

BAB IV
PENERAPAN KONSELING DENGAN (REBT) DALAM
MENGURANGI PERILAKU REMAJA YANG MENGGEMARI
TEMPAT HIBURAN MALAM

A. Proses Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada Remaja yang Menggemari Tempat Hiburan Malam

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari proses wawancara, peneliti dapat menyatakan bahwa konseling dengan REBT ini bisa dijadikan sebagai acuan dalam mengurangi perilaku remaja yang menggemari tempat hiburan malam. Pada proses penerapan REBT, peneliti menggunakan konseling individual, disesuaikan dengan kondisi responden agar proses konseling dapat berlangsung dengan kondusif.

Dalam melaksanakan konseling individual tersebut terbagi menjadi tiga tahapan yaitu tahap awal (perkenalan), tahap pertengahan mulai memfokuskan peneliti pada masalahnya dan tahap terakhir yaitu hasil dari analisis. Dengan tujuan agar peneliti dapat mengetahui perubahan-perubahan klien. Proses konseling yang dilakukan melalui tiga tahapan:

1. Responden HR

a. Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama ini peneliti sudah berjanjian dengan HR di tempat biasa HR dan teman-temannya nongkrong yaitu di kedai kopi. Sesampainya peneliti di kedai kopi tersebut HR sudah berada di tempat yang sudah dijanjikan. Peneliti bersalaman dan memberikan senyum agar terjadinya keakraban antara HR dan peneliti dan mengobrol mengakrabkan diri, peneliti mulai memberikan orientasi seputar konseling, terutama tentang manfaatnya. Peneliti menanyakan terkait kondisi HR serta problem yang terjadi pada dirinya dan hal-hal yang membuat HR menggemari tempat hiburan malam. HR mengungkapkan bahwa dirinya sering ke tempat hiburan malam karena telah merasa nyaman ke tempat tersebut, HR bercerita bahwa awalnya hanya ajakan teman untuk pergi ke

tempat tersebut ketika HR masih duduk di bangku SMA.⁴²

b. Pertemuan Kedua

Pada awalnya HR bercerita kepada peneliti hanya ingin mencoba masuk ke tempat hiburan malam karena ajakan temannya itu, akan tetapi ketika pertama kali masuk tempat tersebut HR merasa keasikan dengan banyaknya perempuan-perempuan yang berpakaian seksi, selain itu menurut HR banyak faktor lain yang membuat HR merasa ingin kembali ke tempat tersebut. HR yang sekarang sudah bekerja semakin leluasa untuk pergi ke tempat hiburan malam, karena sudah tidak lagi mengandalkan teman-temannya untuk mengeluarkan uang di tempat tersebut.

Setelah mendengarkan cerita HR, bagaimana dia bisa menggemari tempat hiburan malam, peneliti mencoba mengubah pikiran HR yang irasional kepada pikiran rasional. Pikiran irasional HR yaitu menganggap bahwa tempat hiburan malam bisa

⁴²HR, diwawancarai oleh Abdul Fahad Al-Askar, *Rekaman*, Cibeber, Kota Cilegon, 31 Desember 2020

membuatnya tenang, bisa menghilangkan beban pikiran, menghilangkan masalah walaupun sejenak menurut HR. Disini peneliti menegaskan kepada HR bahwa yang selama ini ia lakukan di tempat hiburan malam itu hanya sia-sia dan buang waktu, kenapa demikian, karena sebetulnya ketika peneliti bertanya kepada HR “apakah ketika lu lagi banyak masalah, terus lu pergi ke tempat hiburan malam, terus abis keluar tempat tersebut masalah lu sepenuhnya ilang? ” HR hanya tertawa sambil menghisap rokoknya.

