

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan berperan penting dalam membentuk karakter, menggali potensi, serta membina peserta didik menjadi pribadi berilmu dan berakhlak mulia berlandaskan nilai keimanan dan ketakwaan. Pendidikan tidak sebatas penyampaian informasi, tetapi juga menciptakan situasi yang mendukung, membimbing, serta mengintegrasikan kegiatan belajar untuk mendukung perkembangan peserta didik secara maksimal.

Bentuk jenis pendidikan populer di Indonesia adalah *boarding school* atau dikenal dengan sekolah berasrama. Istilah ini merupakan gabungan dari kata *boarding* (asrama) dan *school* (sekolah) yang berarti sekolah tempat tinggal dalam lingkungan asrama selama menempuh pendidikan. *Boarding school* tidak hanya menyediakan proses belajar mengajar di kelas, tetapi juga menerapkan pengawasan intensif dalam kehidupan sehari-hari siswa di asrama (Astuti et al., 2023).

Sistem pendidikan berasrama bukanlah hal baru di Indonesia. Banyak lembaga pendidikan, khususnya pesantren, telah lama menerapkan sistem ini. Umumnya, pesantren menekankan nilai-nilai Islam yang bersifat tradisional, sedangkan *boarding school* bersifat modern, mereka berupaya memadukan antara nilai-nilai keislaman dan pendekatan pendidikan modern (Septilinda, L., 2017).

Salah satu lembaga pendidikan berbasis *boarding school* adalah SMP IT Al-Ukhuwah yang berada di bawah naungan Yayasan Pendidikan Islam Terpadu Al-Ukhuwah berdiri sejak tahun 1989 di Kota Subang. Yayasan ini menaungi jenjang pendidikan yang mencakup dari Taman Kanak-kanak (TK) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA), dan untuk SMP serta SMA diterapkan sistem asrama yang mengharuskan siswa tinggal di lingkungan sekolah.

Struktur organisasi di SMP IT Al-Ukhuwah terdiri dari kyai, musyrif dan musyrifah (pembimbing asrama), serta guru-guru pengajar. Aktivitas belajar siswa dimulai pukul 07-15 hingga waktu solat Ashar, kemudian dilanjutkan dengan kegiatan di asrama hingga pukul 22.00 WIB. Selain mempelajari mata pelajaran umum, siswa juga mengikuti kegiatan pembelajaran keislaman dan halaqah Al-Qur'an. Di mana seluruh siswa diharuskan untuk menyelesaikan target hafalan yang telah ditentukan sebelum kelulusan.

Lingkungan *boarding school* dirancang dengan aturan yang ketat untuk menumbuhkan kedisiplinan serta membentuk akhlak mulia sesuai ajaran Islam. peraturan yang diterapkan mencakup larangan, kewajiban, serta sanksi yang bertujuan mendidik siswa agar bertanggung jawab terhadap perilakunya.

Namun demikian, di tengah sistem pengawasan yang ketat, tetap ditemukan kasus siswa yang menjalin hubungan dengan lawan jenis. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan

Konseling di SMP IT Al-Ukhuwah *Boarding School*, diketahui pernah terjadi kasus di mana seorang siswa laki-laki mencoba menemui siswa perempuan di area asrama. Meskipun belum sempat terjadi pertemuan secara langsung, upaya tersebut diketahui oleh musyrifah yang sedang berpatroli dan kedua siswa mendapatkan sanksi sesuai ketentuan.

Fenomena siswa yang menjalin hubungan khusus dengan lawan jenis juga ditemukan dalam penelitian sebelumnya. Dalam penelitian Maknun (2023) mengidentifikasi sebagai bentuk interaksi yang mengarah pada relasi khusus, seperti bertukar surat, memberi kode, menggunakan media sosial, bahkan bertemu secara langsung. Fenomena yang terjadi menunjukkan bahwa ketertarikan terhadap lawan jenis merupakan realitas yang tidak terhindarkan di kalangan remaja.

