

## EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DALAM MENGATASI KENAKALAN REMAJA

Cadra Prasiska Rahmat<sup>1\*</sup>, Dzifa Hesti Hazal Wardhani<sup>2</sup>, Elis Nur Mutia<sup>3</sup>, Fairah Dwi Agustin Nugraha<sup>4</sup>, Salsabila Ghifani<sup>5</sup>, Yulia Iestari<sup>6</sup>, Yeni Apriyanti<sup>7</sup>, Rani Fitriana<sup>8</sup>

Universitas Indraprasta PGRI

[dzifahazzal03@gmail.com](mailto:dzifahazzal03@gmail.com)

**Abstract**

*Adolescence is defined as a transition period, from childhood to adulthood between the ages of 12 and 18 years. This period is also a period for an individual who will experience changes in various aspects, such as cognitive (knowledge), emotional (feelings), social (social interaction) and moral (morals). This study aims to determine the effectiveness of group counseling in overcoming juvenile delinquency. The method used in this study is a literature study. The results of this study are that various literatures analyzed show similar findings that group counseling is effective in overcoming juvenile delinquency.*

**Keywords:** Effectiveness, Group Counseling, Juvenile Delinquency.

**Abstrak**

Remaja didefinisikan sebagai suatu masa peralihan, dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa antara umur 12 hingga 18 tahun. Masa ini juga merupakan masa bagi seorang individu yang akan mengalami perubahan-perubahan dalam berbagai aspek, seperti aspek kognitif (pengetahuan), emosional (perasaan), sosial (interaksi sosial) dan moral (akhlak). Penelitian ini bertujuan guna mengetahui bagaimana efektivitas konseling kelompok dalam mengatasi kenakalan remaja. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur. Hasil dari penelitian ini ialah berbagai literatur yang dianalisis menunjukkan temuan yang serupa bahwa konseling kelompok efektif dalam mengatasi kenakalan remaja.

**Kata Kunci:** Efektivitas, Konseling Kelompok, Kenakalan Remaja.

**Pendahuluan**

Remaja didefinisikan sebagai suatu masa peralihan, dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa antara umur 12 hingga 18 tahun. Masa ini juga merupakan masa bagi seorang individu yang akan mengalami perubahan-perubahan dalam berbagai aspek, seperti aspek kognitif (pengetahuan), emosional (perasaan), sosial (interaksi sosial) dan moral (akhlak) (Kusmiran dalam Remaja, 2021). Pada masa ini akan selalu terjadi pertentangan antara orang tua dan remaja itu sendiri, namun apabila pada masa sebelumnya (anak – anak) hubungan antara orang tua dan anak telah dibina secara baik, pada umumnya remaja akan mampu mengikuti pendapat dan pandangan orang tuanya. Pada masa ini didalam diri para remaja terjadi pertentangan yang disebut *explosive bipolarity* karena anak merasa berdiri dengan sebelah kaki di lingkungan keluarga (ketergantungan) dan sebelah kakinya yang lain berada diluar keluarga (Terlepas dari ketergantungan). Kenyataan seperti itu sebenarnya menempatkan para remaja pada kondisi yang sangat membutuhkan bimbingan, baik dari

orang tua maupun dari guru – gurunya di sekolah. Akan tetapi sikap menolak dan menghindar dari para remaja itu sendiri sering mempersulit upaya pemberian bimbingan dan petunjuk kepada mereka. Untuk itulah diperlukan langkah – langkah yang bijaksana dari para pendidik dalam melakukan pendekatan terhadap para remaja.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa. Masa transisi ini seringkali menghadapi individu yang bersangkutan kepada situasi yang membingungkan, disatu pihak masih kanak-kanak, tetapi dilain pihak ia sudah harus bertingkah laku seperti orang dewasa. Situasi-situasi yang menimbulkan konflik seperti ini, sering menyebabkan perilaku-perilaku yang aneh, canggung dan kalau tidak dikontrol bias menjadi kenakalan” (Sarwono dalam Rulmuzu, 2021). Seorang remaja sudah tidak lagi dapat dikatakan sebagai kanak-kanak, namun ia masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa. Ia sedang mencari pola hidup yang paling sesuai baginya dan ini pun sering dilakukan melalui metoda coba-coba walaupun melalui banyak kesalahan. Kesalahan yang dilakukannya sering menimbulkan kekuatiran serta perasaan yang tidak menyenangkan bagi lingkungannya, orang tuanya. Kesalahan yang diperbuat para remaja hanya akan menyenangkan teman sebayanya. Hal ini karena mereka semua memang sama-sama masih dalam masa mencari identitas. Kesalahan-kesalahan yang menimbulkan kekesalan lingkungan inilah yang sering disebut sebagai kenakalan remaja.

