



BIMBINGAN KONSELING MELALUI PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL TERAPI DALAM MENGATASI PERILAKU KENAKALAN DI PONDOK PESANTREN

Indifatul Anikoh[✉]

Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

email: Aniindi655@gmail.com,

Abstrak

Remaja merupakan generasi penerus bangsa. Akan tetapi akhir-akhir ini semakin marak fenomena tentang kenakalan remaja yang terjadi, tidak hanya di perkotaan akan tetapi juga terjadi di pedesaan. Kenakalan remaja merupakan perilaku yang menyimpang dari norma sosial, norma agama dan ketentaan yang berlaku dalam masyarakat. Salah satu bentuk kenakalan remaja adalah pelanggaran tata tertib yang dilakukan oleh para remaja, salah satunya di lembaga pendidikan pondok pesantren. Peran konseling diharapkan dapat membantu menanggulangi fenomena kenakalan remaja yang semakin marak terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran konseling dalam menanggulangi kenakalan remaja. Dengan menggunakan metode penelitian kepustakaan. Metode pengumpulan data dengan membaca buku, artikel, serta jurnal. Bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan terapi rasional emotif behaviour dirasa efektif dalam mengatasi kenakalan remaja berupa pelanggaran tata tertib yang terjadi di pondok pesantren. Dalam pemberian terapi, konselor membantu klien secara teliti, menyeluruh serta focus dalam perubahan tingkah laku dan pola pikir pada santri pelaku kenakalan remaja.

Kata Kunci: *Kenakalan remaja, Remaja, Pendekatan Rational Emotive Behavioral Therapy.*

Abstract

Teenagers are the next generation of the nation. However, Recently, the phenomenon of juvenile delinquency has become increasingly widespread, not only in urban areas but also in rural areas. Juvenile delinquency is behavior that deviates from social norms, religious norms and regulations that apply in society. One form of juvenile delinquency is a violation of the rules committed by teenagers, one of which is in Islamic boarding schools. The role of counseling is expected to help overcome the phenomenon of juvenile delinquency which is increasingly happening. This study aims to determine the role of counseling in tackling juvenile delinquency. By using library research methods. Methods of collecting data by reading books, articles, and journals. Guidance and counseling by using rational emotif behaviour therapy approach is effective to give juvenile delinquency solution like indisciplinary case in Islamic boarding schools. Counselor helps a counselee detaility, holistic and focus In the process of giving therapy to change behaviour and mindset of santri that do juvenil delinquency.

Keywords: *Juvenile Delinquency, Teenagers, Rational Emotive Behavioral Therapy Approach*

PENDAHULUAN

Permasalahan remaja merupakan suatu hal yang tidak ada habisnya untuk dibahas. Banyak berita tentang remaja tersebar di beragam media, baik itu positif maupun negatif. Hal tersebut

sangatlah berpengaruh kepada dirinya sendiri maupun terhadap masyarakat pada umumnya. Secara kognitif pada masa remaja mengalami kematangannya itu interaksi dari susunan otak yang telah sempurna dan lingkungan sosial yang semakin luas memungkinkan remaja untuk berpikir abstrak. Pada masa remaja inilah berkembang sifat, sikap, dan perilaku yang selalu ingin tahu, merasakan dan ingin mencoba hal-hal baru (Diananda 2018).

Pada masa remaja seorang manusia akan memulai membangun jati diri mereka, memiliki kehendak mandiri, memiliki prinsip dan mengembangkan kapasitasnya. Di masa ini para remaja akan mulai bergaul dengan kawan seusianya maupun dengan lingkungan sekitarnya, dengan kehendak mandiri dan pergaulan yang semakin dinamis, menyebabkan remaja cenderung mudah terpengaruh lingkungan pergaulan tersebut. Apabila lingkungan pergaulan mereka positif, maka mereka akan berkembang positif, sebaliknya apabila pergaulan negative maka mereka akan berkembang negatif pula (Syahraeni 2020).

