

URGENSI BIMBINGAN DAN KONSELING BAGI REMAJA

(Upaya Pencegahan Terhadap Perilaku Menyimpang)

Ahmad Zaini

STAIN Kudus, Jawa Tengah, Indonesia

zaini78@gmail.com

Abstrak

Dunia remaja adalah dunia yang penuh dengan dinamika yang menarik. Umumnya mereka menginginkan hal-hal baru yang belum pernah dicobanya selama ini. Sesuatu yang baru apabila berimplikasi kepada perbuatan yang positif tentu tidak masalah, namun apabila mengarah kepada perbuatan yang negatif ini akan menimbulkan masalah. Remaja yang memiliki masalah dan dapat menyelesaikan masalahnya sendiri maka hal tersebut bernilai positif. Namun, sebaliknya kalau memiliki masalah dan tidak dapat menyelesaikannya sendiri serta melampiaskannya kepada perbuatan yang negatif ini berarti perlu bantuan orang lain. Secara sederhana dalam perspektif bimbingan dan konseling, orang yang membantu menyelesaikan permasalahan orang lain disebut sebagai konselor. Konselor inilah yang diharapkan dapat membantu remaja yang bermasalah untuk dicarikan solusi yang terbaik sesuai dengan ringan dan beratnya problematika yang dihadapi oleh remaja tersebut. Adapun upaya pencegahan terhadap perilaku menyimpang remaja yaitu menciptakan keluarga yang harmonis, tidak menyamaratakan antara remaja satu dengan lainnya, pengembangan remaja melalui pendidikan, mendorong remaja agar aktif di organisasi, pengembangan remaja melalui minat dan bakat. Dan selanjutnya teknik penanganan terhadap perilaku menyimpang remaja yaitu: pertama, penanganan individual yang meliputi pemberian petunjuk atau nasihat,

konseling, dan psikoterapi, kedua, penanganan keluarga, ketiga, penanganan kelompok dan keempat penanganan pasangan.

Kata Kunci: bimbingan konseling, remaja, perilaku menyimpang

Abstract

URGENCY OF GUIDANCE AND COUNSELING FOR TEENS. Adolescent world is a world full of interesting dynamic. Generally they want the new things that have never been tried during this time. Something new if it has implications for positive actions is certainly not a problem, but if it leads to negative acts that would cause problems. Teenagers who have a problem and can solve their own problems then it is positive. However, on the contrary that have a problem and can not solve it alone and take it to the negative acts that this means they need the help of others. Simply put in the perspective of guidance and counseling, the person who helped solve the problems of others is called as a counselor. The counselor is expected to help troubled teens to find a solution that best suits light and severity of the problems faced by the youth. Further technical handling of juvenile deviant behavior are: first, individual handling including giving instructions or advice, counseling, and psychotherapy, secondly, the handling of family, third, and fourth treatment group handling partner.

Keywords: *Guidance and Counseling, Teenager, Deviant Behavior*

A. Pendahuluan

Pada umumnya anak-anak yang usianya sudah menginjak usia 12 atau 13 tahun disebut sebagai remaja awal dan diakhiri pada usia 21 atau 22 tahun yang disebut sebagai remaja akhir. Dunia remaja adalah dunia yang penuh dengan dinamika yang menarik. Umumnya mereka menginginkan hal-hal baru yang belum pernah dicobanya selama ini. Sesuatu yang baru apabila berimplikasi kepada perbuatan yang positif tentu tidak masalah, namun apabila mengarah kepada perbuatan yang negatif ini akan menimbulkan masalah.

Sebenarnya manusia pada usia berapa pun akan menghadapi masalah termasuk mereka yang masih pada usia remaja. Remaja yang memiliki masalah dan dapat menyelesaikan masalahnya sendiri maka

hal tersebut bernilai positif. Namun, sebaliknya kalau memiliki masalah dan tidak dapat menyelesaikannya sendiri serta melampiaskannya kepada perbuatan yang negatif ini berarti perlu bantuan orang lain. Secara sederhana dalam perspektif bimbingan dan konseling, orang yang membantu menyelesaikan permasalahan orang lain disebut sebagai konselor. Konselor inilah yang diharapkan dapat membantu remaja yang bermasalah untuk dicarikan solusinya yang terbaik sesuai dengan ringan dan beratnya problematika yang dihadapi oleh remaja tersebut. Konselor ataupun psikolog memiliki peran yang penting dalam mencegah penyimpangan yang dilakukan oleh remaja, selain juga orang tua, sekolah, dan masyarakat.

Berangkat dari hal tersebut, maka yang menjadi pertanyaan dan permasalahan adalah siapa yang disebut remaja? Apa saja problematika yang dihadapi oleh para remaja? Mengapa dunia remaja penuh dengan gejala? Bagaimana upaya pencegahan terhadap perilaku menyimpang? Dan bagaimana peran bimbingan dan konseling dalam hal ini diwakili oleh para konselor atau psikolog, orang tua, sekolah, dan masyarakat dalam mencegah penyimpangan tersebut?

B. Pembahasan

Pengertian tentang remaja ada banyak pendapat, demikian halnya tentang rentang usia remaja. Diantaranya menurut Mappiare masa remaja seperti dikutip oleh Ali dan Asrori (2005: 9) berlangsung antara usia 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir.