Setelah beberapa menit berbincang sambil ngopi di tempat biasa HR nongkrong, peneliti sedikit demi sedikit memberikan masukan kepada HR bahwa kegiatan HR selama ini di tempat hiburan malam hanyalah sia-sia. HR pun sedikit menerima apa yang peneliti bicarakan padanya malam itu. Disini peneliti mencoba mengalihkan kegiatan negatif HR ke pada kegiatan yang positif. Peneliti memberi masukan kepada HR “*coba sedikit demi sedikit lu biasain sholat 5 waktu, walaupun berat juga ngga apa-apa yang*

penting lu coba dulu”. HR menyanggupi apa yang peneliti kasih kepada HR, akan tetapi kata HR “*gua itu paling susah nolak kalau gua udah di ajak sama cewe-cewe yang biasa sama gua ke tempat itu*”. Peneliti pun berusaha memberikan masukan kepada HR bahwa HR bisa menolaknya sedikit demi sedikit, dengan kata lain HR bisa memberi alasan kepada teman-teman perempuannya itu agar menolak ajakan tersebut.⁴³

c. Peretemuan ketiga

Setelah HR bisa menerima apa bahwa pikiran irasional nya itu hanya sebatas membuang waktunya dan tidak ada manfaatnya sama sekali, peneliti Setelah peneliti terus menerus mengingatkan dan memberi masukan kepada HR bahwa dia bisa merubah semua kegiatan negatifnya selama ini kepada kegiatan yang lebih positif. Dan sini pun peneliti terus menerus mengembangkan pikiran rasional HR agar tidak

⁴³ HR, diwawancarai oleh Abdul Fahad Al-Askar, *Rekaman*, Cibeber, Kota Cilegon, 20 Januari 2021

kembali kepada pikiran irasionalnya yang membuat HR terjerumus didalamnya.⁴⁴

2. Responden FN

a. Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama ini peneliti langsung menuju ke rumah FN karena sudah berjanjian denganya, peneliti mengajukan tempat bertemu di tempat biasa FN pulang kerja ngopi, akan tetapi FN merasa letih setelah bekerja, jadi, FN meminta peneliti datang langsung ke rumahnya. Setelah sampai di rumahnya FN, dia sudah duduk di teras rumah dan peneliti pun langsung bersalam dan memberikan senyum kepada FN. Seperti biasa peneliti pun menanyakan kabar FN dan menanyakan bagaimana hari ini bekerjanya (*Attending*). Pada pertemuan ini peneliti langsung memberikan orientasi tentang konseling terutama tentang manfaatnya. Setelah mulai mengakrabkan diri antara peneliti dan FN, mulailah

⁴⁴ HR, diwawancarai oleh Abdul Fahad Al-Askar, *Rekaman*, Cibebber, Kota Cilegon, 30 Januari 2021

peneliti memnanyakan kepada FN bagaimana awalnya seorang FN bisa gemar masuk tempat hiburan malam.

Permasalahan FN yang awalnya ikut ajakan teman untuk masuk ke tempat hiburan malam, pada awalnya tidak sedikitpun terpintas di pikiran FN untuk suka tempat tersebut, akan tetapi karena sering diajak dan menolak rasa penasaran pun muncul di benak FN. Dan sekarang FN mersa tempat tersebutlah paling bisa menghilangkan rasa penat setelah FN bekerja dan ketika sedang banyak masalah dalam pekerjaan tempat hiburan malamlah yang bisa menghilangkan masalahnya walaupun sejenak menurut FN, sampai akhirnya FN menjadi hampir sering masuk tempat tersebut sampai sekarang. Setelah mendengarkan cerita FN yang menganggap tempat hiburan malam, peneliti mencoba mengubah pikiran irasional FN kepada pikiran rasional. Pikiran irasional yang menonjol yaitu FN menganggap tempat hiburan malam tujuan utamanya untuk mencari kesenangan dan bisa melupakan beban masalah, dengan diiringi music yang begitu kencang

dan di dorong dengan minum-minuman yang beralkohol sambil berjoget-joget itu sudah membuat semua problematika dan masalah hilang dalam sekejap menurut FN.⁴⁵

b. Pertemuan kedua

Disini peneliti mencoba menyadarkan FN bahwa selama ini yang dipikiran FN tentang tempat hiburan malam hanyalah pikiran irasional. Dan disini juga peneliti menankan kepada FN “*emang benar kalo kamu ke tempat hiburan malam masalah kamu ilang sepenuhnya*” FN hanya menggelengkan kepala dan hanya senyum-senyum malu untuk menjawab. Disini peneliti mencoba menegaskan bahwa pikiran FN selama ini tentang tempat hiburan malam adalah pikiran irasional yang harus FN ubah.