Dewasa ini kenakalan remaja semakin dirasakan masyarakat baik di pedesaan maupun di kota-kota besar (Tjukup et al. 2020). Tidak bisa disangkal bahwa kenakalan remaja akan terus ada dan membumbui kehidupan masyarakat. Semakin majunya kehidupan, maka semakin beragam dan kompleks pula bentuk kenakalan remaja. Pada umumnya perilaku kenakalan remaja diartikan sebagai bentuk perilaku yang melanggar norma-norma yang hidup di tengah masyarakat. Kenakalan remaja atau bisa disebut ‘Juvenile Delinquency’ merupakan perilaku jahat, atau kejahatan/kenakalan anak-anak muda yang merupakan indikasi sakit (patologis) secara sosial pada anak-anak dan remaja yang disebabkan karena satu wujud pengabaian sosial, sehingga mereka itu mengembangkan bentuk tingkah-laku yang menyimpang (Kartini Kartono, 2014:6).

Kenakalan remaja merupakan perilaku menyimpang yang dilakukan oleh anak remaja serta perbuatan yang melanggar hukum, yang di dalamnya terdapat perilaku anti sosial, anti susial dan tindakan melanggar hukum dan melakukan perbuatan yang tidak sesuai dengan norma agama, yang apabila dilakukan oleh orang yang sudah dewasa, perilaku kenakalan akan disebut dengan tindakan kejahatan (Mumtahanah 2015). Kenakalan remaja tidak hanya terjadi di lingkungan masyarakat. Akan tetapi, di lingkungan pendidikan juga terdapat kenakalan remaja, yang salah satunya terjadi di lembaga pendidikan pondok pesantren.

Hawari mengungkapkan Kenakalan remaja seringkali merupakan gambaran dari kepribadian anti sosial atau gangguan tingkah laku remaja, yang ditandai dengan kriteria gejala-gejala sebagai berikut: sering membolos, terlibat kenakalan remaja anak-anak / remaja, dikeluarkan atau diskors dari sekolah karena berkelakuan buruk, seringkali lari dari rumah dan bermalam di luar

rumahnya, selalu berbohong, berulang-ulang melakukan hubungan seks, seringkali mabuk atau menyalahgunakan narkoba dan zat adiktif lainnya, seringkali mencuri, seringkali merusak barang milik orang lain, prestasi di sekolah yang jauh di bawah taraf kemampuan kecerdasan (IQ) sehingga berakibat tidak naik kelas, seringkali melawan otoritas yang lebih tinggi seperti melawan guru atau orang tua, dan seringkali memulai perkelahian (Budiyono 2013).

Kenakalan yang dilakukan oleh para remaja merupakan perilaku yang menyimpang dari norma yang berlaku di lingkungan masyarakat. Perilaku kenakalan tersebut tidaklah serta merta timbul dengan sendirinya, banyak faktor yang mendasari seorang remaja melakukan kenakalan. Perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja menunjukkan bahwa remaja tidak mampu mengembangkan ketrampilannya di lingkungan masyarakat untuk memperoleh perhatian serta status yang positif, hingga berakibat pada perilaku yang ditunjukkan oleh remaja berupa perbuatan yang menyimpang dari aturan atau norma yang berlaku di lingkungan masyarakat (Dwi 2021). Pada umumnya penyebab kenakalan remaja di latar belakang oleh beberapa faktor, yang antara lain adalah faktor keluarga, faktor sekolah, serta faktor masyarakat (Mumtahanah 2015). Penelitian (Unayah and Sabarisman 2016) mengungkapkan bahwasannya terjadinya penyimpangan pada remaja disebabkan oleh 2 faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari diri remaja sendiri, yaitu control diri yang lemah dan krisis identitas dalam diri remaja tersebut. Sedangkan, faktor eksternal berasal dari lingkungan keluarga, masyarakat, atau lingkungan sosial yang kurang kondusif, selain itu pengaruh dari teman sebaya yang diperparah dengan minimnya pengawasan dari pihak lembaga baik sekolah maupun kepolisian dalam menanggulangi serta menindak pelaku kriminalitas di kalangan remaja.

