

BAB IV

HASI PENELITIAN

A. Langkah-langkah Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* Untuk Mengurangi Kebiasaan Balap Liar Pada Remaja di Desa Pasuluhan Kecamatan Walantaka Kota Serang

Dalam aplikasinya pendekatan SFBC memiliki beberapa teknik intervensi khusus. Teknik ini dirancang dan dikembangkan dalam rangka membantu konseli untuk secara sadar membuat solusi atas permasalahan yang ia hadapi. Cara pertama yang dilakukan peneliti yaitu membangun hubungan yang hangat dengan narasumber, menciptakan lingkungan yang mendukung di mana narasumber dapat memulai membuat perubahan dalam hidupnya.

Disini peneliti terlibat dalam hidup narasumber dengan menciptakan suasana saling mempercayai, dengan cara melalui kombinasi proses mendengarkan dan mengajukan pertanyaan terampil serta mengeksplorasi gambaran yang ada dalam bentuk narasumber berupa konseli memilih tujuan-tujuan yang mereka ingin capai dalam pendekatan, dan diberikan sedikit perhatian terhadap diagnosis, pembicaraan tentang sejarah, atau eksplorasi masalah. Dengan demikian, narasumber dapat mengarahkan, mengevaluasi, membentuk perilaku baru. Sehingga dapat membuat rencana kearah perubahan.

Berikut langkah-langkah yang digunakan kepada narasumber yaitu dengan teknik SFBC.

1. Narasumber RN

a. *Establishing rapport* (Pembentukan hubungan baik dengan konseli).

Pada proses ini peneliti berusaha membuat konseli merasa nyaman sehingga proses konseling berjalan lancar seperti yang diharapkan dan peneliti berusaha

mengetahui apa yang sebenarnya diinginkan oleh narasumber. Kehidupan yang masih serba “ada” membuat RN masih merasa nyaman dalam menjalani kehidupannya. Akan tetapi, RN sama seperti remaja pada umumnya mengungkapkan bahwa ia sangat merindukan kebersamaan bersama keluarganya terutama dengan kedua orang tuanya, ia berkeinginan untuk menjadi orang sukses, setelah lulus dari sekolah ia melamar pekerjaan sebagai seorang karyawan industri, setelah itu dia berkeinginan untuk membuka suatu bisnis atau usaha yaitu membangun pabrik di Desa Pasuluhan Kecamatan Walantaka. Berikut ungkapan RN “Saya ingin menciptakan suatu usaha dengan membangun pabrik di Desa ini”.¹

- b. *Identifying a solvable complaint* (Mengidentifikasi keluhan-keluhan yang akan dipecahkan).

RN dibantu guru dan peneliti untuk mengurangi kebiasaan RN yang melakukan balap liar di jalanan dan melatih RN agar memiliki kebiasaan yang positif. Kemungkinan hal ini dikarenakan usia RN yang masih tergolong remaja jadi pikirannya yang masih labil dan belum bias mengontrol emosinya. Jadi, peneliti mengarahkan RN untuk dapat mengurangi dan menghilangkan kebiasaan balap liarnya di jalanan dan peneliti juga mengarahkan agar memiliki kebiasaan positif agar biasa merubah perilakunya lebih baik dari sebelumnya. RN mengungkapkan “Terkadang saat musim panen Saya mengisi waktu libur sekolah dengan membantu pekerjaan paman Saya”. Ungkapan RN tersebut membuktikan bahwa keinginannya untuk membangun pabrik padi sangat kuat.

¹ RN, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 15:30 WIB

- c. *Establishing goals* (Menetapkan tujuan yang akan dicapai dalam proses konseling).

Pada tahap ini, RN diajak untuk berfikir positif dengan kegiatan yang dilakukannya, RN mengungkapkan untuk menghilangkan kebiasaan balap liarinya merasa sedikit sulit, karena setiap kali kumpul bareng teman-temannya pasti tidak terlepas dengan balap liar yang diadakan setiap sore maupun malam hari di jalanan. Akan tetapi, dia berusaha mengurangi kebiasaannya ini, dan ketika kumpul bareng dengan teman-temannya dan diajak untuk melakukan balap liar, dia menolak, dia hanya bias menonton atraksi temannya yang melakukan balap liar. Hal ini dirasa wajar, karena merubah kebiasaan seseorang memang dibutuhkan waktu yang tidak sedikit, ditambah lagi RN tidak tinggal sama kedua orang tuanya sehingga tidak ada yang mengontrol kebiasaannya dirumah. Berikut ungkapan RN “Saya udah jarang sekali melakukan balapan liar ini, saya terlihat kumpul dengan teman-teman juga menolak ketika diajak balapan liar, saya berusaha mengurangi, dan paling jadi penonton aja”.²

- d. *Designing an intervention* (Merancang intervensi).