Di Indonesia bila dilihat dari segi sosio budaya, masa remaja dimulai dari usia 12 hingga 22 tahun dan tidak bisa disamakan dengan rentang masa remaja di negara barat yaitu sekitar 13 hingga 18 tahun. Menurut UU nomor 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak, bahwa seseorang masih disebut anak jika berusia sampai dengan 18 tahun. Maka dari itu, remaja dalam Undang-Undang masih disebut sebagai anak (Mu'awanah, 2012: 9-10).

1. Keadaan Remaja Pada Masa Kini dan Problematikanya

Keadaan remaja pada masa kini bila tidak ada bimbingan dan arahan akan semakin mengkhawatirkan. Era globalisasi yang ditandai dengan kemajuan diberbagai bidang termasuk kemajuan teknologi informasi apabila tidak ada pengawasan dan kontrol dari pemangku kebijakan akan memberikan dampak yang negatif bagi semua pihak. Pada dasarnya keadaan remaja dari dulu hingga sekarang problematika yang dihadapinya tidak terlalu jauh berbeda, namun yang membedakan menurut penulis adalah faktor penyebab pada masa sekarang ini dan pada masa-masa yang akan datang pastinya lebih kompleks lagi. Adapun beberapa problematika yang dihadapi para remaja adalah sebagai berikut:

a. Masalah Hari Depan

Setiap remaja memikirkan hari depannya, ia ingin mendapat kepastian, akan jadi apakah ia nanti setelah tamat. Pemikiran akan hari depan itu semakin memuncak dirasakan oleh mereka yang duduk di bangku universitas atau mereka yang berada di dalam kampus. Tidak jarang kita mendengar kalimat-kalimat yang memantulkan kecemasan akan hari depan itu, misalnya: “hari depan suram”, “buat apa belajar, toh sama saja yang berijazah dan tidak berijazah sama-sama tidak dapat bekerja” dan sebagainya.

Kecemasan akan hari depan yang kurang pasti, itu telah menimbulkan berbagai problem lain, yang mungkin menambah suramnya masa depan remaja itu, misalnya semangat belajar menurun, kemampuan berpikir berkurang, rasa tertekan timbul, bahkan kadang-kadang sampai kepada mudahnya mereka terpengaruh oleh hal-hal yang tidak baik, kenakalan dan penyalah-gunaan narkotika. Perhatian mereka terhadap agama semakin berkurang, bahkan tidak jarang terjadi kegoncangan hebat dalam kepercayaan kepada Tuhan. Contoh dalam hal ini sangat banyak, dapat anda perhatikan sendiri dalam setiap kampus.

Termasuk dalam pemikiran akan hari depan itu, masalah pembentukan rumah tangga di masa depan yang tidak jauh, kedudukannya dalam masyarakat dan hari depan masyarakat dan bangsanya.

b. Masalah Hubungan dengan Orang Tua

Hal inipun termasuk masalah yang dihadapi oleh remaja dari dulu sampai sekarang. Seringkali terjadi pertentangan pendapat antara orang-tua dan anak-anaknya yang telah remaja atau dewasa. Kadang-kadang hubungan yang kurang baik itu timbul, karena remaja mengikuti arus dan mode: seperti rambut gondrong, pakaian kurang sopan, lagak lagu dan terhadap orang tua kurang hormat. Dalam pengalaman saya merawat orang-orang yang menderita jiwa, banyak saya jumpai ketidakserasian hubungan antara remaja dan orang tuanya; yang menderita bukan remaja saja, tapi orang tua kadang-kadang lebih menderita lagi. Ada remaja yang patah semangat, mogok belajar, menjadi nakal, melawan kepada orang tua, merusak barang-barang di rumah, lari dari rumah, benci kepada orang tua, bahkan kadang-kadang samapai kepada niat akan membunuh orang tuanya karena sangat panik.

c. Masalah Moral dan Agama

Tampaknya masalah ini semakin memuncak, terutama di kota-kota besar barangkali pengaruh hubungan dengan kebudayaan asing semakin meningkat melalui film, bacaan, gambar-gambar dan hubungan langsung dengan orang asing (turis) yang datang dengan berbagai sikap dan kelakuan. Biasanya kemerosotan moral disertai oleh sikap menjauh dari agama. Nilai-nilai moral yang tidak didasarkan kepada agama akan terus berubah sesuai dengan keadaan, waktu dan tempat. Keadaan nilai yang berubah-ubah itu menimbulkan kegoncangan pula, karena menyebabkan orang hidup tanpa pegangan yang pasti. Nilai yang tetap dan tidak berubah sepanjang zaman, tidak dipengaruhi oleh waktu, tempat dan keadaan. Oleh karena itu, maka orang yang kuat keyakinan beragamanya adalah yang mampu mempertahankan nilai agama yang absolut itu dalam kehidupannya sehari-hari dan tidak akan terpengaruh oleh arus kemerosotan moral yang terjadi dalam masyarakat serta dapat mempertahankan ketenangan jiwanya.

Sesungguhnya masih banyak lagi problema yang dihadapi oleh pemuda-pemuda kita, baik yang dalam kampus, maupun di luar kampus. Sekedar contoh kita cukupkan saja sekian.