Di tahap selanjutnya peneliti memberikan tugas kepada FN agar mau berpikir kembali, apakah kegiatan FN selama ini itu lebih kepositif atau negative, FN pun merasakan sebenarnya kegiatan yang FN terus lakukan

⁴⁵ FN, diwawancarai oleh Abdul Fahad Al-Askar, *Rekaman*, Temu Putih, Kota Cilegon, 1 Januari 2021.

hanyalah kegiatan yang merugikan, tapi FN terjebak zona nyamannya tempat hiburan malam yang dikelilingi perempuan-perempuan yang cantik dan seksi. Disini peneliti mencoba mengalihkan kegiatan FN ke yang lebih positif, peneliti menyarankan coba kalau FN sedang banyak masalah dan sering gelisah sholat 5 waktu jangan sampai ketinggalan, karena di dalam sholat lah terdapat ketenangan yang sesungguhnya. Tujuannya untuk mengurangi kegiatan negative FN dan bisa melawan pikiran irasionalnya itu.⁴⁶

c. Pertemuan ketiga

Dan ditahap terakhir FN dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional, karena sebenarnya FN juga sadar bahwa kegiatannya selama ini hanya buang-buang uang dan waktu. Karenanya peneliti terus membantu FN agar sedikit demi sedikit bisa berpikir rasional terhadap apa yang FN lakukan selama ini. Jika pikiran FN sudah rasional

⁴⁶ FN, Responden kedai kopi, wawancara dengan peneliti, tanggal 25 Januari 2021.

maka akan mengubah perilakunya untuk tidak lagi ke tempat hiburan malam.⁴⁷

3. Responden WG

a. Pertemuan pertama

Pada pertemuan pertama ini peneliti dan WG sudah berjanjian di tempat WG bekerja yaitu kedai kopi. Setelah shalat isya peneliti pun pergi ke tempat WG bekerja, dan sesampainya peneliti disana peneliti langsung memesan kopi sambil menunggu waktu WG yang senggang untuk berbincang-bincang. Setelah menunggu hampir satu jam WG pun menghampiri peneliti dan penelitipun bersalaman sambil melemparkan senyum kepada WG. Peneliti pun menanyakan kabar WG agar terjadinya keakraban ketika sedang pelaksanaan konseling (Attending). Setelah berbincang-bincang dan mengakrabkan diri, peneliti mulai memberikan orientasi seputar konseling, terutama tentang manfaatnya.

⁴⁷ FN, Responden kedai kopi, wawancara dengan peneliti, tanggal 2 Februari 2021

Setelah lama mengobrol sambil mengakrabkan diri barulah peneliti masuk untuk menanyakan mengapa WG bisa gemar masuk ke tempat hiburan malam. Barulah setelah itu WG bercerita dari awal sekali dia bisa sering ke tempat hiburan malam, dan setelah mendengarkan WG bercerita tentang dirinya bisa gemar masuk tempat hiburan malam, permasalahan disini adalah pikira irasional WG terhadap tempat hiburan malam. WG menganggap tempat hiburan malam itu adalah tempat dimana dia bisa melampiaskan semua rasa atau masalah yang WG alami. Ditambah lagi mungkin WG merasa dirinya sudah tidak lagi merasakan kasih sayang dan perhatian dari kedua orang tuanya, karena kaduanya sudah berpisah dan WG hanya tinggal bersama neneknya.⁴⁸

b. Pertemuan kedua

Disini peneliti mencoba menyakinkan kepada WG, bahwa pikiran WG terhadap tempat hiburan malam adalah pikiran irasional. Peneliti mencoba