Bentuk-bentuk kenakalan yang dilakukan oleh remaja memiliki beberapa tingkatan, dari tingkat ringan hingga yang menjurus kehal yang berbau kriminal. Menurut Zakiah Daradjat yang dikutip oleh (Mumtahanah 2015), jenis kenakalan yang dilakukan oleh remaja dibagi menjadi 3 jenis yaitu, kenakalan ringan, kenakalan yang mengganggu ketentraman serta keamanan orang lain, dan kenakalan seksuil. Salah satu bentuk kenakalan ringan yang dilakukan oleh para remaja adalah melanggar tata tertib. Pelanggaran merupakan tingkah laku menyimpang yang dilakukan atas kehendak pribadi tanpa memperhatikan tata tertib yang telah ada. Sedangkan, apabila pelanggaran terjadi hal tersebut menunjukkan bahwa tata tertib tidak terlaksana secara tetap atau sesuai, hal itu akan dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya kenakalan pada siswa, baik di luar maupun di dalam lingkungan sekolah (Huda and Yani 2015). Pada dasarnya peraturan dibentuk agar dapat membentuk kedisiplinan sedari dini kepada para remaja (Anam and Suharningsih 2014). Rachman mengungkapkan bahwa disiplin sebagai cara mengendalikan diri serta sikap mental individu atau

masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya.

Pada dasarnya bimbingan dan konseling memiliki arti yang saling berkaitan. Bimbingan merupakan “helping” yang artinya bantuan yang diberikan kepada seseorang tanpa ada paksaan. Sedangkan konseling sendiri merupakan upaya bantuan yang diberikan seorang konselor yang terlatih dan berpengalaman, terhadap seorang klien yang membutuhkannya, agar klien tersebut mampu mengatasi masalahnya dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah. Bimbingan konseling sangat dibutuhkan tidak hanya dalam ranah Pendidikan akan tetapi dalam kehidupan bermasyarakat, dikarenakan persoalan-persoalan sosial yang timbul semakin kompleks. Semakin maju suatu masyarakat akan semakin kompleks pulalah masalah yang dihadapi, maka diperlukan bimbingan dan konseling untuk membantu permasalahan yang timbul salah satunya yaitu kenakalan remaja (Sumara, Humaedi, and Santoso 2017).

Bimbingan dan konseling mampu dilakukan menggunakan berbagai pendekatan, yang salah satunya merupakan Rational Emotive Behavior Therapy atau REBT (Komalasari, Wahyuni, dan Karsih 2014, 22). Konseling dan psikoterapi menggunakan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy atau REBT ini diciptakan oleh Albert Ellis pada tahun 1955 (Erford 2017, 269). Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) merupakan pendekatan behaviour kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkahlaku, dan pikiran (Corey 2013, 238). Pendekatan REBT memandang manusia pada dasarnya sebagai individu unik dan memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irasional (Corey and Koswara 2013). Corey menjelaskan macam-macam individu yang ditangani dengan pendekatan REBT mencakup individu yang mengalami kecemasan yang moderat, yang mengalami gangguan-gangguan karakter, para remaja nakal, dan para criminal dewasa. Dalam REBT, individu yang mengalami permasalahan diminta untuk menantang pikiran irasionalnya (Kohar and Mujahid 2017).

Oleh karena itu, salah satu cara membantu mengatasi masalah kenakalan remaja adalah dengan menggunakan bimbingan konseling melalui pendekatan rational emotive behavior terapi. Peran bimbingan konseling melalui rational emotive behaviour terapi diharapkan dapat membantu menyelesaikan permasalahan kenakalan remaja di lingkungan pondok pesantren.