2. Karakteristik Umum Perkembangan Remaja

Remaja dengan segala romantikanya memiliki karakteristik yang unik. Antara satu remaja dengan remaja lainnya memiliki karakteristik

yang hampir sama walaupun pasti ada perbedaannya juga. Menurut Ali dan Asrori (2005: 16-18) karakteristik umum perkembangan remaja adalah sebagai berikut:

a. Merasa Gelisah

Sesuai dengan fase perkembangannya, remaja mempunyai banyak idealisme, angan-angan, atau keinginan yang hendak diwujudkan di masa depan. Namun, sesungguhnya remaja belum memiliki banyak kemampuan yang memadai untuk mewujudkan semua itu. Seringkali angan-angan dan keinginannya jauh lebih besar dibandingkan dengan kemampuannya. Selain itu, di satu pihak mereka ingin mendapat pengalaman sebanyak-banyaknya untuk menambah pengetahuan, tetapi di pihak lain mereka merasa belum mampu melakukan berbagai hal dengan baik sehingga tidak berani mengambil tindakan mencari pengalaman langsung dari sumbernya. Tarik-menarik antara angan-angan yang tinggi dengan kemampuannya yang masih belum memadai mengakibatkan mereka diliputi oleh perasaan gelisah.

b. Pertentangan

Sebagai individu yang sedang mencari jati diri, remaja berada pada situasi psikologis antara ingin melepaskan diri dari orang tua dan perasaan masih belum mampu untuk mandiri. Karena itu, pada umumnya remaja sering mengalami kebingungan karena sering terjadi pertentangan pendapat antara mereka dengan orang tua. Pertentangan yang sering terjadi pertentangan pendapat antara mereka dengan orang tua. Pertentangan yang sering terjadi itu menimbulkan keinginan remaja untuk melepaskan diri dari orang tua kemudian ditentangnya sendiri karena dalam diri remaja ada keinginan untuk memperoleh rasa aman. Akibatnya, pertentangan yang sering terjadi itu akan menimbulkan kebingungan dalam diri remaja itu sendiri maupun pada orang lain.

c. Senang Berkhayal

Keinginan untuk menjelajah dan bertualang tidak semuanya tersalurkan. Biasanya hambatannya dari segi keuangan atau biaya. Sebab, menjelajah lingkungan sekitar yang luas akan membutuhkan biaya yang banyak, padahal kebanyakan remaja hanya memperoleh uang dari pemberian orang tuanya. Akibatnya, mereka lalu mengkhayal, mencari kepuasan, bahkan menyalurkan khayalannya melalui dunia fantasi. Khayalan remaja putra biasanya berkisar pada soal prestasi dan jenjang karier, sedang remaja putri lebih mengkhayalkan romantika

hidup. Khayalan-khayalan ini terkadang menimbulkan pemikiran yang konstruktif, semisal timbul ide-ide yang cemerlang.

d. Senang dengan Aktivitas Berkelompok

Berbagai macam keinginan para remaja seringkali tidak dapat terpenuhi karena bermacam-macam kendala, dan yang sering terjadi adalah tidak tersedianya biaya. Adanya bermacam-macam larangan dari orang tua seringkali melemahkan atau bahkan mematahkan semangat para remaja. Kebanyakan remaja menemukan jalan keluar dari kesulitannya setelah mereka berkumpul dengan rekan sebaya untuk melakukan kegiatan bersama. Mereka melakukan suatu kegiatan secara berkelompok sehingga berbagai kendala dapat diatasi bersama-sama.

e. Keinginan Mencoba Segala Sesuatu

Remaja pada umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Karena didorong oleh rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin bertualang, menjelajah segala sesuatu, dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya. Akibatnya, tidak jarang secara sembunyi-sembunyi, remaja pria mencoba merokok karena sering melihat orang dewasa melakukannya. Remaja putri seringkali mencoba memakai kosmetik baru, meskipun sekolah melarangnya.

Dari sini maka penting bagi orang tua memberikan pengarahan dan bimbingan kepada putra putrinya yang menginjak remaja. Dengan adanya arahan dan bimbingan kepada mereka, maka diharapkan para remaja mengerti apa yang harus dilakukan. Yang terpenting adalah bagaimana kita sebagai orang tua mengajaknya dialog dan diskusi dengan cara yang santun sehingga mereka tidak menghindar dan melarikan diri dari pembicaraan.

3. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Remaja Melakukan Perilaku Menyimpang

Menurut Samsul Munir Amin (2013: 370-374) ada beberapa faktor yang menyebabkan remaja melakukan perilaku yang menyimpang, yaitu faktor makro yang berkaitan dengan faktor sekitar atau lingkungan dan faktor mikro yang berkaitan dengan kepribadian remaja itu sendiri. Adapun faktor makro yang menyebabkan perilaku menyimpang adalah: *pertama*, keadaan ekonomi masyarakat. Keadaan ekonomi masyarakat yang berada di bawah standar dapat mengakibatkan remaja melakukan perbuatan yang menyimpang, walaupun tidak semuanya. *Kedua*, masa atau daerah peralihan. Masa transisi menyangkut dalam segala bidang,

baik ideologi, politik, ekonomi, sosial, dan budaya yang kesemuanya ini dapat menyebabkan terjadinya masalah bagi para remaja. Dan *ketiga*,keretakan hidup keluarga (*broken home*).Keluarga yang tidak harmonis dapat juga mempengaruhi remaja untuk melakukan tindakan yang menyimpang.