Secara psikologis masa remaja memang ditandai dengan perkembangannya yang tertarik terhadap lawan jenis sebagai bagian dari proses perkembangan emosi dan identitas diri (Larson, 2002). Namun ketika seorang siswa memilih menempuh pendidikan di lingkungan *boarding school* yang memiliki norma berbasis nilai Islam, maka ia terikat secara moral untuk mematuhi seluruh ketentuan yang berlaku, termasuk menjaga batas interaksi dengan lawan jenis.

Dalam pandangan Islam, aktivitas yang mengarah kepada hubungan yang bukan mahram seperti pacaran merupakan perbuatan yang dilarang karena mendekati zina. Hal ini ditegaskan dalam QS. Al-Isra ayat 32:

وَلَا تَقْرُبُوا الزَّوْجَ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴿٣٢﴾

“Dan janganlah kamu mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji dan suatu jalan yang buruk.” (QS. Al-Isra:32)

Ayat di atas menegaskan bahwa segala bentuk aktivitas yang dapat mengarah pada zina, termasuk pacaran harus dihindari. Oleh karena itu, sekolah dan asrama menekankan pentingnya menjaga interaksi antara laki-laki dengan perempuan agar sesuai dengan norma-norma agama Islam.

Dalam menangani pelanggaran berpacaran, tidak cukup hanya dengan pemberian hukuman. Diperlukan pendekatan yang dapat membantu siswa memahami alasan di balik perilakunya dan mengarahkan pada perubahan yang lebih positif. Salah satu pendekatan yang diterapkan oleh guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMP IT Al-Ukhuwah adalah konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Pendekatan ini merupakan hasil kesepakatan antara pihak sekolah dan asrama sebagai solusi edukatif dan korektif.

Pendekatan REBT dikembangkan oleh Albert Ellis dan berfokus pada pengelolaan pikiran, emosi, serta perilaku yang irasional, dengan tujuan membantu individu mengubah keyakinan keliru agar dapat bersikap lebih sehat secara emosional. Berdasarkan penelitian dari Dewi Murtisari dkk (2023) menunjukkan bahwa pendekatan REBT efektif dalam menangani permasalahan emosi dan hubungan dengan lawan jenis

Melalui konseling individu berbasis REBT, siswa diajak merefleksikan perilaku, mengidentifikasi keyakinan yang tidak rasional,

serta menemukan solusi yang lebih konstruktif dalam menghadapi masalah. Dengan demikian layanan konseling individu tidak hanya menangani permasalahan perilaku, tetapi juga membina siswa agar lebih matang secara emosional dan spriritual.

Namun, hingga saat ini masih minim penelitian yang spesifik mengkaji penerapan konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam menangani pelanggaran berpacaran di lingkungan *boarding school* yang berbasis nilai-nilai Islam. meskipun sudah banyak penelitian yang membahas pelanggaran kedisiplinan di *boarding school* maupun pesantren, sebagian besar studi lebih menitikberatkan pada pendekatan behavioristik, bimbingan kelompok, atau pendekatan spiritual atau regilius. Padahal, perilaku berpacaran sering kali berkaitan erat dengan pola pikir irasional dan emosi negatif, yang secara teori lebih tepat ditangani melalui pendekatan REBT.

Selain itu, *boarding school* memiliki karakteristik unik seperti sistem aturan yang ketat, kontrol sosial, dan penanaman nilai-nilai keagamaan yang intensif. Konteks ini memberikan dinamika tersendiri terhadap perilaku remaja, namun belum banyak dijadikan latar dalam studi penerapan REBT. Berdasarkan kesenjangan tersebut, peneliti merasa perlu melakukan kajian ini untuk memahami bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan rebt diterapkan oleh pihak sekolah dalam menangani siswa berpacaran, serta untuk mengetahui sejauh mana

pendekatan ini mampu membantu siswa dalam menyesuaikan perilaku mereka dengan nilai-nilai yang berlaku di lingkungan *boarding school*.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka fokus penelitian yang akan dikaji pada penelitian, yaitu:

1. Bagaimana kondisi permasalahan pelanggaran berpacaran di *boarding school*?
2. Bagaimana proses konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk menangani pelanggaran berpacaran di *boarding school*?
3. Bagaimana hasil konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk menangani pelanggaran berpacaran di *boarding school*?

