BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi yaitu seseorang mengalami peralihan dari anak–anak menuju dewasa. Pada masa remaja terdapat beberapa proses perubahan, diantarannya perubahan fisik dan perubahan psikologi. Perkembangan secara fisik ditandai dengan semakin matangnya organ-organ tubuh termasuk organ reproduksi. Sedangkan secara psikologis perkembangan ini nampak pada perkembangan kematangan pribadi.

Menurut Hurlock (1980:210) pada masa remaja terjadi perkembangan yang dinamis dalam kehidupan individu yang ditandai dengan percepatan pertumbuhan fisik, emosional dan sosial. Perubahan fisik yang terjadi diantaranya timbul proses pematangan organ reproduksi, selain itu juga sudah terjadi perubahan psikologis. Hal ini mengakibatkan perubahan sikap dan tingkah laku seperti mulai tertarik dengan lawan jenis, berusaha menarik perhatian dan muncul perasaan cinta yang kemudian akan muncul dorongan seksual. Munculnya dorongan seksual karena pada masa remaja cenderung memiliki tingkat seksual yang tinggi sehubungan dengan mulai matangnnya hormon seksual dan organ-organ reproduksi. Perasaan suka terhadap lawan jenis atau tertarik dengan lawan jenis merupakan proses perkembangan sosial remaja, yang sering diungkapkan dengan istilah berpacaran.

Pacaran adalah hal yang biasa terjadi dan dialami oleh remaja. Pacaran dianggap sebagai masa pendekatan antar individu dari kedua lawan jenis, yaitu

ditandai dengan saling pengenalan pribadi baik kekurangan dan kelebihan dari masing-masing individu. Menurut Santrock (1998), Jadi dengan berpacaran maka individu/remaja siswa belajar untuk mengenai individu lain (lawan jenis), dimana kegiatan ini amat menarik dan menyenangkan bagi mereka karena merupakan hal yang baru bagi remaja.

Menurut Evi (2013) Pacaran bagi sebagian kalangan remaja sudah bukan hal yang asing lagi bahkan banyak remaja memiliki anggapan bahwa kalau masa remaja adalah masa berpacaran, jadi remaja yang tidak berpacaran justru dianggap sebagai remaja yang kuno, kolot, tidak mengikuti perubahan zaman dan dianggap kurang bergaul. Pacaran sehat sendiri sering dimaknai sebagai suatu proses pacaran dimana keadaan fisik, pada intinya dilarang kontak dalam tindakan kekerasan fisik, tidak kontak fisik yang bisa mempengaruhi pada perilaku seks yang berisiko. Pacaran yang tidak sehat yaitu pacaran yang melakukan ciuman, pegangan tanggan, *petting*, dan sampai melakukan hubungan intim.

Menurut Banun (2013: 14) Remaja sekarang sangat sulit menolak ajakan dari lawan jenisnnya untuk melakukan aktivitas seksual sebelum menikah, dengan alasan mencintai pacar atau takut diputuskan apabila tidak menuruti kemauan dari pacarnya, rasa ingin tahu yang tinggi tentang seks serta kurangnya pengetahuan tentang pendidikan seks yang didapat dari keluarga maupun sekolah. Remaja sekarang masih sering tidak memikirkan terhadap dampak ataupun kerugian yang akan diterimannya jika melakukan hubungan seks ketika masa remaja tanpa adanya ikatan pernikahan. Masa sekarang ini remaja yang berpacaran sudah sangat memprihatinkan karena sudah mulai berani berpegangan tangan, mencium

pipi, merangkul dan memegang buah dada diatas baju, serta yang lebih ekstrem menggesek-gesek alat kelamin dengan pacarnya .

Menurut info dari reproduksi remaja (dalam jurnal Rahmadani & dkk, 2018), remaja pada usia 15-19 tahun, proporsi terbesar berpacaran pertama kali pada usia 15-17 tahun. Sekitar 33,3% remaja perempuan dan 34,% remaja laki-laki yang berusia 15-19 tahun mulai berpacaran pada saat mereka belum berusia 15 tahun. Pada usia tersebut dikhawatirkan memiliki perilaku pacaran yang tidak sehat, antara lain melakukan hubungan seks pranikah.

Berdasarkan survei kesehatan reproduksi yang dilakukan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) (dalam jurnal Evi, 2013), sekitar 92% remaja yang berpacaran saling berpegangan tangan, ada 82% yang saling berciuman, dan 63% remaja yang berpacaran tidak malu untuk saling meraba bagian tubuh kekasih mereka yang seharusnya tabu untuk dilakukan. Ada perbedaan gaya pacaran remaja sekarang dengan dulu. Remaja saat ini lebih permisif untuk melakukan apapun demi menunjukan keseriusan pada pasangannya. Semua aktivitas itu yang akhirnya mempengaruhi niat untuk melakukan seks lebih jauh .

Dari data yang sudah diuraikan diatas bisa ditarik kesimpulan bahwa cara berpacaran anak remaja pada saat ini sangat mengkhawatirkan. Dengan adannya data tersebut seharusnya ada tindakan untuk merubah perilaku berpacaran remaja dan mengurangi perilaku yang sudah mengarah ke perilaku pacaran tidak sehat. Akibat dari perilaku pacaran tidak sehat tersebut banyak remaja yang hamil diluar nikah sehingga harus berhenti sekolah.