Sedangkan faktor mikro meliputi: *pertama*,praktik atau cara mengasuh anak.Pengasuhan anak-anak di dalam keluarga berada di bawah kendali kedua orang tua. Kedua orang tuanyalah yang bertanggungjawab atas keberhasilannya. Cara mendidik dan mengasuh yang keliru dapat menimbulkan penyimpangan pada remaja. Karena itu, orang tua harus bijak ketika mendidik putra-putrinya. *Kedua*, pengaruh teman sebaya. Teman sebaya juga dapat mempengaruhi penyimpangan pada remaja. Karena itu para anak-anak yang sudah menginjak remaja harus diarahkan ketika mereka bergaul dengan teman-temannya. Mereka tidak bisa dicegahuntuk tidak bergaul, tetapi harus diarahkan dan dibimbing sehingga tidak terjerumus pada hal-hal yang negatif. Dan *ketiga*,pengaruh pelaksanaan hukum. Yang tidak kalah pentingnya adalah masalah hukum. Apabila penegakan hukum tidak berjalan dengan semestinya dan tidak adil maka hal itu juga menyebabkan para remaja akan mudah mengulangi perbuatan-perbuatan yang menyimpang.

4. Latar Belakang Perlunya Bimbingan dan Konseling bagi Remaja

Bimbingan dan konseling merupakan kegiatan yang bersumber pada kehidupan manusia. Kenyataan menunjukkan bahwa manusia di dalam kehidupannya selalu menghadapi persoalan-persoalan yang silih berganti. Persoalan yang satu dapat diatasi, persoalan yang lain muncul, demikian seterusnya. Manusia tidak sama satu dengan yang lain, baik dalam sifat maupun kemampuannya. Ada manusia yang sanggup mengatasi persoalan tanpa bantuan pihak lain, tetapi tidak sedikit manusia yang tidak mampu mengatasi persoalan bila tidak dibantu orang lain. Khususnya bagi yang terakhir inilah bimbingan dan konseling sangat diperlukan (Walgito, 2010: 10).

Bimbingan dan konseling sebagai salah satu upaya profesional adalah berdimensi banyak. Jika dilihat latar belakangnya bimbingan dan konseling muncul karena adanya sejumlah pertanyaan yang perlu dijawab individu dan untuk itu perlu bantuan profesional. Jika dilihat

eksistensinya, bimbingan dan konseling merupakan salah-satu bantuan profesional yang sejajar dengan misalnya, psikiatris, psikoterapi, kedokteran, dan penyuluhan sosial. Dilihat kedudukannya dalam proses keseluruhan bimbingan, *guidance*, konseling merupakan bagian integral, atau teknik andalan bimbingan dan konseling (Mappiare, 2011: 9).

Menurut Aunur Rahim Faqih (2001: 13-21) bahwa latar belakang perlunya bimbingan dan konseling karena manusia memiliki unsur jasmaniah (biologis) dan psikologis atau mental (ruhaniah), manusia sebagai makhluk individu, sosial, berbudaya, dan sebagai makhluk Tuhan (religius). Penjelasannya sebagai berikut:

Pertama, segi jasmaniah (biologis). Manusia memiliki berbagai kebutuhan biologis yang harus dipenuhinya, semisal makan, minum, menghirup udara, berpakaian, bertempat tinggal dan sebagainya. Upaya untuk memenuhi kebutuhan jasmaniah tersebut dapat dilakukan manusia selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, bisa pula tidak, dan penyimpangan dari ketentuan dan petunjuk Allah itu bisa dilakukan manusia secara sadar maupun tidak.

Kedua, segi rohaniah (psikologis). Sesuai dengan hakikatnya, manusia memerlukan pula pemenuhan kebutuhan rohaniah dalam arti psikologis. Seperti telah diketahui, manusia dianugerahi kemampuan rohaniah (psikologis) pendengaran, penglihatan dan kalbu, atau dalam bahasa sehari-hari dikenal dengan kemampuan cipta, rasa dan karsa. Secara luas untuk bisa hidup bahagia, manusia memerlukan keadaan mental psikologis yang baik (selaras, seimbang). Dalam kehidupan nyata, baik karena faktor internal maupun eksternal, apa yang diperlukan manusia bagi psikologisnya itu bisa tidak terpenuhi atau dicari dengan cara yang tidak selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah.

Ketiga, sudut individu. Telah diketahui bahwa manusia merupakan makhluk individu. Artinya seseorang memiliki kekhasannya sendiri sebagai suatu pribadi. Sebagai pribadi manusia memiliki keadaan jasmaniah dan rohaniah atau psikologisnya bisa membawanya ke kehidupan yang tidak selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah swt. Problem-problem yang berkaitan dengan kondisi individual ini akan kerap muncul di hadapan manusia.

Keempat, segi sosial. Manusia juga termasuk makhluk sosial disamping sebagai makhluk individual. Ia senantiasa berhubungan dengan manusia lain dalam kehidupan bermasyarakat. Semakin modern kehidupan manusia, semakin kompleks tatanan kehidupan yang harus

dihadapi manusia. Kompleksitas kehidupan ini bisa membuat manusia tergoncang, yang pada akhirnya manusia bisa saling memaksakan kehendak, bertikai, dan bahkan berperang dan saling membunuh.

Kelima, segi budaya. Manusia hidup dalam lingkungan fisik dan sosial. Semakin maju tingkat kehidupan, manusia harus berupaya terus meningkatkan berbagai perangkat kebudayaan dan peradabannya. Ilmu dan teknologi dikembangkan. Seni dan olah raga dikembangkan. Semuanya, pada dasarnya untuk memperoleh kebahagiaan hidup yang sebaik-baiknya, kendati kerap kali makna kebahagiaan yang dicari seringkali salah, tidak selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah swt.