⁴⁸ WG, Responden kedai kopi, wawancara dengan peneliti, tanggal 3 Januari 2021.

membantu WG untuk melawan pikiran irasionalnya itu dan membantu WG berpikir rasional. Disaat WG diselimuti rasa kenyamanan terhadap tempat hiburan malam yang bisa membuat WG merasa senang(*happy*), karena WG masuk tempat tersebutpun tidak pernah mengeluarkan uang dan ditambah lagi kenal dengan laki-laki yang menyuruhnya untuk tinggal dikosan dan semua di tanggung laki-laki kenalan WG tersebut, dari mulai bayar kosan bayar listrik dan yang lainnya. Disinilah peneliti berusaha menyadarkan bahwa yang ada di pikiran WG itu adalah pikiran irasional.

Pertemuan selanjutnya peneliti menyarankan kepada WG coba untuk ganti kegiatan WG yang selama ini yang negative kepada kegiatan yang positif. Dan peneliti juga memberikan sedikit masukan kepada WG kegiatan positif agar menguranginya kegiatan negatif yaitu untuk sholat 5 waktu agar tidak teringgal, karena didalam sholat lah WG akan mendapatkan ketenangan yang sebenarnya. Disini peneliti banyak memberikan tugas kepada WG agar bisa menemukan

kegiatan positif dan bisa mengurangi kegiatan negatifnya selama ini yaitu pergi ketempat hiburan malam. WG pun tersenyum dan mengakui kegiatan selama ini lebih kepada kegiatan negatif dan akan mencoba untuk memenuhi tugas dari peneliti.⁴⁹

c. Pertemuan ketiga

Ditahap terakhir ini peneliti mencoba terus-menerus mengembangkan pikiran rasionalnya. Peneliti meyakinkan WG agar terus mengurangi kegiatan negatifnya tersebut, karena sebenarnya itu hanyalah kenikmatan sesaat dan hanya membuang waktu WG. Harapan peneliti dengan terus mengembangkan pikiran rasional WG, agar bisa mengurangi kegiatan negatif WG yang sering masuk ke tempat hiburan malam.⁵⁰

4. Responden AA

a. Pertemuan pertama

Pada pertemuan pertama ini peneliti di antar oleh taman AA karena sebelumnya peneliti dan AA sudah

⁴⁹ WG, Responden di kontrakan, wawancara dengan peneliti, tanggal 14 Februari 2021.

⁵⁰ WG, Responden di kontrakan, wawancara dengan peneliti, tanggal 3 maret 2021

berajanjian di rumah AA. Ketika peneliti tiba di rumah AA, AA sedang bermain game online di depan teras rumahnya, karena takut mengganggu AA, peneliti pun menunggu AA selesai bermain game tersebut. Setelah AA selesai bermain game barulah peneliti bersalaman sambil senyum kepada AA. AA pun masuk untuk mengambil minum, setelah mengambil minum peneliti langsung mengajak ngobrol dan menanyakan kabar kepada AA (*attending*). Dan setelah mengalirnya obrolan yang hangat barulah peneliti memberikan orientasi seputar konseling, terutama tentang manfaatnya.

Setelah memaparkan tentang konseling barulah peneliti menanyakan kepada AA, mengapa dia bisa gemar masuk tempat hiburan malam. Barulah AA menjelaskan kepada peneliti terkait dirinya bisa sering masuk tempat hiburan malam, AA bercerita kepada peneliti awalnya mengenal dan masuk tempat hiburan malam karena ajakan temannya. Ketika awal masuk tempat tersebut AA yang tidak tahu peraturan di dalam

