BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan fase di mana anak mengalami percepatan perkembangan yang signifikan. Pada tahap ini, emosi cenderung mudah berubah, sehingga menjadi peluang sekaligus tantangan yang memerlukan perhatian dari berbagai pihak, khususnya orang tua dan pendidik. Perasaan positif seperti bahagia, kasih sayang, dan kegembiraan dapat memicu perilaku yang membangun serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Sebaliknya, emosi negatif seperti kemarahan, kekecewaan, ketakutan, kecemasan, dan kebencian dapat memicu berbagai masalah bagi remaja sehingga bisa menghambat perkembangan mereka (Azmi, 2015). Perkembangan remaja ditandai dengan berbagai perilaku, baik perilaku positif maupun negatif. Hal ini terjadi karena remaja berada pada masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada fase tersebut, mereka kerap memperlihatkan perilaku menentang, rasa gelisah, serta emosi yang kurang stabil. Namun, perkembangan perilaku ini sangat dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan sekitar mereka (Sarwono, 2019).

Lingkungan sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian anak. Masa remaja merupakan masa rentan bagi anak dalam pembentukan karakternya, sehingga peran orang tua sangatlah bermanfaat dan dibutuhkan dalam hal ini. (Pradana, dkk 2021). Salah satu faktor yang memengaruhi perkembangan anak adalah lingkungan sekolah. Sekolah memiliki peran penting dalam membentuk karakteranak. Sekolah juga menjadi tempat yang efektif untuk mengembangkan sifat-sifat anak seperti kejujuran, religiusitas, cinta yang tulus, dan rasa nasionalisme. Hal ini dikarenakan pendidikan di sekolah melibatkan berbagai aspek yang saling berinteraksi, sehingga mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan anak secara keseluruhan (Irhamna & Purnama, 2022).

Sekolah adalah lingkungan sosial kedua bagi anak setelah keluarganya. Di sana anak belajar berinteraksi dengan guru yang berperan sebagai agen perubahan dan juga dengan teman-teman sebaya. Keduanya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku anak (Zahroh & Na'imah, 2020).

Menurut teori Hurlock (2024) Proses perkembangan remaja mencakup pencapaian kemandirian emosional, yang mengharuskan remaja untuk dapat mengekspresikan dan mengendalikan emosi mereka secara tepat. Kemampuan mengenali serta mengendalikan emosi yang timbul memungkinkan individu untuk menghadapi berbagai tantangan hidup dengan lebih efektif. Pengelolaan emosi bertujuan untuk menjaga keseimbangan, sehingga perilaku yang dihasilkan bersifat adaptif dan konstruktif.(Viii, dkk 2024). Berdasarkan teori Hurlock, remaja perlu mengasah kemampuan untuk mengenali, memahami, serta mengendalikan emosi mereka dengan cara yangefektif. Hal ini penting agar mereka dapat menghadapi berbagai tantangan kehidupan dengan sikap yang lebih matang dan adaptif. Dengan kemandirian emosional, remaja mampu mengontrol reaksi emosional mereka terhadap situasi yang sulit, menghindari perilaku impulsif, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif.

Saat ini, banyak anak yang masih merasa cemas dan takut akan penghinaan sosial di lingkungan mereka. Karena itu, wajar dan tidak heran jika mereka merasa terdorong untuk bersikap dan berpenampilan mirip dengan teman-teman sebayanya, bahkan jika hal itu merugikan diri sendiri. Tujuannya adalah agar mereka tidak diasingkanteman-temannya. Banyak remaja percaya bahwa jika mereka berpenampilan dan berperilaku seperti teman sebayanya maka mereka mempunyai peluang untuk diterima dalam kelompok tersebut (Sartika & Yandri, 2019). Saat berinteraksi dengan teman sebaya, individu sering kali menghindari konflik dan lebih memilih untuk tetap di zona nyaman. Konformitas menjadi strategi bagi individu untuk menjaga diri dan mendapatkan penerimaan dalam kelompok tersebut (Meilani & Tobing, 2023).