Keenam, segi agama. Agama merupakan wahyu Allah. Walaupun diakui bahwa wahyu Allah itu benar, tetapi dalam penafsirannya bisa terjadi banyak perbedaan antara berbagai ulama, sehingga muncul masalah-masalah *khilafiyah* ini kerap kali buka saja menimbulkan konflik sosial, tetapi juga menimbulkan konflik batin dalam diri seseorang yang dapat menggoyahkan kehidupan dan atau keimanannya.

Keenam hal tersebut apabila tiap individu tidak dapat memenuhinya dan kemudian timbul suatu permasalahan yang cukup pelik, maka diperlukan bimbingan dan konseling agar dalam upayanya memenuhi semuanya itu manusia senantiasa bertindak dan berperilaku sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah swt.

5. Tujuan Bimbingan dan Konseling bagi Remaja

Setiap individu memiliki masalahnya masing-masing. Namun, masing-masing individu tidak memiliki kemampuan yang sama dalam memenej masalahnya. Bimbingan dan konseling merupakan pelayanan bantuan untuk tiap klien yang memiliki permasalahan agar mandiri dan berkembang secara optimal dalam hubungan pribadi, sosial, belajar, karier, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung atas dasar norma-norma yang berlaku. Tujuan bimbingan dan konseling yaitu untuk membantu memandirikan setiap klien dalam mengembangkan potensi-potensi mereka secara optimal (Hikmawati, 2012: 64).

Bagi kebanyakan orang, membuat janji dan kemudian menemui seorang konselor bukanlah hal yang mudah. Meskipun mulai banyak perubahan sikap, banyak orang masih berpandangan bahwa mencari bantuan dari luar untuk mengatasi problem diri sendiri adalah tanda kelemahan seseorang. Kondisi ini mempersulit mereka

yang memiliki tanggung jawab kerja yang besar untuk datang mencari bantuan konseling. Orang-orang sering berpandangan bahwa jika mereka mengakui bahwa mencari bantuan seorang konselor, rekan-rekan mereka akan berpikir bahwa mereka lemah dan tidak mampu mengemban tanggung jawab. Akibatnya, banyak orang yang enggan mencari bantuan lewat konseling kecuali kalau kondisi emosional mereka sudah sangat terganggu sehingga kemampuan untuk menangani tanggung jawab sehari-hari sangat terhambat dan mereka tidak bisa lagi menyembunyikan penderitaan dan tekanan emosi dari orang-orang di sekitar mereka (Geldard dan Geldard, 2011: 12).

Jika kita memerhatikan fakta bahwa umumnya klien datang menemui konselor dengan membawa kondisi kecemasan dan tekanan jiwa yang tinggi, maka kita harus berasumsi bahwa tujuan utama dari konseling adalah membantu klien agar mereka merasa lebih baik. Tetapi, hanya membantu mereka merasa lebih baik untuk jangka pendek saja tidak akan cukup. Tidak akan ada gunanya seorang klien merasa lebih baik dalam waktu yang sebentar saja, tetapi kemudian ia harus kembali ke kondisi tekanan emosi sebelumnya yang tidak menyenangkan. Karena itu tujuan utama proses bimbingan dan konseling adalah menolong klien untuk dapat berubah. Klien memerlukan perubahan dalam cara berpikir dan/atau mereka akan mengulangi pola pikir dan perilaku yang mengarah pada konsekuensi negatif bagi mereka (Geldard dan Geldard, 2011: 13).

Tujuan bimbingan dan konseling pada umumnya sama bagi siapapun termasuk bagi remaja. Berikut ini beberapa di antara tujuan yang didukung secara eksplisit maupun implisit oleh para konselor:

- a. *Pemahaman*. Adanya pemahaman terhadap akar dan perkembangan kesulitan emosional, mengarah kepada peningkatan kapasitas untuk lebih memilih kontrol rasional ketimbang perasaan dan tindakan.
- b. *Berhubungan dengan orang lain*. Menjadi lebih mampu membentuk dan mempertahankan hubungan yang bermakna dan memuaskan dengan orang lain, misalnya, dalam keluarga atau di tempat kerja.
- c. *Kesadaran diri*. Menjadi lebih peka terhadap pemikiran dan perasaan yang selama ini ditahan atau ditolak, atau mengembangkan perasaan yang lebih akurat berkenaan dengan bagaimana penerimaan orang lain terhadap diri.

- d. *Penerimaan diri*. Pengembangan sikap positif terhadap diri, yang ditandai oleh kemampuan menjelaskan pengalaman yang selalu menjadi subjek kritik diri dan penolakan.
- e. *Aktualisasi diri atau individuasi*. Pergerakan ke arah pemenuhan potensi atau penerimaan integrasi bagian diri yang sebelumnya saling bertentangan.
- f. *Pencerahan*. Membantu klien mencapai kondisi spiritual yang lebih tinggi.
- g. *Pemecahan masalah*. Menemukan pemecahan problem tertentu yang tidak bisa dipecahkan oleh klien seorang diri. Menuntut kompetensi umum dalam pemecahan masalah.
- h. *Pendidikan psikologi*. Membuat klien mampu menangkap ide dan teknik untuk memahami dan mengontrol tingkah laku.
- i. *Memiliki keterampilan sosial*. Mempelajari dan menguasai keterampilan sosial dan interpersonal seperti mempertahankan kontak mata, tidak menyela pembicaraan, asertif, atau pengendalian kemarahan.
- j. *Reproduksi dan aksi sosial*. Menginspirasi dalam diri seseorang hasrat dan kapasitas untuk peduli terhadap orang lain, membagi pengetahuan, dan berkontribusi kebaikan bersama (*colletive good*) melalui kesepakatan politik dan kerja komunitas (McLeod, 2010: 13-14).

Untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut, mereka harus mendapatkan kesempatan untuk (1) mengenal dan memahami potensi, kekuatan, dan tugas-tugas perkembangannya, (2) mengenal dan memahami potensi dan peluang yang ada di lingkungannya, (3) mengenal dan menentukan tujuan dan rencana hidupnya serta rencana pencapaian tujuan tersebut, (4) memahami dan mengatasi kesulitan-kesulitan sendiri, (5) menggunakan kemampuannya untuk kepentingan dirinya dan kepentingan masyarakat, (6) menyesuaikan diri dengan keadaan dan tuntutan dari lingkungannya, dan (7) mengembangkan segala potensi dan kekuatan yang dimilikinya secara optimal (Hikmawati, 2012: 66).

6. Upaya Pencegahan terhadap Perilaku Menyimpang Remaja

a. Menciptakan Keluarga yang Harmonis

Memberi kesempatan pada remaja agar dapat mengembangkan dirinya secara lebih optimal, perlu diciptakan kondisi lingkungan

terdekat yang stabil mungkin, khususnya lingkungan keluarga. Keadaan keluarga yang ditandai dengan hubungan suami-istri yang harmonis akan lebih menjamin remaja yang bisa melewati masa transisinya dengan mulus daripada jika hubungan suami-istri terganggu. Kondisi di rumah tangga dengan adanya orang tua dan saudara-saudara akan lebih menjamin kesejahteraan jiwa remaja daripada asrama atau lembaga pemasyarakatan anak. Karena itu, tindakan pencegahan yang paling utama adalah berusaha menjaga keutuhan dan keharmonisan keluarga sebaik-baiknya.

b. Tidak Menyamaratakan Antara Remaja Satu dengan Lainnya

Setiap remaja adalah unik. Mereka memiliki karakteristik yang berbeda-beda antara satu dengan lainnya. Kebiasaan menyamaratakan remaja dengan saudara-saudaranya sering kali bukan tindakan yang bijaksana karena justru akan menimbulkan rasa iri hati pada remaja. Misalnya, ibu membandingkan seorang remaja yang kurang rajin belajar dengan adiknya yang lebih rajin belajar. Ibu itu berpendapat bahwa kalau adiknya bisa rajin, kakaknya pun bisa rajin, karena mereka sama-sama dilahirkan dari satu orang tua dan dididik dalam satu keluarga. Namun, sikap ibu seperti ini justru menimbulkan persepsi pada remaja bahwa ibu lebih memperhatikan adiknya daripada dia sendiri.

c. Pengembangan Remaja melalui Pendidikan

Pengembangan pribadi remaja yang optimal perlu diusahakan melalui pendidikan, khususnya sekolah. Pada hakikatnya pendidikan merupakan proses pengalihan norma-norma, jika dilakukan dengan sebaik-baiknya sejak usia dini, maka akan diserap dan dijadikan tolak ukur yang mapan pada saat anak memasuki usia remaja. Dengan perkataan lain, remaja yang sejak usia dini sudah dididik sedemikian rupa sehingga ia mempunyai nilai-nilai yang mantap dalam jiwanya, akan berkurang gejolak jiwanya sehingga akan bisa menghadapi gejolak di luar dirinya dengan lebih tenang. Dalam kaitannya dengan fungsi pendidikan, peranan sekolah pada hakikatnya tidak jauh dari peranan keluarga, yaitu sebagai rujukan dan tempat perlindungan jika anak didik menghadapi masalah.

d. Mendorong Remaja Agar Aktif di Organisasi

Mendorong remaja agar menyibukkan diri di organisasi atau perkumpulan pemuda, baik yang formal (Gerakan Pramuka,

Karang Taruna, dan sebagainya), maupun yang informal (kelompok pemuda RT/RW, kelompok belajar, dan sebagainya). Namun, perlu diperhatikan jika organisasi atau kelompok itu sendiri tidak stabil, banyak gejala atau bergabung dengan teman-teman yang juga penuh gejalanya (misalnya “geng”, atau perkumpulan orang tukang begadang, dan sebagainya), maka remaja yang bergabung dalam kelompok seperti itu justru akan meningkatkan kemungkinan terjadinya perilaku yang menyimpang. Dengan demikian, remaja harus diarahkan ke organisasi atau perkumpulan yang benar-benar valid keberadaannya, sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya perilaku yang menyimpang.

e. Pengembangan Remaja melalui Minat dan Bakat

Selanjutnya adalah mengembangkan kemampuan remaja melalui minat dan bakat yang sesuai dengan kecenderungannya masing-masing. Dengan adanya kemampuan khusus ini (misalnya dalam bidang teater, musik, olah raga, baca puisi, dan sebagainya), maka remaja itu dapat mengembangkan kepercayaan dirinya karena ia menjadi terpuja (mendapatkan status di mata kawan-kawannya). Ia tidak perlu bergantung kepada orang lain untuk mendapatkan perhatian dari lingkungannya. Diharapkan dengan pengembangan kemampuan ini, maka dapat juga meminimalisir perilaku yang menyimpang (Sarwono, 2013: 280-283).

Menurut hemat penulis yang tidak kalah pentingnya untuk mencegah perilaku menyimpang pada remaja adalah melalui peran keluarga, sekolah, dan masyarakat (lingkungan). Secara singkat penjelasannya sebagai berikut.