tempat tersebut, dengan percaya diri masuk menggunakan celana pendek dan sandal tapi di dilarang oleh penjaga tempat hiburan malam karena masuk tempat tersebut harus menggunakan celana panjang dan sepatu, AA bercerita sambil tertawa-tawa malu mengingat kejadian konyol dia awal masuk tempat hiburan malam. Peneliti yang mendengarkan cerita dari awal sampai akhir cerita AA melihat ekspresi jujur dari raut mukanya sambil diiringi lelucon yang selalu AA berikan setiap ceritanya. Setelah mendengarkan semua cerita AA ternyata semua apa yang dipikirkan adalah pikiran irasional yang menganggap tempat hiburan malam untuk mencari kesenangan, bisa minum-minuman beralkohol dengan perempuan-perempuan tempat hiburan malam.⁵¹

b. Pertemuan kedua

Tugas peneliti disini meyakinkan bahwa apa yang dipikirkan AA adalah pikiran irasional, peneliti membantu AA agar melawan pikiran negatif dengan

⁵¹ AA, Responden di Rumahnya, wawancara dengan peneliti, tanggal 2 Januari 2021

pikiran positif. Ketika AA diselimuti rasa zona nyamannya di tempat hiburan malam, AA harus bisa keluar dari zona nyaman tersebut karena dengan AA sering pergi ke tempat tersebut tidak ada gunanya. Disamping AA sering berbohong kepada orang tuanya agar dapat uang lebih dan uang tersebut dipakai AA ke tempat tersebut, AA juga banyak meninggalkan kewajibannya di tempat dia kuliah yaitu sering tidak masuk kelas, karena malamnya ke tempat hiburan malam dan banyak menium-minuman beralkohol sehingga ketika tidur sering bablas. Tugas peneliti meyakinkan bahwa kegiatan selama ini yang dilakukan AA kegiatan yang membawanya ke arah yang tidak baik, maka disini peneliti terus menerus meyakinkan bahwa yang AA pikirkan selama ini adalah pikiran irrasional.

Selanjutnya ditahap berikutnya peneliti memberikan tugas kepada AA, agar bisa merubah kegiatannya selama ini yaitu pergi ke tempat hiburan malam. Peneliti mengajak AA untuk sholat 5 waktu

jangan sampai tertinggal, mungkin karena seringnya AA meninggalkan sholat sehingga AA tidak sadar bahwa kegiatan AA selama ini membuatnya merasa nyaman. *“coba sedikit demi sedikit sholat jangan sampe ketinggalan, mungkin kalau kamu sering sholat kamu bakal sadar bahwa kegiatan kamu ke teat hiburan malam hanyalah buang-buang waktu dan hanya sia-sia”*. Peneliti juga menekankan kalau AA ingin bisa merubah kegiatannya agar tidak lagi pergi ke tempat hiburan malam, tinggalkan teman-teman yang sering menghasut AA untuk pergi ke tempat tersebut. Menurut AA memang dia merasa ketika sudah kenal dunia malam merasa banyak sekali yang dia rugikan, dari kuliah dia banyak yang mengulang, dan sering berbohong kepada orang tunya, tapi karena AA sudah merasa happy ketika sudah di dalam tempat hiburan malam, membuatnya ketika dia sedang di sulitkan atau sedang merasa banyak masalah AA lebih memilih ke tempat hiburan malam untuk menghilangkan rasa stresnya itu. Peneliti menjelaskan perlahan kepada AA”

kamu bisa memperbaiki semuanya asal kamu niatin dalam hati kamu, karena dengan kamu ke tempat tersebutpun masalah kamu tidak akan sepenuhnya hilang, kalau tujuan kamu ke tempat hiburan malam hanya untuk itu” AA hanya sedikit merenung sambil menghisap rokoknya sambil menanggutkan kepanya.⁵²

c. Pertemuan ketiga

Setelah AA menyadari bahwa apa yang dia lakukan selama ini hanyalah kenikmatan sesaat, peneliti mencoba meyakinkan terus-menerus mengembangkan pikirannya agar berpikir positif. Jikalau pikiran negatifnya itu mulai menguasai dirinya kembali AA harus sesegara mungkin sadar bahwa itu hanyalah pikiran irasional dia yang ingin menguasai dan merubah pikiran rasional AA yang sedang AA jalankan. Dan disini AA ingin mencoba menghilangkan pikiran irasionalnya dan berpikir rasional.⁵³