Remaja merupakan aset masa depan suatu bangsa, keselamatan bangsa kedepan terletak di tangan para pemuda masa kini. Para pemuda dan remaja merupakan tumpuan masa depan manusia. Para pemuda dan remajalah yang mesti tampil mengusung harapan yang menggembirakan, generasi seperti itulah generasi harapan. Maka oleh karenanya, persoalan mengenai kenakalan remaja menjadi suatu persoalan yang signifikan dalam masyarakat karena dapat memberikan dampak yang fatal bagi keberlangsungan suatu bangsa dan generasi yang akan datang, sehingga diperlukan penanganan yang tepat bagi mereka agar tidak semakin terjerumus dalam kenakalannya.

Di Indonesia masalah kenakalan remaja cukup memprihatinkan bagi masyarakat. Dilansir dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2019) sepanjang bulan Januari sampai April 2019 sebanyak 37 kasus kenakalan remaja diberbagai jenjang pendidikan. Masalah lainnya sering kali dilakukan remaja melakukan tauran pelajar, bolos sekolah, pencurian sebagaimana yang diungkapkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2019) angka tauran pelajar di Indonesia sangat meningkat datanya dari tahun ke tahun, pada tahun 2017 sebesar 12,9 naik menjadi 14 persen di tahun 2018. Dari data tersebut dapat diprediksi jumlah peningkatan angka kenakalan remaja setiap tahunnya selalu meningkat. Prediksi tahun 2019 mencapai 11685,90 kasus dan pada tahun 2020 mencapai 12944,47 kasus. Mengalami kenaikan tiap tahunnya sebesar 10,7%. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) dari 233 juta jiwa penduduk Indonesia, 28,6% atau 63 juta jiwa adalah remaja berusia 10-24 tahun (Hardin dan Nidia, 2022).

Layanan konseling kelompok menurut Sukardi (Safithry dan Anita dalam Fitri dan Darmayanti, 2023) yaitu Layanan seperti bimbingan dan konseling dimana memberikan

siswa kesempatan agar membicarakan serta menyelesaikan masalah mereka dalam pengaturan kelompok. Konseling kelompok, menurut Nanang Martono (Gunawan et al. Dalam Fitri dan Darmayanti, 2023), adalah proses interpersonal yang dinamis yang menekankan pemikiran dan perilaku sadar serta memiliki tujuan terapeutik. Kurnanto (dalam Indrawati, 2021) mengklaim jika tujuan konseling kelompok yakni agar membantu peserta didik meningkatkan kemampuan sosialisasi, terkhusus kapasitas komunikasi dan perilaku yang dapat diterima. Konseling kelompok memiliki dua tujuan: satu bersifat kuratif, atau dimaksudkan untuk membantu orang mengatasi masalah yang sedang mereka hadapi, dan yang kedua bersifat preventif, atau dimaksudkan untuk membantu orang menghindari masalah sejak awal.

Penelitian tentang efektivitas konseling kelompok dalam mengatasi kenakalan remaja penting untuk dilakukan karena kenakalan remaja merupakan masalah serius yang dapat berdampak negatif pada perkembangan individu, hubungan keluarga, dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan. Maka dari itu, penulis memberikan judul pada penelitian ini **“Efektivitas Konseling Kelompok dalam Mengatasi Kenakalan Remaja”**. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan strategi yang efektif untuk mengurangi perilaku kenakalan di kalangan remaja, sehingga memberikan manfaat signifikan. Bagi individu, manfaatnya termasuk peningkatan kesehatan mental dan perilaku yang lebih positif. Bagi keluarga, penelitian ini dapat membantu memperbaiki dinamika keluarga dan meningkatkan dukungan serta komunikasi antar anggota keluarga. Sementara itu, bagi masyarakat, penelitian ini berpotensi mengurangi tingkat kejahatan dan meningkatkan keamanan serta kohesi sosial.