METODE

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (library research), penelitian kepustakaan merupakan jenis penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan data penelitian dari beberapa literature terkait tema penelitian serta menjadikan tulisan atau teks sebagai bahan utama

analisisnya (Pringgar and Sujatmiko 2020). Sumber data pada penelitian ini dari buku dan beberapa jurnal terkait, yang membahas tentang Pendekatan Rational Emotive Therapy Dalam Mengatasi Perilaku Kenakalan Di Pondok Pesantren. Penelitian ini bersifat deskriptif-kualitatif yaitu metode penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan secara utuh dan menyeluruh tentang realitas sosial dan berbagai fenomena yang terjadi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku Kenakalan Remaja

Istilah *Adolescence* atau remaja berasal dari kata latin “*adolescere*” yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Menurut Prayitno dalam (Muawanah 2012). *Adolescence* adalah suatu peralihan diantara masa kanak-kanak ke masa dewasa. Dimana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan di segala bidang. Mereka bukanlah lagi anak-anak, baik bentuk tubuh, perilaku, cara berfikir, maupun bertindak. Tetapi bukan berarti mereka sudah dewasa. Secara psikologis masa remaja adalah masa dimana remaja mulai berintegrasi dengan masyarakat dewasa. Integrasi dengan masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber, termasuk juga perubahan intelektual yang khas dari cara berpikir remaja memungkinkan untuk integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang merupakan ciri khas umum periode perkembangan (Muawanah 2012).

Dalam proses pembentukan karakter pada remaja, pendidikan perlu menerapkan nilai-nilai kedisiplinan yang pasti sebagai sosial kontrol yang diharapkan, sebagai bentuk upaya pencegahan serta penanggulangan perilaku menyimpang terhadap remaja (Kahiruddin 2020). Untuk mencapai ketertiban serta ketentraman dalam bermasyarakat perlu adanya tata tertib, norma-norma, serta sopan santun, diperlukan di dalam masyarakat (Kahiruddin 2020). Dalam pembentukan serta pembinaan kedisiplinan, pesantren sebagai lembaga pendidikan seharusnya dapat menjadi lembaga yang ideal dalam menerapkan kedisiplinan, akan tetapi keidealan Lembaga pesantren dalam mewujudkan kedisiplinan tersebut, berbeda dengan realita yang berada dilapangan, hal ini dikarenakan masih banyak santri yang melakukan pelanggaran tata tertib.

Penelitian yang dilakukan oleh (Mutoharoh and Jacky 2017) mengungkapkan bahwa santri melakukan pelanggaran tata tertib karena adanya kondisi objektif santri remaja berupa status sosial, alasan mondok, latar belakang pendidikan, kondisi orang tua, kultur. Selanjutnya, pola pendisiplinan santri yang dilakukan oleh pondok antara lain. Otoritas, nilai moral, kultur, hukuman, pembeda sangsi. dampak yang ditimbulkan dari pelanggaran yang dilakukan oleh santri dibagi menjadi dua yaitu untuk Pondok diantaranya peraturan semakin ketat, mencemarkan nama pondok

dan santri sendiri mendapatkan sangsi, labelling anak nakal, kepuasan pribadi, bahan perbincangan orang lain.

Penelitian yang dilakukan (Anam and Suharningsih 2014) mengungkapkan bahwa model pembinaan disiplin santri oleh pondok pesantren Darul fiqhi Lamongan dilakukan dengan cara: keteladanan, komunikasi, pelatihan, nasihat/teguran dan pemberian penghargaan (reward) dan hukuman (punishment). Hambatan yang dialami yaitu: kurangnya kesadaran pada diri santri, pengaruh lingkungan tempat tinggal dan pergaulan, kurangnya pengawasan dan pembiasaan disiplin dari orang tua, minimnya pengetahuan siswa terhadap tata tertib, kurangnya hubungan interpersonal antara konselor serta pengurus pondok dengan santri. Upaya dalam mengatasi hambatan yaitu: memberikan pemahaman ilmu agama dengan mempelajari hadist-hadist, meningkatkan pemahaman santri tentang pentingnya mematuhi peraturan, meningkatkan pendekatan/hubungan interpersonal antara konselor dengan santri terutama santri yang bermasalah terhadap tata tertib.