⁵² AA, Responden di Rumanya, wawancara dengan peneliti, tanggal 17 januari 2021

⁵³ AA, Responden di Kedai kopi, wawancara dengan peneliti, tanggal 7 Februari 2021

5. Responden YH

a. Pertemuan pertama

Pada pertemuan pertama ini peneliti sudah berjanjian dengan YH di kosan temannya, YH yang membuat persetujuan bertemu akan tetapi dia meminta malam hari karena setiap malam YH berada di kosan temannya. Setelah peneliti tiba di depan kosan teman YH, YH sedang berkumpul dengan teman-temannya di depan kosan, peneliti pun turun dari motor bersalam kepada YH dan semua teman-temannya. Setelah bersalam peneliti meminta izin kepada teman-temannya untuk melakukan konseling kepada YH, setelah itu YH mengajak peneliti untuk mengobrol di cafe tempat YH biasa nongrong bersama teman-temannya, dan tanpa pikir panjang peneliti dan YH pergi ke tempat tersebut. Setelah sampai dan memesan menu untuk menemani mengobrol santai sambil melakukan konseling, barulah peneliti melakukan (*Attending*) kepada YH, menanyakan kabar guna mengakrabkan antara YH dan peneliti. Barulah peneliti

mulai memberikan orientasi seputar konseling kepada YH terutama tentang manfaatnya. Setelah itu berulah peneliti mulai menanyakan kepada YH mengapa YH bisa sering ke tempat hiburan malam.⁵⁴

b. Pertemuan kedua

Barulah YH menjelasakn kepada peneliti awalnya dia bisa sering masuk ke tempat hiburan malam. Awalnya memang dari teman-teman yang biasa nongkrong bersama YH, tapi menurut YH sendiri faktor yang paling utama adalah kurangnya perhatian dari kedua orang tuanya, menyebabkan YH memilih hidup bebas dan tidak ingin banyak yang mengaturnya. YH merasa nyaman bergabung dengan teman-temannya, apalagi ketika teman-temannya mengajak YH ke tempat hiburan malam. YH merasa tempat hiburan malam lah tempat dimana dia bisa melampiaskan beban hidupnya, dengan mendengarkan musik yang keras dan ditemani minuman yang membuat pikiran happy dan kenapa YH bisa sering ke

⁵⁴ YH, Responden di Cafe, wawancara dengan peneliti, tanggal 5 Januari 2021

tempat hiburan malam karena semua di tanggung oleh tamanya, jadi semuanya yang membayar, ujar YH kepada peneliti. Setelah mendengarkan semua penjelasan dari YH, peneliti mencoba mengubah pikiran irasional YH kepada pikiran yang positif (*rasional*). Pikiran irasional YH yang menganggap tempat hiburan malam tempat yang bisa membuat YH melepaskan beban hidup yang menimpa dirinya.

Setelah mendengarkan cerita YH terkait dirinya bisa sering masuk tempat hiburan malam, peneliti berusaha menyadarkan YH karena apa yang ada dipikiran YH adalah pikiran irasional. Peneliti pun menanyakan kepada YH “*apa selama kamu masuk tempat hiburan malam, bisa menghilangkan beban hidup kamu?*” YH hanya tertawa malu sambil menggelengkan kepalanya. Peneliti menyadarkan YH bahwa pikiran irasionalnya harus dihilangkan, ketika YH ke tempat hiburan malam hanya karena alasan untuk melepaskan beban pikiran itu hanyalah pikiran

negatif yang menguasai dirinya, maka peneliti meyakinkan kepada YH itu hanya pikiran irasional.