RN dibantu peneliti membuat rencana jangka pendek dan jangka panjang, dimana rencana jangka pendek ini berguna untuk membantu RN untuk dapat mengurangi bahkan menghilangkan kebiasaan balap liar dan mengganti dengan kebiasaan barunya yang positif. Rencana jangka pendek ini berbentuk jadwal RN yang dibuat bersama peneliti.

Rencana jangka panjang RN yaitu terkait dengan cita-cita RN yang ingin menjadi pengusaha, sekolah memberikan bimbingan karir terhadap RN dan

² RN, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 15:30 WIB

peneliti melatih kebiasaannya untuk membantu pamannya yang juga pengusaha pabrik padi.

Kendala yang dialami selama menerapkan pendekatan berfokus solusi ini yaitu belum adanya diskusi secara mendalam dengan orang tua RN karena orang tua RN yang bekerja. Sehingga selama pendekatan berfokus solusi peneliti hanya berkomunikasi dengan RN dan kakanya.

- e. *Strategic task that promote change* (Tugas tertentu yang diberikan oleh konselor untuk mendorong perubahan).

Pada tahap ini RN dibantu oleh peneliti membuat tugas tertentu yaitu: minggu pertama, RN dilatih untuk mengetahui hal-hal positif yang dapat mengurangi kebiasaan balapan liarnya, seperti ngopi bareng, sholat, mengaji, belajar. Minggu kedua: mengerjakan sholat lima waktu agar tidak tertinggal, menyempatkan membaca Al-Qur'an dalam sehari meskipun hanya satu muka surat, belajar (mengulangi pelajaran-pelajaran di sekolah) dan mempelajari pelajaran yang belum dipahami dan mempersiapkan diri untuk menghadapi UN tahun ini. Minggu ketiga: membiasakan untuk memenuhi kebiasaannya sendiri tanpa dibantu.

- f. *Stabilization* (Stabilisasi).

RN dibantu oleh peneliti agar bisa menerima solusi yang diberikan peneliti kepadanya untuk membantu mengurangi kebiasaannya yang sering melakukan aksi balap liar di jalan.

Usaha yang sebelumnya masih sering melakukan aksi balap liar, dengan dibantunya oleh peneliti semoga kedepannya akan berkurang dan bisa berjalan dengan baik.

g. *Termination* (Terminasi).

Pada tahap ini RN akan diberikan pertanyaan yang diajukan konselor untuk mengidentifikasi keberhasilan konseling yaitu: “apa hal berbeda yang diperlukan dalam hidup Anda yang dihasilkan dengan datang kemari sehingga Anda mengatakan bahwa pertemuan kita bermanfaat?”, dan “ketika masalah Anda teratasi, hal berbeda apa yang akan Anda lakukan?”.

1. RN merasa terbantu dengan adanya peneliti, ia mengatakan solusi dari peneliti sangat bermanfaat. 2. RN merasa masalahnya teratasi dan mulai melakukan kegiatan-kegiatan yang lebih positif seperti sholat, mengaji, dan membantu kedua orang tuanya dari pada sebelumnya yang suka melakukan aksi balap liar.

2. Narasumber BR

a. *Establishing rapport* (Pembentukan hubungan baik dengan konseli).

Pada proses ini peneliti berusaha membuat konseli merasa nyaman sehingga proses konseling berjalan lancar seperti yang diharapkan dan peneliti berusaha mengetahui apa yang sebenarnya diinginkan oleh narasumber. BR mempunyai keinginan melanjutkan lagi sekolahnya, dan berharap sekolahnya ini mau menerima dia kembali. Akan tetapi, dia merasa pesimis, dia merasa tidak ada kemampuan dalam bidang akademik sampai ia tidak naik kelas. “Sebenarnya Saya iri melihat teman-teman Saya yang masih lanjut sekolah, tapi saya malu untuk melanjutkan, malu sama guru, malu sama teman-teman karna Saya waktu itu tidak naik kelas”.³

Kemungkinan faktor kebiasaannya yang kurang bimbingan belajar di rumahnya, dan memang tidak ada yang membimbing karena orang tuanya yang tidak paham tentang pelajaran di sekolah.

