bahagia*, (Yogyakarta, Gadjah Mada University Press, 2016), cetakan kedua, h. vii.

⁸ Rahmi Pramulia Fitri & Yoneta Oktaviani, "Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kenakalan Remaja Pada Siswa Siswi MAN 2 Model Kota Pekanbaru Tahun 2018", *Journal Of Midwifery Science*, Vol. 3, No. 2, (Juli, 2019), h. 85. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/751>, diakses pada 9 Februari 2023, pukul 17.25 wib.

⁹ "Tawuran Pelajar Paling Banyak Terjadi Di Jawa Barat", <https://dataindonesia.id/ragam/detail/tawuran-pelajar-paling-banyak-terjadi-di-jawa-barat-pada-2021>, diakses pada 16 Februari 2023, pukul 14.10 WIB.

emosional yang memengaruhi perilaku mereka. Mereka juga memiliki keterbatasan dalam berinteraksi dengan masyarakat secara normal, sehingga kurang memahami norma-norma sosial dan kesusilaan. Selain itu, mereka juga tidak bertanggung jawab secara sosial, kurang memiliki disiplin diri dan kendali diri, sehingga menjadi liar dan jahat.¹⁰

Kontrol diri pada remaja sangat diperlukan supaya mereka tidak terjebak pada pergaulan yang akan merugikan masa depannya. Kontrol diri diartikan sebagai pengendalian diri, yaitu suatu kemampuan setiap individu untuk mengendalikan dirinya sendiri supaya menghasilkan perilaku yang sesuai dengan norma sosial dan tidak merugikan orang lain, sehingga dapat diterima di lingkungannya. Poin utama dari kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk melakukan proses pengaturan pilihan dan mengubah respons saat menghadapi perilaku yang kurang sesuai. Kemampuan kontrol diri seseorang dapat dinilai berdasarkan kemampuannya dalam menetapkan pilihan, mengubah respons, dan beradaptasi. Hal ini memungkinkan individu untuk menjadi lebih baik dan lebih optimal dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan di masa depan.¹¹

Kontrol diri sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Karena kontrol diri sangat berperan dalam proses penyesuaian diri sehingga jika kontrol diri lemah maka akan menimbulkan sebuah perilaku yang menyimpang. Seseorang dinilai memiliki kontrol diri yang lemah jika ia tidak bisa mengatur dan mengarahkan perilaku utamanya sehingga mengarah pada perilaku agresif.¹²

Pada masa kini sering dijumpai dengan beberapa kasus yang berkaitan dengan pergaulan remaja. Dimana pada seusianya banyak dijumpai remaja yang

¹⁰ Rahmi Pramulia Fitri & Yoneta Oktaviani, "Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kenakalan Remaja Pada Siswa Siswi MAN 2 Model Kota Pekanbaru Tahun 2018", *Journal Of Midwifery Science*, Vol. 3, No. 2, (Juli, 2019), h. 85. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/751>, diakses pada 9 Februari 2023, pukul 17.25 wib.

¹¹ Neila Ramdhany, Supra Wimbari, Yuli Fajar Susetyo, *Psikologi Untuk Indonesia Tangguh dan Bahagia*, (Yogyakarta, Gadjah Mada University Press, 2016), cetakan kedua, h. 59.

¹² Ramadona Dwi Marsela & Mamat Supriatna, "Kontrol Diri: Definisi dan Faktor", *journal of innovative counseling: Theory, practice & research*, Vol 3, No 2, (Agustus, 2019), h. 66. https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/download/567/297/1807, diakses pada 10 Desember 2022, pukul 23.26 WIB.

merokok, tawuran, mengejek temannya, mabuk-mabukan dan sebagainya. Dari fenomena tersebut maka perlunya penguatan kontrol diri pada remaja supaya remaja tidak mudah terbawa arus dalam pergaulan yang negatif. Kontrol diri yang dimiliki remaja tentu memiliki pengaruh bagi remaja sehingga mereka bisa mengendalikan diri dalam pergaulan dan tidak terjerumus kepada hal-hal yang akan merugikan masa depannya. Jika remaja memiliki kontrol diri yang kuat dalam pergaulannya, maka remaja tersebut tidak mudah terbawa arus pergaulan yang tidak baik atau tidak sesuai dengan norma sosial. Tetapi sebaliknya, jika kontrol diri yang dimiliki lemah, maka dikhawatirkan mereka terbawa arus pergaulan bebas.