Pertama, keluarga. Telah dijelaskan dalam surat at-Tahrim ayat 6 bahwa kita diperintahkan untuk memelihara diri kita sendiri dan keluarga. *“Wahai orang-orang yang beriman! Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.”* Keluarga sebagai benteng pertama bagi putra-putri yang masih memerlukan bimbingan dan pengarahan. Karena itu, orang tua harus selalu mengawasi mereka, apalagi terhadap anak-anak yang menginjak usia remaja. Dengan demikian, ketika mereka dihadapkan suatu permasalahan

akan menyampaikan masalahnya tersebut kepada orang tua, dan orang tua yang bijak harus mengajaknya dialog, sehingga mereka akan merasa dihargai.

Kedua, sekolah. Selain *keluarga*, sekolah memiliki peran yang penting bagi keberhasilan proses pencegahan perilaku menyimpang pada remaja. Guru agama maupun konselor yang ada di sekolah dapat membimbing dan mengawasi para remaja tersebut ketika berada di sekolah. Selain itu, bila para remaja tersebut memiliki masalah guru agama dan konselor diharapkan dapat membantu menyelesaikan problema yang sedang mereka hadapi.

Ketiga, masyarakat. Masyarakat atau lingkungan juga memiliki peran yang urgen terhadap pencegahan perilaku menyimpang pada remaja. Semisal ada remaja yang melakukan perbuatan yang dilarang agama ataupun moral, masyarakat dalam hal ini tokoh agama dapat memberikan nasihat-nasihat kepada mereka, sehingga mereka akan segan melakukan perbuatan tersebut di kemudian hari.

7. Teknik Penanganan terhadap Perilaku Menyimpang Remaja

Remaja dengan masalah yang dihadapinya harus dicarikan penyelesaiannya. Tidak ada masalah yang tidak bisa diselesaikan kecuali memang tidak ingin diselesaikan. Menurut Sarlito W. Sarwono (2013: 287-293) ada beberapa carapenanganan terhadap perilaku menyimpang pada remaja.

a. Penanganan Individual

Remaja ditangani sendiri dalam tatap muka empat mata dengan psikolog atau konselor. Kalaupun diperlukan informasi dari orang tua atau orang-orang lainnya, mereka diwawancara tersendiri pada waktu yang berlainan. Dalam penanganan secara individual ini bisa dilakukan beberapa macam teknik:

1. Pemberian petunjuk atau nasihat. Di sini konselor atau psikolog memanfaatkan pengetahuannya yang lebih baik dari klien untuk memberikan informasi atau mencarikan jalan keluar mengenai hal-hal atau masalah-masalah yang belum diketahui oleh klien.
2. Konseling. Disini konselor atau psikolog tidak mendudukkan dirinya pada posisi yang lebih tahu daripada kliennya, melainkan dari posisi yang sejajar mencoba bersama-sama klien memecahkan persoalannya. Masalah yang perlu ditangani dengan teknik ini adalah jika menyangkut norma, nilai atau

perasaan yang subjektif sifatnya yang di dalam diri klien itu sendiri menyebabkan konflik. Tugas konselor atau psikolog di sini adalah menjadi mitra klien sebagai tempat penyaluran perasaan atau sebagai pedoman di kala bingung atau sebagai pemberi semangat di kala patah semangat.

3. Psikoterapi. Di sini ahlinya biasanya adalah psikolog atau psikiater yang telah mendapat latihan khusus. Keterampilan khusus ini diperlukan karena teknik ini memang lebih sukar daripada dua teknik sebelumnya dan kasus-kasus yang ditanganinya pun lebih berat. Yang dimaksud dengan psikoterapi adalah menyembuhkan jiwa yang terganggu, mulai dari gangguan ringan seperti jiwa yang terkena stress sampai gangguan yang berat seperti psikoneurosis dan yang sangat berat seperti psikosis. Sasarannya adalah mengubah struktur kejiwaan klien agar ia mampu untuk lebih menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

b. Penanganan Keluarga

Dalam rangka menangani masalah remaja adakalanya dilakukan terapi sekaligus terhadap seluruh atau sebagian anggota keluarga (ayah, ibu dan anak-anak). Biasanya hal ini dilakukan jika dinilai bahwa masalah yang dihadapi remaja berkaitan erat dengan perilaku atau cara-cara pendekatan yang dilakukan oleh orang tua atau anggota keluarga lainnya di rumah terhadap remaja yang bermasalah itu. Tujuan dari teknik terapi keluarga ini adalah agar keluarga sebagai suatu kesatuan bisa berfungsi dengan lebih baik dan setiap anggota keluarga bisa menjalankan perannya masing-masing yang saling mendukung dan saling mengisi dengan anggota keluarga yang lain.

c. Penanganan Kelompok

Teknik yang hampir serupa dengan terapi keluarga adalah penanganan atau terapi kelompok. Tujuan dan dasar teorinya juga hampir sama dengan terapi keluarga, tetapi anggota kelompok yang diterapi bersama-sama ini tidak perlu saling ada hubungan keluarga, melainkan bisa orang lain. Biasanya konselor atau psikolog memilih orang-orang yang persoalannya sama, keluhannya sama, usia atau latar belakang keluarganya sama untuk dijadikan satu dalam satu kelompok terapi. Konselor atau psikolog memilih bertugas merangsang anggota terapi kelompok itu untuk saling bertukar pikiran, saling mendorong,

saling memperkuat motivasi, saling memecahkan persoalan, dan sebagainya, dan sebagainya.

d. Penanganan Pasangan

Jika dikehendaki terapi melalui hubungan yang intensif antara dua orang, bisa jua dilakukan terapi pasangan. Klien ditangani berdua dengan temannya, sahabatnya atau salah satu anggota keluarganya dan sebagainya. Maksudnya adalah agar masing-masing bisa betul-betul menghayati hubungan yang mendalam, mencoba saling mengerti, saling memberi, saling membela, dan sebagainya.