## **Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian studi literatur (literature study). Studi literatur pada penelitian ini adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelola data penelitian secara obyektif, sistematis, analitis, dan kritis tentang efektivitas konseling kelompok dalam mengatasi kenakalan remaja. Penelitian dengan studi literatur ini memiliki persiapannya sama dengan penelitian lainnya akan tetapi sumber dan metode pengumpulan data dengan mengambil data di pustaka, membaca, mencatat, dan mengolah bahan penelitian dari artikel hasil penelitian tentang variabel dalam penelitian ini. Penelitian studi literatur ini menganalisis dengan matang dan mendalam agar mendapatkan hasil yang objektif tentang efektivitas konseling kelompok dalam mengatasi kenakalan remaja. Data yang dikumpulkan dan dianalisis merupakan data sekunder yang berupa hasil-hasil penelitian seperti buku dan artikel jurnal yang relevan dengan konseling kelompok dan kenakalan remaja.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil temuan dari beberapa artikel jurnal yang telah dianalisis, didapatkan hasil apabila konseling kelompok dapat dilakukan dan efektif dalam menekan dan mengatasi kenakalan remaja. Temuan ini dapat dilihat dalam penelitian yang dilakukan oleh Elza dan TS (2017) yang menyatakan dalam penelitiannya apabila konseling kelompok dengan teknik *problem solving* baik untuk digunakan pada dunia pendidikan sebagai salah satu bentuk pelayanan bimbingan konseling di sekolah. Kenakalan remaja pada peserta didik yang berupa bolos saat sekolah dapat diminimalisir dari rata-rata awal sebesar 191.50 turun hingga 69.00, dengan jumlah rata-rata penurunan sebesar 65.13.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Suryatmoko, Purwati dan Nuraini (2021) menyatakan apabila konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Imagery* dan teknik *Homework Assignment* efektif untuk meningkatkan tanggung jawab remaja. Hasil penelitian ini dibuktikan dari hasil Uji Statistik Parametrik *One Way Anova* dengan probabilitas nilai signifikansi 0,001. Setelah pengujian data terdapat perbedaan skor rata-rata angket tanggung jawab antara dua kelompok. Kelompok eksperimen 1 memiliki persentase peningkatan sebesar 10,26% sedangkan kelompok eksperimen 2 sebesar 12,21%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Konseling kelompok teknik *Homework Assignment* lebih efektif untuk meningkatkan tanggung jawab daripada konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Imagery*.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Ns, Jaya dan Murni (2022) menghasilkan pemahaman apabila layanan konseling kelompok teknik *self-management* berpengaruh untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas X di SMAN 5 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2021/2022. Penelitian ini berjenis penelitian eksperimen dengan sampel yang dipakai yakni 10 orang peserta didik yang memiliki perilaku agresif yang tergolong tinggi. Sementara teknik pengumpulan datanya menggunakan kuesioner. Berdasarkan beberapa hasil penelitian terdahulu berikut, dapat ditarik kesimpulan apabila penggunaan konseling kelompok dapat memberikan pengaruh bagi penanganan kenakalan remaja, utamanya peserta didik di sekolah yang sedang mengalami masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa.

Menganalisis temuan dari beberapa artikel jurnal mengungkapkan bahwa konseling kelompok efektif dalam mengurangi dan mengelola kenakalan remaja. Konsistensi temuan tersebut terlihat dari penelitian Elza dan TS (2017) yang menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik pemecahan masalah dapat menurunkan angka absensi sekolah secara signifikan, yaitu menurunkan rata-rata dari 191,50 menjadi 69,00. Penelitian lain yang dilakukan oleh Suryatmoko, Purwati, dan Nuraini (2021) menyoroti efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan tanggung jawab remaja, dengan teknik *Homework Assignment* menunjukkan peningkatan yang lebih tinggi (12,21%) dibandingkan dengan teknik *Rational Emotive Imagery* (10,26%). Selain itu, penelitian Ns, Jaya, dan Murni (2022) menunjukkan bahwa teknik manajemen diri dalam konseling kelompok dapat memitigasi perilaku agresif pada siswa. Meskipun temuan ini secara konsisten mendukung efektivitas

konseling kelompok, teknik spesifik dan perilaku sasarannya berbeda-beda. Tren umum dalam literatur adalah bahwa konseling kelompok, yang menggunakan berbagai teknik, secara umum efektif dalam mengatasi berbagai bentuk kenakalan remaja, meskipun efektivitas masing-masing teknik mungkin berbeda berdasarkan jenis kenakalan atau perilaku tertentu yang ditangani.