C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan fokus penelitian yang telah ditetapkan, tujuan penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Untuk menganalisis kondisi permasalahan pelanggaran berpacaran di *boarding school*
2. Untuk menganalisis proses konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk menangani pelanggaran berpacaran di *boarding school*

3. Untuk menganalisis hasil konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam menangani pelanggaran berpacaran di *boarding school*

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian diharapkan dapat bermanfaat dan berguna bagi peneliti dan pembaca. Kegunaan dari penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Secara Akademis

Penelitian memiliki kegunaan akademis yang penting dalam mengetahui kondisi perilaku berpacaran siswa di *boarding school*, proses konseling individu, dan dampak perubahan perilaku siswa dengan pendekatan teknik bimbingan konseling yaitu teori *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

2. Secara Praktis

Diharapkan dapat menjadi pengalaman dan menambah wawasan bagi peneliti, guru bimbingan konseling, serta lembaga sekolah untuk mengetahui efektivitas dan dampak dari pemberian layanan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk menangani siswa berpacaran siswa di *boarding school*.

E. Tinjauan Pustaka

Pacaran adalah interaksi emosional dan sosial antara dua orang yang tertarik secara romantis (Kyns, 1989, dalam Telkom Schools, 2023). Hubungan yang ditandai oleh rasa sayang, perhatian, dan keinginan untuk

berbagi waktu dan pengalaman bersama. Secara umum, pacaran seringkali muncul sebagai eksplorasi emosional dalam konteks remaja, didorong oleh perkembangan psikologis dan kebutuhan afeksi (Papalia, dkk., 2004). Pacaran remaja cenderung menonjolkan keinginan untuk adanya kedekatan dan kebersamaan yang intens, baik secara langsung maupun melalui media sosial, meskipun bentuk dan ekspresi berbeda-beda antar individu.

Konseling adalah hubungan interaksi antara konselor dan orang yang membutuhkan bantuan. Dalam proses ini, konselor membantu orang yang membutuhkan pengungkapan bantuan perasannya, memahami pengalaman mereka, dan menemukan tantangan dalam hidup mereka (Zulamri, 2019). Hubungan konseling didasarkan pada kepercayaan dan empati serta fokus pada membantu individu menjadi lebih mampu membuat keputusan sendiri dan bertanggung jawab.

Konseling individu adalah jenis konseling di mana klien dan konselor bertemu secara tatap muka untuk membantu mereka menyelesaikan masalah pribadi. Dalam konseling individu, klien diajak untuk memikirkan perasaan, pikiran, dan perilaku mereka dalam lingkungan yang aman dan mendukung (Prayitno & Amti, 2004). Selama proses ini, konselor membantu klien menjadi lebih sadar diri, mengajarkan cara berpikir sehat, dan meningkatkan kemampuan mereka untuk mengambil keputusan yang lebih baik.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah pendekatan yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada tahun 1950 an, adalah

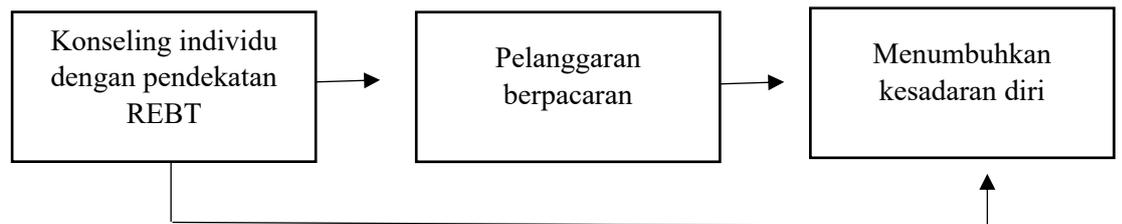
pendekatan yang sering digunakan dalam konseling. REBT bertujuan untuk membantu orang mengenali dan mengubah pola pikir yang tidak rasional menjadi pola pikir yang lebih rasional, sehingga mereka dapat mengelola emosi mereka dengan lebih baik.