Berbagai jenis layanan dan kegiatan perlu dilakukan sebagai wujud penyelenggaraan pelayanan bimbingan terhadap sasaran layanan, yaitu remaja tengah. Pelayanan bimbingan dan konseling kepada remaja tengah mempunyai berbagai macam jenis layanan, seperti layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, pembelajaran, bimbingan kelompok, konseling individual, konseling kelompok, mediasi, dan advokasi.¹³

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang memungkinkan setiap anggota kelompok untuk mendapatkan kesempatan untuk membahas dan mengatasi masalah pribadi melalui dinamika kelompok. Tujuannya adalah agar setiap anggota kelompok dapat memperoleh kesempatan untuk membahas dan mengatasi masalah pribadi mereka. Dalam bimbingan kelompok, masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok dibahas secara intens dan konstruktif, baik itu topik umum maupun masalah yang bersifat pribadi. Proses tersebut dilakukan dalam suasana kelompok yang memberikan ruang untuk pengembangan diri dan pertukaran pengalaman yang bermanfaat.¹⁴

¹³ Dollu Indra Siregar, "Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self Control Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam" (Skripsi Pada Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan, 2018), <http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/2262>, diakses pada 4 Oktober 2022 pukul 06.26 WIB.

¹⁴ Prayitno, *Konseling Profesional Yang Berhasil*, (Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada, 2017), h. 133.

Berdasarkan wawancara dengan salah satu responden dapat diketahui bahwa ia seringkali tidak bisa mengontrol emosinya, dan mudah tersinggung, ia kerap bermain hingga lupa waktu dan hanya memikirkan kesenangan masa kini tidak adanya larangan atau aturan terkait waktu bermainnya membuatnya terus-menerus melakukan hal tersebut dia sering begadang bersama teman-teman pergaulannya di sekitar tempat tinggalnya dan mengakibatkan ia kesulitan bangun pagi sehingga saat waktunya sekolah ia terlambat datang.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan terdapat sekumpulan remaja tengah yang merokok, begadang semalaman sehingga waktu tidurnya dihabiskan untuk begadang dan paginya bolos sekolah. Hal tersebut terjadi karena dalam melakukan sesuatu mereka hanya memikirkan kesenangan sesaat. Jika dibiarkan secara terus-menerus tentu akan berdampak fatal kedepannya dan akan merugikan dirinya.

Hal ini menjadi tema penelitian skripsi saya yang berjudul " Bimbingan Kelompok untuk Penguatan Kontrol Diri dalam Pergaulan Pada Remaja Tengah. (Studi di Desa Karang Kepuh Kecamatan Bojonegara Kabupaten Serang).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka bisa dituliskan hal-hal yang menjadi pokok masalah untuk dikaji yaitu:

1. Bagaimana bentuk kontrol diri remaja tengah sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok?
2. Bagaimana bentuk kontrol diri remaja tengah setelah diberikan layanan bimbingan kelompok?

C. Tujuan Penelitian

Bertolak ukur pada perumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu untuk:

1. Mengetahui bentuk kontrol diri remaja tengah sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok.

2. Mengetahui bentuk kontrol diri remaja tengah setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian yang akan didapat dari penelitian ini meliputi:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsi dalam pengembangan keilmuan, informasi, dan pandangan terkait dengan Bimbingan dan Konseling Islam, khususnya dalam konteks kontrol diri dalam pergaulan remaja dan penerapan layanan bimbingan kelompok secara umum. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan pada khasanah pengetahuan dan pemahaman mengenai topik tersebut.

2. Manfaat praktis

Sebagai bentuk pembelajaran yang dapat memberikan kontribusi yang efektif dalam mengetahui proses layanan bimbingan kelompok dalam penguatan kontrol diri dalam pergaulan pada remaja tengah.