Keempat teknik untuk menangani perilaku menyimpang bagi remaja tersebut dilakukan sesuai dengan kondisi berat ataupun ringannya masalah yang dihadapi oleh para klien. Karena itu, konselor atau psikolog pastinya akan mengidentifikasi masalah yang dihadapi oleh kliennya baru kemudian mencarikan solusi yang tepat bagi kliennya. Dengan begitu diharapkan klien akan cepat pulih kembali dan tidak mengalami masalah yang lebih berat.

C. Simpulan

Di Indonesia bila dilihat dari segi sosio budaya, masa remaja dimulai dari usia 12 hingga 22 tahun dan tidak bisa disamakan dengan rentang masa remaja di negara barat yaitu sekitar 13 hingga 18 tahun. Pada dasarnya setiap manusia pada usia berapa pun akan menghadapi masalah termasuk mereka yang masih pada usia remaja. Remaja yang memiliki masalah dan dapat menyelesaikan masalahnya sendiri maka hal tersebut bernilai positif. Namun, sebaliknya kalau memiliki masalah dan tidak dapat menyelesaikannya sendiri serta melampiaskannya kepada perbuatan yang negatif ini berarti perlu bantuan orang lain.

Pada dasarnya keadaan remaja dari dulu hingga sekarang problematika yang dihadapinya tidak terlalu jauh berbeda, namun yang membedakannya adalah faktor penyebabnya, dan dimungkinkan pada masa-masa yang akan datang pastinya lebih kompleks lagi. Adapun beberapa problematika yang dihadapi para remaja adalah sebagai berikut: masalah hari depan, masalah hubungan dengan orang tua, masalah moral dan agama. Remaja dengan segala romantikanya memiliki karakteristik yang unik. Antara satu remaja dengan remaja lainnya memiliki karakteristik yang hampir sama walaupun pasti ada perbedaannya juga. Karakteristik umum perkembangan remaja adalah

sebagai berikut: merasa gelisah, pertentangan, senang berkhayal, senang dengan aktivitas berkelompok, keinginan mencoba segala sesuatu.

Faktor-faktor yang menyebabkan remaja melakukan perilaku yang menyimpang, yaitu faktor makro yang berkaitan dengan faktor sekitar atau lingkungan dan faktor mikro yang berkaitan dengan kepribadian remaja itu sendiri. Adapun faktor makro yang menyebabkan perilaku menyimpang adalah: *pertama*, keadaan ekonomi masyarakat. *Kedua*, masa atau daerah peralihan. Dan *ketiga*, keretakan hidup keluarga (*broken home*). Keluarga yang tidak harmonis dapat juga mempengaruhi remaja untuk melakukan tindakan yang menyimpang. Sedangkan faktor mikro meliputi: *pertama*, praktik atau cara mengasuh anak. *Kedua*, pengaruh teman sebaya. Dan *ketiga*, pengaruh pelaksanaan hukum.

Untuk mencegah problematika yang dihadapi para remaja tersebut maka hal-hal yang dapat dilakukan adalah seperti: menciptakan keluarga yang harmonis, tidak menyamaratakan antara remaja satu dengan lainnya, pengembangan remaja melalui pendidikan, mendorong remaja agar aktif di organisasi, pengembangan remaja melalui minat dan bakat. Selanjutnya, apabila remaja sudah terkena masalah yang berat maka cara penanganannya melalui *pertama*, penanganan individual semisalremaja ditangani sendiri dalam tatap muka empat mata dengan psikolog atau konselor, *kedua*, penanganan keluarga semisal menangani masalah remaja sekaligus terhadap seluruh atau sebagian anggota keluarga (ayah, ibu dan anak-anak), *ketiga*, penanganan kelompok hampir sama dengan penanganan keluarga dan *keempat*, penanganan pasangan. Semisal klien ditangani berdua dengan temannya, sahabatnya atau salah satu anggota keluarganya dan sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad, dan Asrori, Mohammad, 2005, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Amin, Samsul Munir, 2013, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah.
- Daradjat, Zakiah, 2010, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Faqih, Aunur Rahim, 2001, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press.
- Geldard, Kathryn, dan Geldard, David, 2011, *Keterampilan Praktik Konseling Pendekatan Integratif*, penerjemah Eva Hamdiah, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hikmawati, Fenti, 2012, *Bimbingan Konseling*, Jakarta: Rajawali Press.
- Mappiare, Andi, 2011, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: Rajawali Press.
- McLeod, John, 2010, *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*, penerjemah A.K. Anwar, Jakarta: Kencana.
- Mu'awanah, Elfi, 2012, *Bimbingan Konseling Islam: Memahami Fenomena Kenakalan Remaja dan Memilih Upaya Pendekatannya dalam Konseling Islam*, Yogyakarta: Teras.
- Sarwono, Sarlito W., 2013, *Psikologi Remaja*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Walgito, Bimo, 2010, *Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karier)*, Yogyakarta: Andi.

Halaman Ini Bukan Sengaja Untuk Dikosongkan