Konformitas merupakan perubahan perilaku pada remaja yang bertujuan menyesuaikan diri dengan norma kelompok, baik melalui tekanan langsung maupun tanpa adanya tekanan tersebut. Walaupun tidak terdapat tuntutan tertulis dari kelompok sebaya, pengaruh yang diberikan tetap kuat dan mampu mendorong timbulnya perilaku tertentu di kalangan remaja dalam kelompok tersebut (Safri Mardison, 2016). Konformitas negatif dapat berdampak buruk dalam berbagai aspek, seperti mengurangi kreativitas karena individu merasa tertekan untuk mengikuti norma kelompok, yang menghambat ide-ide baru. Selain itu, dalam

usaha untuk menyesuaikan diri, individu mungkin mengabaikan logika, yang berpotensi menyebabkan pengambilan keputusan yang buruk. Keterikatan yang berlebihan pada kelompok juga dapat mengakibatkan kehilangan identitas pribadi dan nilai-nilai diri. Tekanan untuk diterima sering kali menimbulkan stres dan kecemasan, terutama jika norma yang ada tidak sesuai dengan keinginan individu. Lebih lanjut, konformitas negatif dapat memperkuat perilaku buruk di dalam kelompok, seperti *bullying*, serta menyebabkan individu yang menolak norma merasa terasing dari teman-temannya. Semua dampak ini menekankan pentingnya kesadaran akan pengaruh kelompok dan upaya untuk tetap setia pada diri sendiri (Meilani & Tobing, 2023).

Seperti kasus yang telah terjadi di MTs Islamiyah Temayang, banyak siswa yang berperilaku konformitas negatif. Hal tersebut dilakukan supaya individu tersebut diterima dilingkungannya, supaya tidak di *bully* dan dikucilkan. Alasan lain siswa berperilaku konformitas negatif adalah karena individu tersebut tidak berani untuk menolak ajakan dari temannya, atau tidak enak untuk menolak. Adapun perilaku konformitas negatif yang dilakukan siswa yaitu membolos bersama, merokok, datang terlambat, tidak mengerjakan tugas, sering mencontek, berpakaian kurang rapi dan tidur dikelas saat ada jam pelajaran. Guru di MTs Islamiyah Temayang sudah menegur setiap harinya, bahkan sudah panggilan orang tua juga namun perilaku tersebut masih saja dilakukan oleh beberapa siswa disana.

Konformitas teman sebaya merupakan kecenderungan individu untuk mengikuti atau mengadopsi pandangan, nilai, perilaku, minat, maupun keinginan yang berlaku dalam kelompok teman sebayanya. Kelompok ini terdiri dari anak-anak yang memiliki minat, nilai, dan karakteristik kepribadian yang sama. Kesamaan tersebut sangat penting dalam membangun hubungan interpersonal antara anak-anak dengan teman-teman sebayanya (Parawansa & Nasution, 2022). Dampak negatif dari konformitas teman sebaya mencakup perilaku seperti merokok, *bullying*, membolos, menyontek, serta aktivitas seksual pranikah, baik dari segi intensitas maupun perilaku itu sendiri. Selain itu, konformitas ini juga berkaitan dengan gaya hidup yang hedonis, serta perilaku konsumtif. Konformitas teman sebaya menunjukkan hubungan negatif dengan asertivitas, kenakalan remaja, dan perilaku agresif (Meilani & Tobing, 2023).

Perilaku konformitas negatif sudah selayaknya dicegah, melihat banyak siswa yang kurang mendapatkan pemahaman mengenai dampak dan pengaruh dari konformitas negatif. Dengan demikian, peran guru Bimbingan dan Konseling di sekolah menjadi sangat krusial dalam membantu siswa mendapatkan pemahaman melalui beragam layanan konseling. Di antara layanan tersebut, konseling kelompok menonjol sebagai metode yang efektif untuk memberikan wawasan dan pengetahuan yang membantu mengendalikan perilaku dalam situasi kelompok serta memfasilitasi penemuan perspektif baru.