³ BR, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 16:00 WIB

Dan tidak ingin menjadi pengangguran selamanya, dia mengerti bahwa mencari pekerjaan sangat sulit jika tidak dibantu dengan ijazah minimal ijazah SMA. Dia ingin seperti kakanya yang bekerja di sebuah industri dan setiap bulannya mendapat gaji, tidak lagi meminta kepada orang tuanya. Terkadang tidak dikasih ketika meminta uang kepada orang tuanya hanya untuk membeli rokok.

- b. *Identifying a solvable complaint* (Mengidentifikasi keluhan-keluhan yang akan dipecahkan).

Dalam mencapai keinginannya BR mengarahkan diri dengan mencoba memberikan penjelasan kepada orang tuanya bahwa ia dapat memenuhi keinginannya dengan mencari pekerjaan dan melakukan pekerjaan seperti kakanya. BR juga menyakinkan orang tuanya bahwa ia bisa memenuhi kebutuhannya sendiri tanpa terus-menerus meminta uang jajan.

Disamping itu, BR juga dibantu peneliti untuk merubah kebiasaan buruk dengan kebiasaan yang baru yang dapat merubah hidupnya, agar kebiasannya dapat terkontrol dengan baik. Jadi, peneliti mengarahkan BR untuk dapat memenuhi kebutuhannya sendiri, mulai dari berpakaian agar lebih terurus lagi, mengisi waktu luang dengan belajar membaca Iqra (mengingat ia belum bias membaca Al-Qur'an), membantu pekerjaan orang tuanya, yang biasanya dihabiskan dengan nongkrong bersama teman-temannya agar diisi dengan kesibukan yang lebih bermanfaat sehingga balap liar tidak dilakukannya lagi.

- c. *Establishing goals* (Menetapkan tujuan yang akan dicapai dalam proses konseling).

Pada tahap ini BR membuat tujuan pada dirinya sendiri dan mengungkapkan kendala yang dialami selama proses mencapai keinginan yaitu BR tidak dapat melanjutkan sekolahnya lagi dikarenakan malu sudah setahun dia berhenti dari

sekolahnya, dan masih meminta uang kepada orang tuanya karena dia belum mendapatkan pekerjaan. Akan tetapi, BR sudah bisa membantu pekerjaan orang tuanya dengan memanen padi dari sawah orang dan berikut ungkapan BR “Saya sering ke sawah memanen padi punya orang dan saya mendapat upah dari pekerjaan itu meskipun memang tidak banyak”.⁴

d. *Designing an intervention* (Merancang intervensi).

BR dibantu peneliti membuat rencana jangka pendek dan jangka panjang, di mana rencana jangka pendek ini berguna untuk membantu BR untuk dapat mengurangi bahkan menghilangkan kebiasaan balap liar dan mengganti dengan kebiasaan barunya yang positif. Rencana jangka pendek ini berbentuk jadwal BR yang dibuat bersama peneliti.

Rencana jangka panjang BR yaitu terkait dengan cita-cita BR yang ingin bekerja di pabrik industri seperti kakaknya, dan ingin bersekolah lagi seperti teman-teman sebayanya.

e. *Strategic task that promote change* (Tugas tertentu yang diberikan oleh konselor untuk mendorong perubahan).

Pada tahap ini BR dibantu oleh peneliti membuat tugas tertentu yaitu: Jadwalnya, minggu pertama BR melatih diri untuk membiasakan kegiatan barunya, yaitu membiasakan bangun pagi, lebih bisa mengurus diri mulai dari cara berpakaian, mengatur jadwal mandi, meletakkan piring kotor di *washtafle* sesudah makan, melipat dan meletakkan baju di lemari pakaian, membantu atau meringankan pekerjaan orang tuanya. Minggu kedua, BR melakukan memberanikan diri untuk mendatangi guru ngaji yang tidak jauh dari rumahnya untuk melakukan bimbingan ngaji dan bimbingan sholat serta sedikit bantuan dari

⁴ BR, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 16:00 WIB

peneliti agar memperlancar bacaan Al-Qur'annya dan melakukan sholat lima waktu, mengadakan bimbingan belajar untuk mengganti pelajaran di sekolahnya, meskipun tidak belajar di pendidikan formal. Minggu ketiga, membiasakan kegiatannya tersebut agar menjadi rutinitas setiap harinya ini berguna untuk mengisi kesibukan yang bermanfaat untuk dirinya dan lingkungan sekitar sehingga tidak ada waktu untuk nongkrong bareng teman-teman dan balapan liar pun tidak akan terjadi.⁵

Kesulitan yang dialami peneliti selama menerapkan sistem pendekatan fokus solusi ini yaitu BR jarang ada dirumah, sering keluyuran. Sehingga sulit ditemui untuk melakukan pendekatan ini.

f. *Stabilization* (Stabilisasi).