Pendekatan Rational Emotiv Behavior Terapi

Terapi Rasional Emotif adalah system psikoterapi yang mengajarkan individu bagaimana system keyakinannya menentukan yang dirasakan dan dilakukannya pada berbagai peristiwa dalam kehidupan. Penekanan terapi ini pada cara berpikir mempengaruhi perasaan, sehingga termasuk dalam terapi kognitif. Terapi ini diperkenalkan pada tahun 1955 oleh Albert Ellis, seorang psikolog klinis. Awalnya terapi ini bernama terapi irasional, namun karena banyak memperoleh anggapan keliru bahwa mengeksplorasi emosi klien tidak begitu penting bagi Ellis. Sehingga pada tahun 1961 dia mengubah namanya menjadi terapi rasional emotif. Ellis menggabungkan terapi humanistik, filosofis, dan behavioural menjadi terapi rasional emotif behavior yang disingkat (TREB). REBT banyak kesamaan dengan terapi yang berorientasi pada kognisi, perilaku dan perbuatannya TREB menekankan pada berpikir, memikirkan, mengambil keputusan, menganalisis dan berbuat. TREB didasarkan pada asumsi bahwa kognisi, emosi, dan perilaku berinteraksi secara signifikan dan memiliki hubungan sebab akibat timbal balik (Corey and Koswara 2013).

WS Winkel dalam bukunya “bimbingan dan konseling” menyatakan bahwa Terapi Rasional Emotif Behavior adalah: “Corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berpikir dan akal sehat, berperasaan dan berperilaku serta sekaligus menekankan bahwa satu perubahan yang mendalam dan cara berpikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara

berpersaan dan berperilaku, maka orang yang mengalami gangguan dalam alam perasaannya harus dibantu untuk menuju kembali cara berpikirnya dan memanfaatkan akal sehat (Alang, 2019)

Penelitian yang dilakukan oleh (Giri 2020) mengungkapkan bahwa Pendekatan konseling rational emotif dapat dipandang sebagai suatu bantuan untuk menanggulangi gangguan emosional. Peranan pelayanan bimbingan dan konseling sebagai salah satu komponen system pendidikan sangat besar andilnya dalam proses penanggulangan gangguan emosional di kalangan siswa. Bimbingan dan konseling merupakan pendekatan pribadi kepada setiap siswa dalam keseluruhan proses pendidikan. Melalui pelayanan bimbingan dan konseling pribadi setiap siswa mendapatkan pelayanan bantuan agar dapat berkembang secara optimal sehingga siswa dapat menanggulangi gangguan emosionalnya.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh (Putra and Hakim 2020) menyebutkan remaja yang sering melawan kepada orangtua mendapatkan pelayanan konseling Islam melalui terapi rasional emotif behaviour dengan tujuan agar klien dapat berpikir rasional, berpikir sehat dan memikirkan mudarat dariapa yang ia lakukan. Proses pelayanan bantuan yang dilakukan konselor dapat dikatakan berhasil menciptakan perubahan pada diri klien, walaupun belum besar. Hanyasaja, perubahan telah nampak dari diri klien yang sudah mulai memperbaiki cara berbicara dan etika kepada orangtuanya.

Penelitian yang dilakukan (Kohar and Mujahid 2017) yang bertujuan untuk membantu penerima manfaat berfikir secara rasional. Penelitian dilaksanakan menggunakan tehnik wawancara dan observasi, penelitian ini dilakukan di Panti Pelayanan Sosial “Winodyatama” Surakarta. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa konseling dengan pendekatan REBT penting untuk membantu penerima manfaat agar dapat mencapai kesehatan psikologis yang optimal.