Menurut Carl Rogers (2017), konseling kelompok adalah suatu proses di mana individu saling berbagi pengalaman dan perasaan dalam lingkungan yang aman serta penuh dukungan.. Ia menekankan bahwa penting untuk menciptakan lingkungan yang penuh empati, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian, agar anggota kelompok merasa nyaman untuk berbicara terbuka (Lumongga, 2017). Temuan ini sejalan dengan penelitian Septiani (2023) yang mengungkapkan bahwa layanan konseling kelompok memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perubahan perilaku konformitas pada siswa. Siswa mulai menunjukkan upaya untuk mengurangi perilaku konformitas negatif dalam kelompoknya ke arah yang lebih positif. Hal tersebut menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok mempunyai peran penting dalam menurunkan konformitas negatif pada siswa (Riska, 2023).

Layanan konseling kelompok sangat bermanfaat dalam membantu siswa mengatasi masalah pribadi. Setelah mengikuti proses konseling, siswa dapat berkomunikasi dengan lebih baik lagi dan lancar, mengendalikan diri, dan membina persahabatan dengan baik. Dari segi sosial, siswa juga mampu berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan mereka. Dari bidang belajar, mereka dapat menyelesaikan tugas dengan baik, termotivasi untuk belajar, dan memahami metode belajar yang efektif (Fitri & Marjohan, 2016).

Konseling kelompok memiliki tujuan utama yaitu untuk menciptakan suasana saling membantu antar individu, yang mana dapat mengembangkan wawasan setiap anggota untuk mencapai penyesuaian diri yang lebih sehat. Selain itu, konseling ini juga dapat fokus pada masalah perkembangan, pengambilan keputusan, nilai-nilai, dan sikap yang bersifat pencegahan serta penyembuhan. Konseling kelompok dapat bersifat preventif maupun remedial. Secara garis besar,

tujuan layanan konseling kelompok adalah meningkatkan keterampilan bersosialisasi, khususnya dalam aspek komunikasi (Sahara & Isro'i, 2020). Untuk memperoleh hasil yang lebih maksimal, penelitian ini mengadopsi pendekatan behavioral dengan menggunakan teknik *assertive training*.

Tujuan utama konseling behavioral adalah membantu individu menjalani hidup tanpa perilaku yang bersifat simptomatik, yaitu tindakan yang dapat menimbulkan kesulitan, ketidakpuasan jangka panjang, atau konflik sosial. Konseling ini secara khusus berfokus pada mengubah perilaku yang tidak sesuai dengan memperkuat perilaku positif, menghilangkan perilaku negatif, serta membimbing individu menuju pola perilaku yang lebih tepat dan adaptif (Sulistiyono, 2022). Teknik *assertive training* sangat sesuai digunakan dalam konseling behavioral karena pendekatan ini menekankan perubahan perilaku secara langsung melalui pembelajaran keterampilan tertentu. Teknik ini bertujuan untuk membantu individu meningkatkan kemampuan berkomunikasi secara tegas dan efektif, sejalan dengan prinsip konseling behavioral yang menitikberatkan pada penguatan perilaku positif serta penghilangan perilaku yang kurang adaptif. Selain itu, assertive training memberikan penguatan positif ketika individu berhasil menerapkan keterampilan tersebut, sehingga mendukung keberlanjutan perubahan perilaku.