BR dibantu oleh peneliti agar bisa menerima solusi yang diberikan peneliti kepadanya untuk membantu mengurangi kebiasaannya yang sering melakukan aksi balap liar di jalan.

Usaha yang sebelumnya masih sering melakukan aksi balap liar, dengan dibantunya oleh peneliti semoga kedepannya akan berkurang dan bisa berjalan dengan baik.

g. *Termination* (Terminasi).

Pada tahap ini BR akan diberikan pertanyaan yang diajukan konselor untuk mengidentifikasi keberhasilan konseling yaitu: “apa hal berbeda yang diperlukan dalam hidup Anda yang dihasilkan dengan datang kemari sehingga Anda mengatakan bahwa pertemuan kita bermanfaat?”, dan “ketika masalah Anda teratasi, hal berbeda apa yang akan Anda lakukan?”. 1. RN merasa terbantu dengan adanya peneliti, ia mengatakan solusi dari peneliti sangat bermanfaat. 2.

⁵ BY, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 16:30 WIB

RN merasa masalahnya teratasi dan mulai melakukan kegiatan-kegiatan yang lebih positif seperti sholat, mengaji, dan membantu kedua orang tuanya kesawah memanen padi dari pada sebelumnya yang suka melakukan aksi balap liar.

3. Narasumber BY

a. *Establishing rapport* (Pembentukan hubungan baik dengan konseli).

Pada proses ini peneliti berusaha membuat konseli merasa nyaman sehingga proses konseling berjalan lancar seperti yang diharapkan dan peneliti berusaha mengetahui apa yang sebenarnya diinginkan oleh narasumber. Dikarenakan BY masih duduk di bangku kelas 1 SMA, ia masih harus beradaptasi dengan lingkungan sekolahnya dan tergolong masih labil, membuat kebiasaannya tidak terkontrol. Keinginannya menjadi kepala desa, ia ingin memimpin rakyat dan ingin menjadi seorang yang terkenal (Youtube) .

b. *Identifying a solvable complaint* (Mengidentifikasi keluhan-keluhan yang akan dipecahkan).

BY dibantu oleh peneliti untuk mengidentifikasi keluhan-keluhan dan melatih bagaimana menjadi dirinya sendiri terlebih dahulu sebelum menjadi seorang pemimpin rakyat dan youtubers terkenal. Jadi, peneliti mengarahkan BY memimpin diri sendiri, seperti mengurus diri sendiri, mengatur diri sebaik mungkin seperti waktu istirahat digunakan istirahat, waktu untuk sholat, waktu untuk belajar waktu untuk membantu kedua orang tunya, dan waktu-waktu yang lain.

Tidak melarang waktu untuk berkumpul bersama teman-teman, yang terpenting di dalamnya ada sebuah manfaat untuk dirinya dan lingkungan. Seperti, berdiskusi tentang pelajaran atau hal-hal yang berbaur sosial, berbaur dengan masyarakat, salah satunya dengan melakukan gotong royong.

- c. *Establishing goals* (Menetapkan tujuan yang akan dicapai dalam proses konseling).

Pada tahap ini BY diajak untuk menetapkan tujuan yang akan dicapai dalam kegiatan yang dilakukanya, guna mengetahui kegiatan yang sering dilakukanya. BY mengungkapkan untuk memulai kebiasaan barunya terdapat beberapa kendala yaitu masih ingin kumpul (nongkrong) bersama teman-temannya. Hal ini, dirasa wajar karena memang usianya yang tergolong remaja yang masih ingin bermain dan berkumpul menghabiskan waktu dengan teman-temannya. Tetapi, “aku sudah ngurangi balapan, tetapi nongkrong kumpul bareng teman-teman masih”.⁶

- d. *Designing an intervention* (Merancang intervensi).