Proses Konseling dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy dalam Mengatasi Perilaku Kenakalan di Pondok Pesantren

Kenakalan remaja adalah perilaku remaja yang menyimpang dari norma agama, sosial dan ketentuan yang berlaku di masyarakat. Berdasarkan kajian literature yang dilakukan kenakalan remaja di sebabkan oleh dua factor yaitu faktor internal dan factor eksternal. Faktor internal berupa krisis identitas dan control diri yang lemah. Sedangkan factor eksternal yaitu kurangnya perhatian orang tua, minimnya pemahaman tentang keagamaan, pengaruh lingkungan, pengaruh budaya barat, teman sebaya dan berasal dari tempat Pendidikan.

Kenakalan remaja juga terjadi di pondok pesantren. Yang dilakukan dalam bentuk pelanggaran peraturan pondok pesantren, merokok, tidak mengikuti KBM, berani terhadap guru, pengurus dan kyai, dan lain sebagainya. Apabila kenakalan remaja yang terjadi di masyarakat maupun di pondok pesantren tidak diantisipasi secara dini, dikhawatirkan akan mengganggu stabilitas nasional yang mantap dan dinamis. Hal ini dipandang dari kenakalan remaja yang berperilaku menyimpang sehingga dapat menimbulkan kerugian-kerugian baik pada remaja, keluarga dan masyarakat (Azhari 2019)

Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan, bimbingan konseling islam dengan menggunakan pendekatan terapi rasional emotif behavior, dirasa mampu untuk menanggulangi kenakalan remaja yang terjadi di pondok pesantren. Terapi rasional emotif behaviour merupakan terapi yang dikemukakan oleh Albert Ellis pada tahun 1955. Terapi ini berfokus terhadap kebersamaan dan interaksi antara berpikir dan akal sehat, berperasaan dan berperilaku sekaligus menekankan bahwa satu perubahan yang mendalam dan cara berpikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berpersaan dan berperilaku, maka orang yang mengalami gangguan dalam alam perasaannya harus dibantu untuk menuju kembali cara berpikirnya dan memanfaatkan akal sehat (Alang 2019).

Pandangan pendekatan rasional emotif terapi mengenai kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis, ada 3 dasar yang membentuk tingkah laku individu, yaitu:

1. Antecedent event yaitu segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku, atau sikap orang lain. Perceraian suatu keluarga, kelulusan bagi siswa, dan seleksi masuk bagi calon karyawan merupakan antecedent event bagi seseorang.
2. Belief yaitu keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (rasional belief) dan keyakinan yang tidak rasional (irrational belief). Keyakinan yang rasional merupakan cara berpikir atau system keyakinan yang tepat, masuk akal, bijaksana, dan karena itu menjadi produktif. Keyakinan yang tidak rasional merupakan keyakinan atau system berpikir seseorang yang salah, tidak masuk akal, emosional, karena itu tidak produktif.
3. Emotional consequence merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan antecedent event. Konsekuensi emosional ini bukan akibat langsung dari Antecedent event tetapi disebabkan oleh beberapa variable antara dalam bentuk keyakinan Belief baik yang rasional belief) maupun yang irrational belief). Ketiga teori tersebut, sasaran yang harus diubah adalah

aspek (belief system) yaitu bagaimana caranya seseorang itu memandang atau menghayati sesuatu yang irrasional, sedangkan konselor harus berperan sebagai pendidik, pengaruh mempengaruhi, sehingga dapat mengubah pola pikir konseli yang irrasional dan keliru menjadipola pikir yang rasional. (Alang 2019)

Bimbingan dan konseling dengan pendekatan REBT yang dilakukan untuk mengurangi kenakalan remaja menggunakan beberapa tahap, antara lain:

1. Tahap Awal (asesmen) Tahap ini merupakan tahap pertama dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan REBT. Tahap asesmen bertujuan untuk menggali penyebab masalah yang dialami oleh santri pelaku kenakalan remaja. Selain itu, pada tahap asesmen juga digali mengenai bentuk dari pikiran dan keyakinan irasional yang dialami oleh santri pelaku kenakalan remaja.
2. Tahap Inti (perencanaan dan pelaksanaan) Tahap ini mengandung dua bagian, yaitu perencanaan dan pelaksanaan. Setelah tahap asesmen berhasil dilakukan, maka konselor akan menjalankan proses bimbingan dan konseling dengan pendekatan REBT melakukan perencanaan dengan konseli. Perencanaan tersebut meliputi target dan tujuan yang ingin dicapai oleh santri pelaku kenakalan remaja. Selain itu, perencanaan juga memuat kontrak waktu dan kesediaan santri pelaku kenakalan remaja untuk berkomitmen menjalani bimbingan dan konseling dengan pendekatan REBT dari awal sampai akhir.

Tahap selanjutnya adalah tahap pelaksanaan. Tahap pelaksanaan meliputi memunculkan kesadaran pada santri pelaku kenakalan remaja bahwa santri pelaku kenakalan remaja memiliki pikiran dan keyakinan irasional yang membuatnya mengalami emosi negatif dan perilaku yang maladaptif. Maka dari itu, pikiran dan keyakinan irasional tersebut harus dilawan dan diubah. Cara melawan dan mengubah pikiran irasional tersebut adalah dengan cara memahami bahwa pikiran dan keyakinan irasional tersebut tidak terbukti. Selain itu, juga memunculkan kesadaran bahwa pikiran dan keyakinan irasionalnya membuat ketidaknyamanan psikologis. Kemudian, diganti dengan pikiran dan keyakinan yang lebih rasional.

3. Tahap Akhir Tahap akhir meliputi peneguhan bahwa perubahan yang berhasil dilakukan oleh santri pelaku kenakalan remaja membawa dampak positif dan menyebabkan kondisi psikologis semakin positif. Kesadaran bahwa kondisi psikologis semakin nyaman karena berhasil dalam melawan pikiran dan keyakinan irasional akan menjadi penguat (reinforcement) sehingga santri tersebut akan melanjutkan dalam melawan setiap pikiran dan keyakinan irasional yang muncul. Selain itu, tahap akhir juga mengandung pemberian penghargaan terhadap santri tersebut, misalkan dengan pujian dan dukungan untuk mempertahankan perubahan perilaku yang muncul.

4. Bimbingan Lanjut, dilaksanakan bertujuan untuk memantau perubahan perilaku santri pelaku kenakalan remaja kearah yang lebih rasional. Terlebih lagi, ketika santri pelaku kenakalan remaja sudah kembali kemasyarakat. Diharapkan perubahan perilaku tersebut bersifat menetap sehingga tidak menyebabkan santri pelaku kenakalan remaja kembali melakukan kenakalan, serta membuat pelaku kenakalan remaja mampu bersikap rasional dan adaptif dalam menghadapi setiap permasalahan hidup.