George & Cristiani, (Soedarmadji, 2012), menyatakan bahwa pendekatan REBT tekanan pada proses berpikir seseorang yang dikaitkan dengan perilaku dan masalah psikologis dan emosional. Pendekatan REBT sangat fokus pada kognisi, tindakan, dan persepsi, yang lebih erat kaitannya dengan pembelajaran, pengenalan, pemahaman, menganalisis, dan menyelesaikan tugas. Masalah yang dihadapi seseorang lebih dipengaruhi oleh sistem keyakinan yang dimilikinya daripada emosi dan lingkungannya. Penting bagi seseorang menggambarkan dan memahami pengalaman mereka. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ketika emosi terganggu, pikiran juga akan terganggu, yang pada pasangannya dapat menyebabkan pikiran irasional muncul.

Oleh karena itu teori ini sangat relevan dengan permasalahan yang terjadi di lapangan, dimana guru BK menganalisis pemikiran irasional mereka kemudian menyadarkan serta mengembangkan bahwa pemikiran irasional mereka bisa diarahkan kepada perilaku yang lebih baik

Berdasarkan landasan teori dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang digunakan untuk mengatasi perilaku siswa berpacaran di *boarding school* dengan tujuan menumbuhkan kesadaran diri merupakan sebagai teknik konseling individu yang dapat digunakan oleh

seorang guru BK terhadap siswa dalam menangani permasalahan yang terjadi dalam proses pembelajaran. Dengan demikian dapat disederhanakan dalam bentuk skema atau bagan sebagai berikut:



Gambar 1.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual dengan gambaran sederhana skema di atas menunjukkan bahwa konseling individu dengan pendekatan REBT memiliki hubungan erat dengan cara penanganan dalam mengatasi masalah hubungan berpacaran di *boarding school*. Konseling individu dengan pendekatan REBT dapat memengaruhi cara berpikir siswa terhadap dirinya sendiri, terhadap hubungan sosial, serta terhadap aturan sekolah. Proses ini pada akhirnya akan berdampak pada perilaku siswa, termasuk dalam hal menjalin interaksi dengan lawan jenis. Melalui pendekatan ini, siswa tidak hanya diarahkan untuk berhenti dari perilaku tertentu, tetapi juga dipandu untuk memahami alasan di balik larangan tersebut, serta diberikan alternatif cara berpikir dan bertindak yang lebih sehat secara emosional dan lebih sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Dengan demikian, kerangka konseptual ini menunjukkan bahwa keberhasilan penanganan siswa yang menjalin hubungan berpacaran tidak hanya bergantung pada sanksi atau aturan disiplin, tetapi juga pada

keberhasilan proses konseling dalam membantu siswa mencapai pemahaman dan pengendalian diri yang lebih baik. Pendekatan REBT menjadi sarana penting dalam proses ini karena mampu menargetkan aspek-aspek internal yang menjadi akar dari munculnya perilaku menyimpang, terutama dalam konteks remaja di lingkungan *boarding school*.

F. Langkah – Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang berjudul “Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy* untuk Menangani Siswa Berpacaran.” bertempat di SMP IT Al-Ukhuwah *Boarding School* yang berlokasi di Jl. Terusan Kaum RT 15/05 Kec. Pagaden, Kab. Subang, Prov. Jawa Barat (41252).

Pemilihan lokasi untuk penelitian didasarkan pada sejumlah pertimbangan dari peneliti. Daya tarik utama terletak pada adanya fenomena yang teramati di lokasi tersebut, ditambah dengan berbagai faktor pendukung yang meningkatkan relevansi sebagai subjek penelitian.