Dari hasil obeservasi yang dilaksanakan peneliti di MTS Islamiyah Temayang dan melakukan wawancara kepada ibu Siti Sholikah yaitu selaku Guru Bimbingan dan Konseling di MTs Islamiyah Temayang pada hari Senin 30 September 2024, banyak sekali kasus siswa yang terjadi di sekolah tersebut. Ibu Likah menjelaskan ada beberapa masalah yang terjadi di MTs ini, seperti ada siswa yang sering membolos, merokok, datang terlambat, tidur saat jam pelajaran, sering mencontek dan ada juga siswa yang *broken home*. Ibu Likah juga menjelaskan kasus yang sering terjadi yaitu banyak siswa yang terbawa arus oleh temannya atau lingkungannya, banyak siswa yang merubah perilakunya hanya untuk supaya diterima oleh kelompoknya atau bisa disebut perilaku konformitas. Banyak siswa yang sering berperilaku negatif karena ajakan dari temannya, seperti membolos bersama, merokok dan berpakaian kurang rapi. Mereka tidak berani menolak karena takut nanti jika dikucilkan atau tidak ditemani. Dari beberapa kasus yang

sudah dijelaskan oleh ibu Likah peneliti lebih tertarik untuk membahas terkait dengan kasus konformitas negatif pada siswa di MTS Islamiyah Temayang, karena konformitas negatif saat ini sering kali terjadi bahkan sudah dijadikan hal yang biasa saja.

Beberapa siswa di sekolah tersebut kerap menunjukkan perilaku konformitas negatif seperti mengikuti cara berpakaian kelompoknya, mengikuti bahasa berbicara, kebiasaan mencontek, bahkan sering membolos bersama dengan alasan hanya karena bosan dan mumpung ada kesempatan untuk membolos karena ada jam kosong dan karena diajak teman. Sampai konselor di sekolah tersebut sudah pasrah dan bingung menggunakan cara yang seperti apa lagi supaya bisa merubah perilaku seperti itu kepada mereka, konselor sudah menggunakan semua cara sampai *home visit* dan lain-lain namun tetap saja kebiasaan buruk mereka selalu diulangi, yang tadinya tidak ikut melakukan akhirnya jadi ikut melakukan juga karena pengaruh dari temannya.

Guru Bimbingan dan Konseling di MTs Islamiyah Temayang menambahkan bahwa beliau sudah selalu berusaha untuk merubah perilaku siswa-siswi tersebut, sudah melakukan proses konseling individu berkali-kali, sudah melakukan bimbingan kelompok bahkan sudah sering melakukan *home visit* dan meminta bantuan juga kepada orang tua individu tersebut agar membantu merubah sikap buruknya, namun sampai detik ini konselor belum berhasil, siswa tersebut masih sering melakukan hal buruknya disekolah. Padahal, guru Bimbingan dan Konseling telah berulang kali memberikan pemahaman kepada siswa tersebut bahwa perilaku tersebut tidak baik dan, jika terus dilakukan, akan berdampak buruk bagi dirinya. Namun siswa tersebut tidak menghiraukan dan tetap bersikap acuh.

Dalam konteks ini, peneliti bertujuan untuk mengkaji secara mendalam masalah konformitas negatif yang dialami oleh siswa di Mts Islamiyah Temayang dengan menerapkan konseling kelompok menggunakan teknik assertive training. Oleh karena itu, penelitian ini berjudul "keefektifan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif siswa Mts Islamiyah Temayang".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah peneliti jabarkan di atas, maka yang menjadi fokus penelitian adalah:

Bagaimana keefektifan penerapan konseling kelompok dengan pendekatan behavioral menggunakan teknik *assertive training* dalam mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa MTs Islamiyah Temayang?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif konseling kelompok dengan pendekatan behavioral menggunakan teknik *assertive training* dalam mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa MTs Islamiyah Temayang.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat sebuah penelitian mencakup kontribusi yang diperoleh setelah penelitian selesai dilakukan. Kegunaan penelitian meliputi manfaat secara teoritis dan praktis, yang bermanfaat bagi peneliti, institusi terkait, serta masyarakat secara luas. Berikut dijelaskan manfaat berdasarkan teoritis dan praktis :