Pada tahap ini peneliti memberikan tugas kepada YH untuk bisa mengubah pikiran irasionalnya itu untuk tidak pergi ke tempat hiburan malam. Peneliti pun menyarankan kepada YH untuk sholat 5 waktu dan membaca Al-quran, karena dengan sholat dan membaca Al-quranlah YH bisa menemukan ketenangan yang sesungguhnya, dan dengan sholatpun YH bisa mendoakan yang terbaik untuk kedua orang tuanya yang sudah pisah. Tujuan peneliti menyarankan sholat dan membaca Al-quran kepada YH untuk menghilangkan pikiran irasional yang selama ini menguasai dirinya sehingga YH bisa berpikir rasional.⁵⁵

c. Pertemuan ketiga

Dan ditahap akhir peneliti terus-menerus mengembangkan pikiran rasional YH sehingga pikiran irasionalnya tidak lagi masuk kedalam kehidupannya.

⁵⁵ YH, Responden di kontrakan Temannya, wawancara dengan peneliti, tanggal 24 januari 2021

Peneliti mengingatkan kepada YH ketika pikiran irasionalnya mulai menguasai dirinya, YH harus segera sadar bahwa itu hanya pikiran irasional yang membuatnya terjerumus kepada kehidupan yang seharusnya YH tidak ada di dalam kehidupan pikiran irasionalnya itu.⁵⁶

B. Hasil Penerapan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Remaja yang Menggemari Tempat Hiburan Malam

Dalam pelaksanaan konseling dilakukan *face to face* antara peneliti dengan responden, terkait berbagai hal tentang masalah yang dialami responden. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien, masalah tersebut bisa meluas meliputi berbagai sisi menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pemetasan masalah.

Dari hasil analisis terhadap 5 responden, dengan menggunakan teori *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan memfasilitasi responden mencapai tingkat perkembangan yang

⁵⁶ YH, Responden di Cafe, wawancara dengan peneliti, tanggal 13 Februari 2021

optimal, pengembangan perilaku yang efektif, pengembangan lingkungan dan peningkatan fungsi atau manfaat individu dalam lingkungannya. Selain itu responden juga diajarkan untuk mengembangkan, merubah dan memperbaiki perilaku negatifnya. Hal ini sangat penting bagi ke 5 responden agar dapat memunculkan perilaku yang tepat dalam menghadapi permasalahan.

Adapun perubahan perilaku setelah kegiatan konseling pada responden adalah sebagai berikut:

1. Responden HR

- a. Perubahan Pikiran

Setelah melakukan kegiatan konseling ini pola pikir HR mulai berubah ke arah positif, HR pun mulai berpikir kegiatan yang selama ini dia lakukan hanyalah buang-buang waktu dan uang dari hasil kerjanya. HR ingin berubah dan ingin menabung untuk masa depan, karena HR sekarang mempunyai pacar yang ingin dibawa ke arah serius.

b. Perubahan Perilaku

Setelah melakukan konseling HR sudah mulai sedikit demi sedikit mengurangi kegiatannya yang sering ke tempat hiburan malam dan sekarang sudah mulai menolak ajakan temannya untuk ke tempat hiburan malam. Walaupun tidak bisa langsung berhenti akan tetapi ada usaha dari HR untuk berubah ke arah lebih baik.

2. Responden FN

a. Perubahan Pikiran

Setelah melakukan konseling FN mulai berubah dan ingin berhenti ke tempat tersebut, karena FN mulai berfikir untuk mendapatkan pekerjaan di jaman sekarang sangatlah susah apalagi sedang pandemi seperti sekarang ini. FN tidak ingin membuang-buang hasil kerjanya untuk ke arah negatif seperti pergi ke tempat hiburan malam.

b. Perubahan Perilaku

Setelah melakukan konseling FN berjanji kepada dirinya sendiri sudah tidak ingin lagi ke tempat

tersebut, disamping membuatnya menghabiskan uang dari hasil dia kerja, yang dia paling takutkan FN takut kelak adiknya melakukan hal yang sama seperti FN ketempat hiburan malam ketika sudah dewasa nanti.