Berdasarkan temuan-temuan yang telah disajikan diatas berkaitan dengan efektivitas konseling kelompok dalam mengatasi berbagai bentuk kenakalan remaja, terdapat beberapa yang menjadi kelebihan dan kekurangan dalam penelitian-penelitian tersebut. Satu dari sekian kelebihan yang terdapat dari beberapa penelitian di atas ialah adanya keberagaman teknik konseling kelompok yang digunakan sehingga menawarkan pengetahuan baru bagi konselor berkenaan dengan metode yang berbeda serta temuannya yang bermacam-macam. Tetapi adapun kekurangan yang perlu untuk digaris bawahi. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Ns, Jaya dan Murni (2022) serta penelitian oleh Elza dan TS (2017) memakai sampel yang terbilang kecil sehingga hal ini memberikan pengaruh pada generalisasi hasil penelitian. Selanjutnya variasi pada desain penelitian maupun teknik dalam menghimpun datanya seperti pemakaian kuesioner yang berpotensi pada bias respon, bisa memberikan pengaruh keandalan hasil. Walaupun studi yang dilakukan oleh Suryatmoko, Purwati dan Nuraini (2021) memakai uji statistik yang akurasinya tinggi, terdapat rasa khawatir akan perbedaan konteks serta populasi pada tiap-tiap studi mampu memberikan pengaruh konsistensi temuan studi apabila diimplementasikan ke kelompok remaja yang tidak sama. Maka dari itu, hasil studi ini sementara dapat mendukung efektivitas konseling kelompok, kemudian perlu adanya penelitian yang lebih lanjut, metodologi yang lebih kuat, serta sampel yang masif agar akurasi temuan ini semakin tinggi.

Hasil dari studi berikut mendukung teori serta kerangka konseptual yang ada berkaitan dengan konseling kelompok serta kenakalan remaja, misalnya teori sosial-kognitif serta pendekatan behaviorisme yang memfokuskan dirinya pada lingkungan sosial dan intervensi yang teratur ketika melakukan modifikasi atau perbaikan pada perilaku remaja. Seperti yang dapat dilihat pada hasil studi Elza dan TS (2017) dan penelitian dari Ns, Jaya dan Murni (2022) yang memperlihatkan jika teknik *problem solving* serta teknik *self-management* dapat dikatakan efektif untuk meminimalisir kenakalan remaja, yang mengindikasikan dukungan pada konsep keterampilan pemecahan persoalan serta pengelolaan diri merupakan kunci pada intervensi psikologis. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Suryatmoko, Purwati dan Nuraini (2021) yang memperlihatkan adanya kenaikan tanggung jawab dengan penggunaan teknik *Homework Assignment* pun memberikan dukungan pada pendekatan pendidikan yang memfokuskan diri pada tanggung jawab seseorang dan pembelajaran dengan pengalaman praktis. Hasil studi ini sejalan dengan literatur yang lebih luas pada bidang psikologi serta pendidikan yang mengindikasikan apabila intervensi kelompok mampu menumbuhkan lingkungan dukungan sosial yang baik serta menawarkan model perilaku konstruktif untuk remaja. Tetapi adapun tantangan atas teori yang ada, utamanya pada aspek variasi efektivitas keberagaman teknik,

yang memperlihatkan kebutuhan akan adaptasi serta fleksibilitas pada pendekatan konseling kelompok selaras dengan aspek dan keperluan seorang remaja. Hal ini menggaris bawahi bahwa penelitian yang lebih lanjut penting untuk dilakukan guna mendalami kondisi serta faktor kontekstual yang memberikan pengaruh pada keberhasilan intervensi konseling kelompok pada setiap jenis setting sosial maupun budaya.