BY dibantu peneliti membuat rencana jangka pendek dan jangka panjang, dimana rencana jangka pendek ini berguna untuk membantu BY melakukan kebiasaan barunya sehingga meminimalisir bahkan tidak ada waktu untuk melakukan balap liar.

Rencana jangka panjang BY yaitu terkait dengan cita-cita BY yaitu ingin menjadi Kepala Desa atau Youtuber, lebih mendalami pelajaran kewarganegaraan di sekolahnya, melakukan bimbingan membaca Al-Qur'an agar dapat menyeimbangi.

Kesulitan yang dialami peneliti selama menerapkan pendekatan ini yaitu BY yang masih ingin bermain dengan teman sebayanya, sehingga ketika diarahkan masih banyak penolakan dari BY.

⁶ BY, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 16:30 WIB

- e. *Strategic task that promote change* (Tugas tertentu yang diberikan oleh konselor untuk mendorong perubahan).

Pada tahap ini BY dibantu peneliti membuat jadwal tertentu Jadwalnya yaitu, minggu pertama BY melatih diri untuk membuat jadwal harian agar terstruktur dengan baik, waktu untuk sholat, mengaji kepada guru ngaji (pembimbing) dan belajar. Minggu kedua, mengarahkan untuk membantu pekerjaan orang tuanya, bersosialisasi dengan masyarakat sekitar, membentuk kelompok diskusi dengan teman-temannya agar waktu nongkrongnya memberikan nilai yang bermanfaat. Minggu ketiga, membiasakan kegiatannya sendiri tanpa dibantu.

- f. *Stabilization* (Stabilisasi).

BY dibantu oleh peneliti agar bisa menerima solusi yang diberikan peneliti kepadanya untuk membantu mengurangi kebiasaannya yang sering melakukan aksi balap liar di jalan.

Usaha yang sebelumnya masih sering melakukan aksi balap liar, dengan dibantunya oleh peneliti semoga kedepannya akan berkurang dan bisa berjalan dengan baik.

- g. *Termination* (Terminasi).

Pada tahap ini BY akan diberikan pertanyaan yang diajukan konselor untuk mengidentifikasi keberhasilan konseling yaitu: “apa hal berbeda yang diperlukan dalam hidup Anda yang dihasilkan dengan datang kemari sehingga Anda mengatakan bahwa pertemuan kita bermanfaat?”, dan “ketika masalah Anda teratasi, hal berbeda apa yang akan Anda lakukan?”.

1. RN merasa terbantu dengan adanya peneliti, ia mengatakan solusi dari peneliti sangat bermanfaat. 2. RN merasa masalahnya teratasi dan mulai melakukan

kegiatan-kegiatan yang lebih positif seperti sholat, mengaji, dan membantu kedua orang tuanya dari pada sebelumnya yang suka melakukan aksi balap liar.

4. Narasumber RA

a. *Establishing rapport* (Pembentukan hubungan baik dengan konseli).

Pada proses ini peneliti berusaha membuat konseli merasa nyaman sehingga proses konseling berjalan lancar seperti yang diharapkan dan peneliti berusaha mengetahui apa yang sebenarnya diinginkan oleh narasumber. RA mengungkapkan bahwa ia memiliki cita-cita menjadi seorang guru. Karena menurut RA guru banyak berperan terhadap kehidupannya selama ini. Berikut ungkapan RA “Saya ingin jadi seorang guru, melanjutkan pendidikan sampai meraih gelar sarjana”.⁷

RA ingin menjadi seorang guru, ia ingin membahagiakan kedua orang tuanya, dan akan berusaha bahwa ia mampu meraih cita-citanya. RA termotivasi oleh gurunya di sekolah bahwa ia ingin memberi banyak manfaat.

b. *Identifying a solvable complaint* (Mengidentifikasi keluhan-keluhan yang akan dipecahkan).

Dalam mencapai keinginannya RA mengarahkan diri dengan disiplin waktu dan belajar lebih giat, di sekolah RA mencoba menumbuhkan kepercayaan diri. RA membuka diri mulai dari memberanikan diri maju di depan kelas menjelaskan pelajaran yang dimengerti di depan teman-temannya, mengerjakan PR (Pekerjaan Rumah) di papan tulis.