Banyaknya remaja yang gaya berpacarannya sudah mengarah ke perilaku negatif membuat peneliti ingin melakukan penelitian dengan membantu mengatasi permasalah perilaku negatif berpacaran siswa disekolah melalui pemberian layanan konseling kelompok. Dengan memberikan kegiatan konseling kelompok diharapkan bisa mengurangi dan merubah persepsi siswa terhadap perilaku berpacaran agar tidak banyak lagi remaja yang terjerumus kedalam kegiatan pacaran yang tidak seharusnya dilakukan anak remaja.

Pada tanggal 21 Oktober 2019 peneliti melakukan observasi sekaligus wawancara dengan salah satu guru BK di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam, peneliti memperoleh informasi bahwa disekolah tersebut sedang melakukan pencegahan terhadap perilaku seksual remaja termasuk perilaku berpacaran, karena ditinjau dari kejadian siswa yang tidak bisa melanjutkan sekolahnya dikarena hamil diluar nikah . Menurut guru BK pernah menjumpai siswa dan siswinya di jalan sedang berpacaran dengan melihatkan kemesraannya saat berboncengan tanpa merasa malu atau risih saat dilihat oleh orang lain.

Kejadian perilaku remaja ini sudah sangat memprihatinkan dan membutuhkan bantuan dalam mengubah persepsi terhadap perilaku tersebut. Maka dari itu perlu adanya solusi yang diberikan yaitu dengan melakukan konseling kelompok *Cognitive behavioral therapy* untuk membantu mengubah cara berfikir remaja terhadap perilaku berpacaran bagi remaja yang sudah mengarah keperilaku negatif agar siswa dapat berfikir secara rasional terhadap apa yang dilakukannya dan bertindak sesuai dengan masa perkembangan.

Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang diterapkan disekolah adalah layanan konseling kelompok. Menurut Luddin (2012:78) konseling

kelompok merupakan salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sekelompok orang (klien) dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk pengentasan masalah pribadi yang dirasakan oleh masing-masing anggota kelompok. Sehingga dengan dilaksanakannya layanan konseling kelompok, siswa dapat mengentaskan masalah dan memperoleh informasi yang berkaitan dengan "perilaku berpacaran".

Dengan melakukan konseling kelompok diharapkan bisa membantu siswa dalam memahami tindakan perilaku yang maladaptif dan adaptif. Konseling kelompok yang digunakan yaitu menggunakan peendekatan *Cognitive behavioral therapy*. Menurut Kazdin 1978 (dalam Gunarsa 1996:230) *Cognitive behavioral therapy* adalah usaha untuk mengubah perilaku yang nyata dengan mengubah pikiran, interprestasi, dugaan dan strategi dalam memberikan respon.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul "**Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy Terhadap Perilaku Berpacaran Pada Siswa Kelas XI IPS 1 di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2019-2020".**

1.2 Identifikasi Masalah

Permasalahan merupakan hal yang paling utama dan diiringi dengan cara bagaimana pemecahannya. Namun sebelum hal itu dilakukan harus dilakukan identifikasi masalah. Agar tidak terjadi kesalah pahaman pengertian tentang masalah yang diteliti maka perlu diidentifikasi masalah terkait dengan judul :

1. Banyak siswa yang dikategorikan berteman dengan lawan jenis yang tidak sehat seperti pacaran yang tidak sehat

2. Siswa tanpa enggan memamerkan kemesraan dengan pasangan atau orang yang disukai di lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah.
3. Siswa yang melakukan perilaku negatif berpacaran seperti berpegangan, berduan, berpelukan dan bercumbu.
4. Kesalahan persepsi siswa terhadap perilaku berpacaran.
5. Kurangnya layanan BK di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam untuk mencegah dan mengurangi pemikiran dan tindakan siswa dalam berpacaran.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah diatas, maka perlu adanya pembatasan masalah yang diteliti, maka dalam penelitian ini pembatasan masalah yaitu : "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* Terhadap Perilaku Berpacaran Pada Siswa Kelas XI IPS 1 di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2019-2020".

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, penulis merumuskan kedalam pertanyaan berikut : "Apakah ada Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* terhadap Perilaku Berpacaran Pada siswa Kelas XI IPS 1 di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2019-2020"

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah "Untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Cognitive Behavioral Theraphy* Terhadap Perilaku Berpacaran Pada Siswa Kelas XI IPS 1 di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2019-2020".

1.6 Manfaat Penelitian

A. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat penelitian ini sebagai berikut:

1. Diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavioral therapy.*
2. Diharapkan penelitian ini dapat menambah referensi dan khasanah keilmuan dibidang bimbingan dan konseling khususnya dalam bidang konseling kelompok pendekatan *cognitive behavioral therapy* dalam menangani perilaku berpacaran siswa di sekolah.

B. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini bermanfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut:

1. Bagi pihak sekolah penelitian ini dapat menjadi sumber dalam penanganan perilaku berpacaran yang negatif yang dilakukan oleh peserta didik.

2. Bagi guru bk, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam upaya merubah perilaku seks bebas siswa dalam berpacaran melalui pendekatan *cognitive behavioral therpy*.
3. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan bagi siswa tidak mendekati hal-hal yang mengarah pada perilaku negatif berpacaran.
4. Bagi peneliti, untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dalam hal mengurangi perilaku berpacaran bersama teman sebaya.