### Kesimpulan

Berbagai temuan dari beberapa artikel jurnal yang dianalisis menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif dalam mengurangi dan mengelola kenakalan remaja. Penelitian Elza dan TS (2017) menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik pemecahan masalah menurunkan ketidakhadiran sekolah secara signifikan dari rata-rata 191,50 menjadi 69,00. Selanjutnya Suryatmoko, Purwati, dan Nuraini (2021) menemukan bahwa teknik Homework Assignment dalam konseling kelompok lebih efektif meningkatkan tanggung jawab remaja, menunjukkan peningkatan sebesar 12,21% dibandingkan dengan 10,26% yang dicapai dengan teknik Rational Emotive Imagery. Selain itu, Ns, Jaya, dan Murni (2022) menegaskan efektivitas konseling kelompok, dengan teknik manajemen diri berhasil mengurangi perilaku agresif pada siswa. Meskipun temuan-temuan ini secara umum konsisten, terdapat variasi dalam teknik spesifik dan perilaku yang ditargetkan. Secara keseluruhan, literatur menunjukkan bahwa berbagai teknik konseling kelompok efektif dalam mengatasi berbagai bentuk kenakalan remaja, meskipun efektivitas masing-masing teknik dapat bervariasi tergantung pada jenis kenakalan atau perilaku yang ditargetkan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agel, S. U., Ngiu, Z., Yunus, R., & Adhani, Y. (2021). Peran Guru Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan Dalam Menanggulangi Masalah Kenakalan Remaja Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bokat Kecamatan Bokat Kabupaten Buol Sulawesi Tengah. *JAMBURA Journal Civic Education*, 1(2), 67-76.
- Andriati, N., Atika, A., & Yuditio, P. R. (2019). Meningkatkan Sikap Empati Siswa SMP Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama. *Jurnal Pendidikan*, 17(1), 68–79.
- Elza, E., & Syarif, D. F. T. (2017). Efektivitas Konseling Kelompok Berbantuan Teknik Problem Solving Untuk Menurunkan Perilaku Membolos Peserta Didik: Effectiveness Of Helpful Groups Of Problem Solving Techniques To Reduce Behavior Of Breaking Students. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 1-4.
- Fatchurahman, M., Syarif, D. F. T., & Turohmi, S. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Problem Solving dalam Menurunkan Perilaku Membolos Siswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2(1), 55-68.
- Fitri, A., & Darmayanti, N. (2023). 12. Literature Review: Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Siswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(02), 271-280.

- Hardin, F., & Nidia, E. (2022). Gambaran Faktor-Faktor Penyebab Kenakalan Remaja di RT 09 RW 03 Kelurahan Alang Laweh Kota Padang. *Jurnal Citra Ranah Medika (CRM)*, 2(1), 1-9.
- Indrawati. (2021). Penerapan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa. *Jurnal Ilmiah Teknologi Pendidikan*, 11(1), 1-8.
- Jatmiko, D. (2021). Kenakalan remaja klithih yang mengarah pada konflik sosial dan kekerasan di Yogyakarta. *Jurnal Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(2), 129-150.
- Ligasari, O. N., & Navion, F. P. (2021). Efektivitas konseling kelompok realita untuk meningkatkan motivasi belajar siswa Smp di Desa Siman Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori Dan Praktik Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 2.
- Ns, R., Jaya, W. S., & Murni, S. (2022). EFEKTIFITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA DI SEKOLAH SMA NEGERI 5 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2021/2022. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Konseling (JIMBK)*, 4(2), 1-8.
- Remaja, A. D. (2021). BAB II REMAJA. *Kesehatan Reproduksi Wanita Di Sepanjang Daur Kehidupan*, 25.
- Rulmuzu, F. (2021). Kenakalan remaja dan penanganannya. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 5(1).
- Suryatmoko, S. (2021, December). Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Rational Emotive Imagery dan Homework Assignment untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Remaja. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 513-522).
- Trifena, dkk. (2020). Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self-Management untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa di SMP Negeri 1 Teriak. *Jbki*, 5(2), 46-49.
- Virly, N., Ega, D. A., & Muhid, A. (2023). Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa empati siswa: literature review. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 1(1), 32-40.
- Wahid, S., & Marianti, L. (2023). Efektivitas Konseling Kelompok Berbasis Islam Untuk Mereduksi Perilaku Mistik Remaja Kecanduan Togel. *Journal of Society Counseling*, 1(1), 36-44.
- Zakiyyah, A. N. C., & Muhid, A. (2024). EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEROKOK SISWA: LITERATURE REVIEW. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 63-72.