3. Responden WG

a. Perubahan pikiran

Setelah melakukan konseling WG mulai berpikir ingin mengurangi pergi tempat hiburan malam

b. Perubahan perilaku

Setelah melakukan konseling kepada WG sudah mulai mengurangi pergi ke tempat hiburan malam, sekarang WG memiliki usaha angkringan dengan temanya, itu dilakukan WG karena WG sudah mulai ingin menyibukan dirinya dengan bisnis yang dia dan temannya punya.

4. Responden AA

a. Perubahan Pikiran

Setelah melakukan konseling kepada AA hasilnya mulai mengurangi kegiatannya ke tempat hiburan malam, karena AA berfikir ke tempat hiburan malam

hayalah kegiatan yang bisa merusak masa depannya, karena banyak studinya yang tertinggal karena seringnya ke tempat hiburan malam.

b. Perubahan Perilaku

Dan untuk mengurangi dan mengalihkan kegiatannya ke tempat hiburan malam, AA memilih banyak mengikuti kegiatan futsal rutin malam hari dengan teman-temannya. Karena dengan memperbanyak kegiatan positif AA bisa mengurangi kegiatannya yang dulu hampir rutin ke tempat hiburan malam.

5. Responden YH

Perubahan yang terjadi pada YH tidak begitu signifikan akan tetapi sekarang sudah mulai sedikit demi sedikit mulai merubah prilakunya untuk mengurangi pergi ke tempat hiburan malam. Menurut temanya yang memberi tahu kepada peneliti YH sekarang sedang mencari pekerjaan dan sudah mengurangi pergi ke tempat hiburan malam.

Tabel 4.1
Hasil Penerapan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)
Remaja yang Menggemari Tempat Hiburan Malam

NO.	REPONDEN	PERILAKU	
		Sebelum Konseling	Sesudah Konseling
1.	HR	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Masuk tempat huran malam bisa 1-2 kali dalam seminggu. ✓ Sering berhubungan intim dengan perempuan malam. ✓ Minum-minuman beralkohol 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sudah mulai menjauhi kegiatan yang selama ini dia lakukan. ✓ Menabung untuk masa depan, karena sekarang HR sudah mempunyai perempuan yang ingin dia seriusi
2.	FN	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sering nongrkong denagn teman-teman yang mengajknnya ke tempat hiburan malam. ✓ Masuk tempat hiburan malam setiap seminggu sekali ✓ Merasa sudah punya uang sendiri dari hasil kerja di pabrik menjadikan FN 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tidak ingin ke tempat hiburan malam lagi, karena dia berpikir hanya membuang-buang uang dari hasil kerjanya.

		leluasa ke tempat hiburan malam.	
3.	WG	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sering minum-minuman beralkohol ✓ Sudah menjadikan tempat hiburan malam menjadi tempat untuk melupakan masalah hidup yang WG alami. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mulai mengurangi kegiatannya ke tempat hiburan malam, dan sekarang membuka usaha sendiri dengan temanya yaitu angkringan.
4.	AA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sering berganti-ganti pasangan dalam berhubungan seks ✓ Membohongi orang tua agar mendapat uang yang lebih 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sudah mulai mengurangi kegiatannya ke tempat hiburan malam, karena AA berpikir kegiatan yang selama ini hanya merusak studinya hingga akhirnya banyak yang tertinggal, sekarang pun AA mengalihkan kegiatannya ke yang lebih

			positif yaitu bermain futsal rutin setiap malam dengan teman-temannya.
5.	YH	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Setiap malam minggu pergi ke tempat hiburan malam ✓ Dalam sebulan bisa 3-4 masuk tempat hiburan malam 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Setelah dilakukannya konseling kepada YH sudah mulai sedikit-demi sedikit mulai mengalami perubahan untuk tidak pergi ke tempat hiburan malam