SIMPULAN

Kenakalan remaja merupakan perilaku yang menyimpang dari norma agama, normasosial dan ketentuan yang berlaku di masyarakat. kenakalan yang dilakukan oleh remaja tidak hanya merugikan dirinya sendiri di masa depan, akan tetapi juga terhadap lingkungan hidupnya. Salah satu bentuk kenakalan remaja adalah pelanggaran tata tertib, Bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan terapi rasional emotif behaviour dirasa efektif dalam mengatasi kenakalan remaja berupa pelanggaran tata tertib yang terjadi di pondok pesantren. Dalam pemberian terapi, konselor membantu klien secara teliti, menyeluruh serta focus dalam pengubahan tingkahlaku dan pola pikir pada santri pelaku kenakalan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alang, Sattu. 2019. "Proses Pelaksanaan Terapi Rasional Emotif." *Al-Irsyad Al-Nafs* 6(2):15–26.
- Anam, Choirul, and Suharningsih. 2014. "Model Pembinaan Disiplin Santri (Studi Kasus Pondok Pesantren Darul Fiqhi Kabupaten Lamongan)." *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan* 2(2):469–83.
- Azhari. 2019. "Peran Pondok Pesantren Dalam Menanggulangi Kenakalan Remaja." *Al-Bahtsu* 4(1):42–54.
- Budiyono, Alief. 2013. "Penanggulangan Kenakalan Remaja Melalui Pendekatan Terapi Rasional Emotif." *Personifikasi* 4(1):46–59.
- Corey, Gerald, and E. Koswara. 2013. *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*.
- Diananda, Amita. 2018. "Psikologi Remaja Dan Permasalahannya." *Journal ISTIGHNA* 1(1):116–33. doi: 10.33853/istighna.v1i1.20.
- Dwi, Rosmala. 2021. "Case-Based Reasoning Dalam Menentukan Faktor Yang Mempengaruhi Kenakalan Remaja." *EXPERT: Jurnal Manajemen Sistem Informasi Dan Teknologi* 11(1):64. doi: 10.36448/expert.v11i1.2014.
- Giri, Putu Agus Semara Putra. 2020. "Konseling Model Rasional Emotif Dalam Menanggulangi Gangguan Emosional Siswa." *Widyadari* 21(2):665–75. doi: 10.5281/zenodo.4049442.
- Huda, Muhammad Nurul, and M. Turhan Yani. 2015. "Pelanggaran Santri Terhadap Peraturan Tata Tertib Pondok Pesantren Tarbiyatut Tholabah Kranji Lamongan." *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan* 2(3):740–53.
- Kahiruddin, Alfath. 2020. "Pendidikan Karakter Disiplin Santri Di Pondok Pesantren Al-Fatah Temboro." *Jurnal Komunikasi Dan Pendidikan Islam* 9:125–64.
- Kohar, Muhamad Abdul, and Imam Mujahid. 2017. "Bimbingan Dan Konseling Dengan Pendekatan

- Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Penerima Manfaat.” *Al-Balagh* 2(1):111–24.
- Muawanah, Elfi. 2012. *Bimbingan Konseling Islam: Memahami Fenomina Kenakalan Remaja Dan Memilih Upaya Pendekatannya Dalam Konseling Islam*. Teras.
- Mumtahanah, Nurotun. 2015. “Upaya Menanggulangi Kenakalan Remaja Secara Preventif, Represif, Kuratif Dan Rehabilitasi.” *Al Hikmah Jurnal Studi Keislaman* 5(2):278–79.
- Mutoharoh, and M. Jacky. 2017. “Fenomenologi Resistensi Santri Terhadap Tata Tertib Pondok Pesantren.” *Paradigma* 5(2):1–7.
- Pringgar, Rizaldy Fatha, and Bambang Sujatmiko. 2020. “Penelitian Kepustakaan (Library Research) Modul Pembelajaran Berbasis Augmented Reality Pada Pembelajaran Siswa.” *It-Edu* 05(1):317–29.
- Putra, Ahmad, and Uky Firmansyah Rahman Hakim. 2020. “Upaya Konseling Islam Melalui Terapi Rasional Emotif Dalam Mengubah Kebiasaan Remaja Yang Sering Melawan Kepada Orangtua.” *Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2(1):1–24.
- Sumara, Dadan, Sahadi Humaedi, and Meilanny Budiarti Santoso. 2017. “Kenalakan Remaja Dan Penanganannya.” *Penelitian & PPM* 4(2):129–389.
- Syahraeni, Andi. 2020. “Pembentukan Konsep Diri Remaja.” *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 7(1):61–76.
- Tjukup, I. Ketut, I. Putu Rasmadi Arsha Putra, Dewa Gede Pradnya Yustiawan, and Jimmy Z. Usfunan. 2020. “Penguatan Karakter Sebagai Upaya Penanggulangan Kenakalan Remaja (Juvenile Delinquency).” *Universitas Udayana* 14 Nomor:29–38.
- Unayah, Nunung, and Muslim Sabarisman. 2016. “Fenomena Kenakalan Remaja Dan Kriminalitas.” *Sosio Informa* 1(2):121–40. doi: 10.33007/inf.v1i2.142.