2. Paradigma dan Pendekatan

a. Paradigma

Penelitian berlandaskan pada paradigma konstruktivisme, yang memandang realitas sosial terbentuk melalui konstruksi pemahaman individu dan interaksi sosial. Dalam paradigma ini, kebenaran dianggap bersifat relative dan bergantung pada sudut

pandang subjek (Kriyantono, 2009). Peneliti menyadari bahwa pemahaman terhadap fenomena yang menjadi objek penelitian terbentuk melalui interaksi sosial dan interpretasi individu. Pendekatan memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi berbagai sudut pandang dan intrerpretasi yang muncul dalam konteks sosial, sehingga memberikan gambaran yang mendalam.

b. Pendekatan

Untuk mendalami fenomena yang diteliti, pendekatan kualitatif dipilih dengan metode deskriptif. Pendekatan dipilih karena memungkinkan peneliti untuk melakukan analisis secara mendalam terhadap proses konseling individu dengan berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengatasi permasalahan perilaku berpacaran siswa di SMP IT Al-Ukhuwah *boarding school*. Melalui pendekatan kualitatif-deskriptif, peneliti dapat menggali secara mendalam dari proses konseling, termasuk pengalaman partisipan serta dinamika perilaku yang terjadi, sehingga dapat memberikan gambaran secara menyeluruh mengenai proses dan dampak dari teknik yang digunakan.

3. Metode Penelitian

Metode deskriptif kualitatif digunakan dalam penelitian ini untuk memberikan gambaran rinci dan mendalam tentang penggunaan teori REBT dalam konseling individu untuk mengatasi perilaku berpacaran siswa. Dengan menggunakan teknik ini, peneliti dapat membuat

deskripsi naratif berdasarkan informasi empiris yang dikumpulkan dari lapangan (Frankl & Wallen dalam Fadli, 2021)

4. Jenis Data dan Sumber Data

a. Jenis Data

Data yang dikumpulkan bersifat kualitatif, yang diperoleh dari berbagai sumber sesuai dengan fokus penelitian, meliputi:

- 1) Deskripsi mengenai bentuk berpacaran siswa yang terjadi di *boarding school*
- 2) Proses pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan REBT
- 3) Hasil konseling terhadap siswa yang melakukan hubungan berpacaran

b. Sumber Data

1) Sumber Data Primer

Data primer didefinisikan oleh Husein Umar sebagai data yang diambil dari sumber langsung seperti hasil wawancara, pengisian kuesioner, atau angket yang biasanya dilakukan oleh peneliti (Umar, 2013). Bisa dikatakan data yang diperoleh langsung dari 1) Guru BK dan santri yang termasuk kedalam kategori topik terkait, 2) Proses konseling, 3) Hasil konseling.

2) Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data tambahan yang digunakan untuk melengkapi dan mendukung data yang

diperlukan untuk menyelesaikan penelitian. Sumber data sekunder termasuk dokumentasi, buku, wawancara, hasil penelitian sebelumnya, dan sumber data lain yang berkaitan dengan masalah penelitian.

5. Informan dan Teknik Penentuan Informan

a. Informan dan Unit Analisis

Informan adalah orang atau sumber yang memberikan informasi atau data kepada peneliti selama penelitian. Peneliti memilih informan yang terdiri dari Guru BK dan siswa dalam kategori topik penelitian. Informan dapat berasal dari individu yang memiliki pengetahuan atau pengalaman terkait subjek penelitian.

b. Teknik Penentuan Informan

Penentuan informan dalam penelitian dilakukan dengan memilih informan secara langsung. Bertujuan agar informan atau responden memiliki informasi ataupun memiliki penguasaan baik teori maupun informasi sesuai dengan topik penelitian. Adapun informan yang dipilih, yaitu guru bimbingan konseling dan siswa dengan kategori yang sesuai dengan topik penelitian.