Identifikasi diri yang dilakukan RA berguna untuk menunjang cita-cita yang ingin menjadi seorang guru, dimana guru harus percaya diri dan juga mempunyai wawasan yang luas, maka dari itu RA membuka diri untuk belajar giat serta

⁷ RA, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 17:00 WIB

melatih kepercayaan dirinya ini dibuktikan dengan RA yang tidak pernah terlambat ke sekolah.⁸

- c. *Establishing goals* (Menetapkan tujuan yang akan dicapai dalam proses konseling).

Pada tahap ini RA menentukan tujuan pada dirinya sendiri dan mengungkapkan kendala yang dialami selama proses mencapai keinginannya. Kendala yang dialami yaitu RA belum mendapatkan kepercayaan dari orang tuanya. Karena orang tua RA khawatir jika nanti tidak sanggup dalam membiayai pendidikan kuliahnya nanti.⁹

- d. *Designing an intervention* (Merancang intervensi).

Untuk mencapai keinginannya RA memiliki rencana yang dirancangnya yaitu ia akan memberi penjelasan dan membuktikan kepada orang tuanya bahwa ia mampu meraih cita-citanya dengan sedikit bantuan dari peneliti untuk membantu RA menjelaskan kepada orang tuanya.

- e. *Strategic task that promote change* (Tugas tertentu yang diberikan oleh konselor untuk mendorong perubahan).

Pada tahap ini RA dibantu peneliti membuat jadwal, bertujuan agar apa yang dilakukannya terstruktur. Jadwalnya yaitu: minggu pertama, RA melatih diri untuk mengatur waktunya, seperti waktu sholat, bimbingan membaca Al-Qur'an dan waktu belajar. Minggu kedua, RA mengarahkan dirinya untuk mendisiplinkan diri terhadap jadwal yang telah dibuatnya, kemudian jika terdapat waktu luang ia gunakan untuk membantu meringankan pekerjaan kedua orang tuanya. Minggu ketiga, membiasakan kegiatan tersebut hal ini berguna untuk meminimalisir

⁸ RA, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 17:00 WIB

⁹ Orang Tua RA, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 17:30 WIB

terhadap waktu yang terbuang dengan percuma seperti nongkrong bersama teman-temannya dan melakukan aksi balap liar.¹⁰

Selama proses pendekatan yang diberikan kepada RA, peneliti tidak mendapatkan kendala karena RA dapat menjadi mitra diskusi dengan baik begitupun dengan orang tuanya mampu berdiskusi secara mendalam mengenai kebiasaan RA.

f. *Stabilization* (Stabilisasi).

RA dibantu oleh peneliti agar bisa menerima solusi yang diberikan peneliti kepadanya untuk membantu mengurangi kebiasaanya yang sering melakukan aksi balap liar di jalan.

Usaha yang sebelumnya masih sering melakukan aksi balap liar, dengan dibantunya oleh peneliti semoga kedepanya akan berkurang dan bisa berjalan dengan baik.

g. *Termination* (Terminasi).

Pada tahap ini RA akan diberikan pertanyaan yang diajukan konselor untuk mengidentifikasi keberhasilan konseling yaitu: “apa hal berbeda yang diperlukan dalam hidup Anda yang dihasilkan dengan datang kemari sehingga Anda mengatakan bahwa pertemuan kita bermanfaat?”, dan “ketika masalah Anda teratasi, hal berbeda apa yang akan Anda lakukan?”.

1. RA merasa terbantu dengan adanya peneliti, ia mengatakan solusi dari peneliti sangat bermanfaat. 2. RA merasa masalahnya teratasi dan mulai melakukan kegiatan-kegiatan yang lebih positif seperti sholat, mengaji, dan membantu kedua orang tuanya dari pada sebelumnya yang suka melakukan aksi balap liar.

¹⁰ RA, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 17:00 WIB

B. Proses Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* Untuk Mengurangi Kebiasaan Balap Liar Pada Remaja di Desa Pasuluhan Kecamatan Walantaka Kota Serang

Dalam proses pendekatan *solution-focused brief counseling* untuk mengurangi kebiasaan balap liar pada remaja ini yaitu:

1. Motivator

Dalam proses mengatasi remaja yang melakukan balapan liar motivator berperan untuk memberikan rangsangan yang menyebabkan timbulnya motivasi terhadap narasumber. Karena motivasi merupakan faktor penggerak yang memicu rasa semangat terhadap narasumber untuk mencapai keinginannya menjadi pribadi yang mandiri.