E. Definisi Operasional

1. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah bantuan kepada kelompok-kelompok kecil yang terdiri dari 2-10 anggota kelompok. Melalui layanan bimbingan kelompok diharapkan dapat dilakukan pencegahan masalah, pemeliharaan nilai-nilai, dan pengembangan keterampilan hidup yang dibutuhkan oleh anggota kelompok. Topik yang akan dibahas dapat mencakup berbagai aspek kehidupan, seperti pengembangan kepribadian, komunikasi efektif, manajemen emosi, penyelesaian konflik, pengambilan keputusan, dan lain sebagainya. Pemilihan topik bisa

berdasarkan kesepakatan anggota kelompok atau telah ditentukan sebelumnya oleh fasilitator atau pemimpin kelompok berdasarkan pemahaman atas data tertentu.¹⁵

2. Teknik Diskusi Kelompok

Teknik ini bertujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu topik serta mengembangkan pribadi anggota kelompok di bawah pengawasan pemimpin kelompok. Teknik ini dianggap penting dan mempunyai kelebihan yang tidak dimiliki oleh teknik lain yaitu dalam teknik ini anggota-anggota memiliki kesempatan untuk mengemukakan pendapatnya, sesama anggota kelompok dapat bertukar pikiran, perasaan serta pengalaman, para anggota kelompok juga belajar mendengarkan.¹⁶

3. Kontrol Diri Dalam Pergaulan

Kontrol diri merupakan sebuah pengendalian diri yang dimiliki oleh setiap individu untuk melakukan pertimbangan-pertimbangan sebelum memutuskan sesuatu dalam bertindak. Dalam bergaul di lingkungannya masing-masing individu memerlukan kontrol diri supaya tidak terjebak dalam pergaulan yang akan merugikan masa depannya.

4. Remaja

Remaja adalah periode transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Masa remaja dapat dibagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (usia 12-15 tahun), remaja tengah atau remaja madya (usia 15-18 tahun), dan remaja akhir (usia 19-22 tahun). Selama masa remaja, individu sedang dalam proses mencari identitas diri dan mengembangkan kematangan secara emosional dan sosial.

¹⁵ *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)*, (Kementerian pendidikan dan kebudayaan direktorat jenderal guru dan tenaga kependidikan, 2016), h, 55.

¹⁶ Edy Irawan, "Efektivitas Teknik Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Konsep Diri Remaja", *jurnal bimbingan dan konseling "PSIKOPEDAGOGIA"*, Vol. II, No.1, (Juni, 2013), h, 6. <http://journal.uad.ac.id/index.php/PSIKOPEDAGOGIA/article/view/2459>, diakses pada 1 Februari 2023, pukul 20.44 WIB.

Lingkungan yang kondusif sangat penting dalam mendukung perkembangan remaja. Jika lingkungan sekitar remaja tidak mendukung, hal ini dapat menyebabkan perilaku yang menyimpang. Remaja membutuhkan lingkungan yang aman, stabil, dan penuh dukungan, baik dari keluarga, teman sebaya, maupun masyarakat. Ketidakstabilan, konflik keluarga, kurangnya pengawasan, pergaulan yang negatif, atau tekanan sosial yang berlebihan dapat berkontribusi terhadap perilaku negatif remaja, seperti kenakalan, perilaku agresif, atau masalah mental.

Oleh karena itu, penting bagi orang tua, pendidik, dan masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang positif dan mendukung bagi remaja. Ini dapat meliputi memberikan pendidikan yang baik, memberikan perhatian dan dukungan emosional, memberikan batasan dan aturan yang jelas, memfasilitasi kegiatan positif dan membangun hubungan yang sehat dengan remaja. Dengan memberikan lingkungan yang kondusif, kita dapat membantu remaja mengatasi tantangan dan risiko perilaku yang menyimpang, serta membantu mereka tumbuh dan berkembang menjadi individu yang baik dan produktif.¹⁷

¹⁷ Sumarni, Desika Qori'ah S., M. Rizqi Surya, *Pelayanan Sosial Remaja Putus Sekolah*, (Malang, Intelegensia Media, 2018), h. 8-9.