6. Teknik Pengumpulan Data

Dalam memperoleh data tersebut, peneliti membutuhkan berbagai metode pengumpulan data yang relevan dengan penelitian yang akan diteliti. Adapun metode pengumpulan data tersebut ialah:

a. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara mengamati secara langsung terhadap peristiwa dari perilaku subjek penelitian (Creswell, 2013). Peneliti melakukan observasi non-partisipan. Observasi non partisipan ialah teknik dimana peneliti tidak terlibat langsung dalam aktivitas dengan kehidupan sosial objek yang diteliti dan dijadikan data penelitian. Dengan metode ini, peneliti dapat memperoleh data yang lebih detail dan bahkan dapat memahami makna setiap perilaku yang terlihat. Adapun hal yang diamati saat dilapangan meliputi lingkungan sekolah dan sistem asrama, budaya dan aturan sekolah, perilaku siswa.

b. Wawancara

Untuk menghasilkan data penelitian, wawancara dilakukan secara langsung dan menggunakan komunikasi dua arah, bertanya, mendengar, merespon untuk mengumpulkan data. Wawancara didefinisikan sebagai proses di mana peneliti mengajukan pertanyaan terbuka kepada informan dan mencatat pernyataan mereka (Creswell, 2015). Dalam kasus ini, peneliti menggunakan wawancara semistruktur, yang berarti peneliti memberikan pertanyaan kepada guru Bimbingan Konseling dan siswa yang termasuk kedalam kategori topik penelitian, kemudian meminta pendapat dan ide informan (Sugiyono, 2017). Tujuannya agar

peneliti dapat mengembangkan masalah secara terbuka dengan meminta pendapat dan ide informan.

Data hasil observasi dan wawancara didokumentasikan berupa data verbatim. Yaitu data yang dihasilkan dari wawancara yang dilakukan kepada informan atau responden yang termasuk kriteria topik penelitian, dalam bentuk berupa transkrip wawancara, audio wawancara, foto, maupun video. Kemudian dianalisis berdasarkan teori-teori yang relevan dan diambil suatu kesimpulan penelitian.

7. Teknik Penentuan Keabsahan

Data dapat dinyatakan benar dalam sebuah penelitian kualitatif apabila adanya persamaan antara laporan penelitian dengan apa yang sebenarnya terjadi di lapangan. Dalam penelitian, peneliti menggunakan teknik triangulasi, yaitu metode yang mengintegrasikan berbagai teknik pengumpulan data dan sumber informasi. Kegunaannya adalah untuk menyelidiki ketidaksamaan data dari satu informan dengan informan lainnya. Dengan harapan perbedaan pendapat dapat dihasilkan sebuah kesimpulan yang akurat dan tepat.

Dalam penelitian, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber menguji keakuratan data dengan cara melakukan validasi data yang diperoleh dari satu informan dengan informan lain melalui hasil wawancara dan dokumen lainnya. Triangulasi teknik menguji keakuratan dengan cara membandingkan suatu data

observasi dengan data wawancara sehingga terdapat suatu perbandingan antara data yang diperoleh dan data yang dihasilkan.

8. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah menyusun data secara sistematis yang diperoleh melalui hasil observasi, wawancara, catatan lapangan dan sumber lainnya. Mengikuti konsep yang diberikan Miles dan Huberman (Sutriani & Octaviani, 2019). Langkah - langkah analisis data sebagai berikut:

a. Redukasi Data

Untuk mendapatkan informasi dengan cara menyimpulkan dan memilih inti pembahasan sesuai dengan fokus penelitian, peneliti melakukan reduksi data yang telah didapat melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dengan melakukan reduksi data, peneliti akan lebih mudah dalam menyajikan data sehingga dapat mengelompokkannya secara sistematis dan terorganisir (Sugiyono, 2018).

b. Penyajian Data

Setelah melakukan reduksi data, selanjutnya dilakukan penyajian data dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi biasanya disajikan dalam bentuk naratif, sehingga data yang telah diperoleh dapat disusun secara sistematis dan mudah dipahami.

c. Penarikan Kesimpulan atau Verifikasi

Data yang telah diolah, dikelompokkan, difokuskan, dan disusun secara sistematis lalu disimpulkan sehingga tujuan penelitian dapat ditemukan.