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pembaca mengenai metode-metode dalam mengurangi perilaku konformitas negatif, khususnya melalui konseling kelompok yang dipadukan dengan teknik *assertive training.*

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa

   Penelitian ini dapat membantu siswa mengetahui dampak dari perilaku konformitas negatif, menyadarkan dan membantu untuk mengurangi perilaku tersebut. Melalui layanan konseling kelompok ini, siswa dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan praktis untuk menghadapi rasa takut, menolak ajakan teman jika tidak sejalan, takut berpendapat dan perasaan tertekan.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

   Dapat memberikan solusi bagi permasalahan konformitas negatif yang dialami siswa melalui pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training.* Melalui layanan konseling kelompok yang menggunakan pendekatan

behavioral dan teknik assertive training, guru BK dapat lebih mudah memahami serta menerapkan metode yang efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif, sehingga mereka dapat memberikan bimbingan yang lebih tepat sasaran.

3. Kepala Sekolah

Kepala sekolahdapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk mendukung guru bimbingan konseling dalam memberikan layanan, terutama layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavioral menggunakan teknik assertive training, guna mengatasi masalah perilaku konformitas negatif pada siswa.

4. Bagi Peneliti

Memperoleh pengalaman langsung dalam mengaplikasikan teori ke dalam praktik di lapangan. Penelitian ini mampu memberikan kontribusi berupa wawasan, pemahaman, serta pengalaman praktis yang berharga mengenai penerapan teknik assertive training sebagai strategi untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja. Selain itu, peneliti dapat memperoleh gambaran nyata kondisi di lapangan. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan acuan atau referensi bagi penelitian selanjutnya yang relevan dengan bidang ini.

1.5 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, untuk menentukan ruang lingkup penelitian maka diperlukan pembatasan penelitian. Adanya pembatasan penelitian lebih fokus, efektif, efisien dan terarah. Batasan penelitian meliputi :

1. Penelitian ini hanya dilakukan di MTs Islamiyah Temayang, sehingga fokus peneliti adalah siswa di sekolah ini. Sehingga hasil penelitian mungkin tidak dapat digenerlisasikan di sekolah lain.
2. Sebagian siswa yang mengalami kasus serupa menjadi subjek penelitian, seperti mengikuti perilaku menyimpang teman sebaya, tekanan kelompok, atau pengaruh lingkungan sosial yang kurang positif.
3. Fokus utama penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif intervensi yang diberikan dalam menurunkan tingkat perilaku konformitas negatif pada siswa. Intervensi tersebut berupa layanan konseling kelompok. Penelitian ini mengamati perubahan perilaku konformitas negatif sebelum

dan setelah perlakuan diberikan., sehingga desain penelitian yang digunakan bersifat kuantitatif dengan pendekatan *pretest* dan *posttest.*

1.6 Asumsi

Penelitian ini berlandaskan asumsi bahwa konseling kelompok dengan pendekatan behavioral yang dikombinasikan dengan teknik assertive training efektif dalam menurunkan perilaku konformitas negatif pada siswa. Asumsi tersebut didasari oleh pemahaman bahwa pendekatan behavioral menitikberatkan pada perubahan perilaku melalui proses pembelajaran dan penguatan positif, sedangkan teknik assertive training bertujuan mengembangkan keterampilan asertif siswa agar mereka lebih mampu menolak pengaruh sosial yang negatif.

Dengan adanya intervensi melalui konseling kelompok, siswa diharapkan dapat mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih tegas, meningkatkan rasa percaya diri, dan memiliki ketegasan dalam mempertahankan pendapat atau keputusan yang benar tanpa terpengaruh oleh tekanan sosial yang merugikan. Dengan diberikan pelatihan asertif dalam suasana konseling kelompok, siswa akan mendapatkan pengalaman belajar yang lebih baik dalam menghadapi tekanan sosial, sehingga mereka mampu mengurangi kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku konformitas negatif.

UNUGIRI