a. Narasumber RN

Berdasarkan hasil wawancara dengan kakanya, peneliti melihat bahwa setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Begitupun dengan RN yang tidak boleh menyerah terhadap masalah dalam hidupnya, meskipun bertahun-tahun lamanya tidak bertemu dengan kedua orang tuanya RN berhak menentukan jalan hidupnya, menunjukkan kepada kedua orang tuanya bahwa suatu saat nanti RN sukses mendapatkan yang RN inginkan. Keyakinan dalam dirilah yang akan mengantarkan dalam mencapai kesuksesannya. Ungkapan motivasi yang diberikan oleh kaka kepada RN “orang sukses banyak rintangannya, tapi yakinlah kau mampu untuk meraih cita-citamu, membahagiakan kedua orang tuamu”.¹¹

¹¹ Kaka RN, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 15:30 WIB

b. Narasumber BR

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua BR, peneliti melihat kebiasaan yang dilakukan BR setiap harinya. Karena BR tidak naik kelas menyebabkan ia tidak lanjut sekolah, ini salah satu penyebab ia melakukan balap liar. Kurangnya bimbingan dari guru serta pelajaran di sekolah dan juga banyak waktu luang yang dihabiskan dengan cuma-cuma.¹²

Putus sekolah bukan berarti BR putus semangat untuk meraih cita-cita dan keinginannya. Karena keterbatasan pendidikan bukan alasan untuk menyerah, melakukan yang terbaik untuk dapat membuktikan. Bahwa dengan kekurangan yang dimiliki narasumber, narasumber biasa melakukan kegiatan seperti yang dikerjakan oleh teman-teman seusianya.

Setiap manusia pasti memiliki cita-cita. Namun tercapai atau tidaknya kembali kepada pribadi masing-masing setiap individu. Karena cita-cita dicapai dengan usaha tanpa menyerah dan usaha yang tidak henti. Ungkapan motivasi yang disampaikan kepada BR “Tersenyumlah, pantang menyerah. Terus berusaha, yakin apa yang dicita-citakan pasti tercapai. Milikilah kebiasaan yang baik, karena ia akan menentukan masa depanmu”.

c. Narasumber BY

Berikut motivasi yang diberikan peneliti untuk BY “Kebiasaan adalah satu-satunya pelayan yang akan bekerja untuk Anda tanpa bayaran. Cukup bangunlah kebiasaan tersebut dan kebiasaan itu akan berjalan dengan sendirinya tanpa Anda sadari”.

Dengan membentuk diri dari kebiasaan yang positif maka hasilnya akan baik, akan tetapi jika seseorang memiliki kebiasaan negatif maka hasil

¹² Orang Tua BR, Wawancara, Minggu 10 Desember 2017, Pukul 14:00 WIB

yang diterimanya juga tidak akan baik. Dalam kebiasaan balap liar, ini merupakan kebiasaan negatif, maka dampak/hasil yang diterimanya tidak akan baik, berupa membuat ketidaknyamanan masyarakat sehingga harus menerima cemooh juga dipandang kurang baik oleh masyarakat sekitar. Begitupun sebaliknya, ketika seseorang memiliki kebiasaan positif maka hasil yang diterimanya juga baik.

d. Narasumber RA

Berikut motivasi untuk RA “Lakukan suatu kegiatan atau aktivitas secara terus menerus sehingga ia akan membentuk anda. Dan disetiap kemauan pasti ada jalan, itu berarti apapun yang kita inginkan selagi itu baik untuk kita pasti ada jalan untuk mencapainya”.

Dengan membentuk kebiasaan yang positif maka hasilnya akan baik, akan tetapi jika seseorang memiliki kebiasaan negatif maka hasil yang diterimanya juga tidak akan baik. Dan jangan pernah menyerah terhadap apa yang dicita-citakan, selagi kemauan kita kuat pasti ada jalan untuk meraihnya, yakin bahwa disetiap kesulitan pasti ada kemudahan.

2. Compliments

Compliment ialah pesan tertulis yang dirancang untuk memuji konseli atas kelebihan, kemajuan, dan karakteristik positif bagi pencapaian tujuannya. Compliments merupakan proses konseling dengan pendekatan berfokus solusi dimana peneliti memberikan pujian terhadap kebiasaan baru yang dilakukan oleh narasumber. Pemberian pujian ini guna meningkatkan motivasi narasumber, pujian juga menunjukkan bahwa kita benar-benar menyukai apa yang dilakukannya. Selain itu, pujian juga memberikan rasa nyaman. Kegiatan/kebiasaan yang

diberikan pujian pada narasumber ketika ia berhasil melakukan kebiasaan barunya dan menghilangkan kebiasaan balap liar seperti:

- a. Pada saat melakukan pendekatan dengan RN, RN mengungkapkan “Saya sudah jarang sekali melakukan balap liar, sudah bukan jamannya”, dan tidak terlihat nongkrong bersama teman-teman, sekarang sudah banyak perubahan dalam diri RN seperti pada waktu adzan, ia berangkat ke masjid untuk melakukan jamaah. Ungkapan pujian yang diberikan kepada RN saat ini berhasil mengurangi kebiasaan balap liar yaitu “pemikiran yang bagus, dan memang anak muda seperti inilah yang seharusnya memberikan contoh yang baik kepada adik-adiknya”.
- b. BR diperkenalkan oleh orang tuanya cara membajak sawah, bertujuan agar BR dapat membantu pekerjaan orang tuanya dan menyibukan dirinya sehingga kebiasaan balap liar tidak dilakukannya kembali. Dan ketika pulang ke rumah, ia beristirahat dan melakukan bimbingan sholat dan mengaji kepada guru mengajinya yang tidak jauh dari rumahnya. Ungkapan pujian yang diberikan oleh orang tua BR “Saya bangga dengan perubahan kamu nak, Saya percaya kamu bisa melakukannya karena pada dasarnya kamu mampu”.
- c. Setelah melakukan pendekatan berfokus solusi, BY mengalami perubahan lebih baik dari sebelumnya, ia bisa mengikuti jadwal yang kesehariannya yang telah dibuatnya dan terlihat lebih rajin mengikuti bimbingan mengaji, mengurangi aktifitas nongkrong bersama teman-temannya, dan lebih banyak menghabiskan waktu di dalam rumah untuk belajar (mengulangi kembali pelajaran sekolah) dan membantu kedua orang tuanya dengan berjualan hasil kerajinan tangan kedua orang tuanya. Ungkapan pujian yang diberikan kepada BY “Wah, Saya bangga dengan usahamu untuk melakukan perubahan yang

lebih baik, tingkatkan lagi belajarnya yah, semoga apa yang dicita-citakan dapat tercapai”.

- d. RA memang siswa yang rajin di sekolahnya, disiplin waktu, terlihat ia tidak pernah dating terlambat ke sekolahnya. Hanya saja, ia melakukan balap liar ini karena ia terbawa oleh ajakan teman-temannya. Setelah dilakukan pendekatan fokus solusi ia menghindari kebiasaan balap liar itu dan mengisinya oleh hal-hal yang bermanfaat. Teringant akan keinginan di masa dewasanya bahwa ia ingin menjadi guru, ungkapan pujian yang diberikan kepada RA “Saya bangga dengan ketekunan kamu, kamu memang anak yang rajin, tingkatkan lagi prestasimu demi membahagiakan kedua orang tuamu”.

C. Hasil Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* Untuk Mengurangi Kebiasaan Balap Liar Pada Remaja di Desa Pasuluhan Kecamatan Walantaka Kota Serang

Berikut table hasil analisis hasil penelitian:

Tabel. 4

Table Kegiatan Narasumber

No	Kegiatan	Sebelum terapi				Sesudah terapi			
		Narasumber				Narasumber			
		RN	BR	BY	RA	RN	BR	BY	RA
1	Sholat/bimbingan sholat	V			V	V	V	V	V
2	Mengaji/bimbingan mengaji				V	V	V	V	V

3	Belajar/bimbingan belajar	V			V	V	V	V	V
4	Sopan dalam berpakaian	V			V	V	V	V	V
5	Membantu pekerjaan orang tua					V	V	V	V
6	Mengurangi bermain gadget					V		V	V
7	Mengurangi nongkrong bersama teman					V	V		V
8	Disiplin waktu					V			V
9	Mengurangi balap liar					V	V	V	V

Berdasarkan table analisis di atas terlihat bahwa terdapat kemajuan dalam diri narasumber tersebut, dengan adanya kegiatan yang terjadwal dengan baik dan mengisi kegiatan yang lebih positif, sehingga dapat meminimalisir kebiasaan balap liar di jalan Desa Pasuluhan Kecamatan Walantaka Kota Serang.