



IMPLEMENTASI KONSELING KELOMPOK DALAM PERILAKU MALADAPTIF REMAJA *BROKEN HOME*

IMPLEMENTATION OF GROUP COUNSELING IN THE MALADAPTIVE BEHAVIOR OF BROKEN HOME ADOLESCENTS

Siti Rahma Wulan Muin^{1*}, Nur Hermatasiyah¹, Muhammad Fauzan Muttaqin¹

¹ Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Institut Daarul Qur'an, Jakarta, Indonesia

*E-mail: sitirhmwulanm@gmail.com

Abstract

This research was conducted with the aim of observing and describing the behavior of maladaptive teenagers from Broken Home family backgrounds at SMP Negeri 18 Tangerang. The research method is qualitative case study research on students who experience Broken Home. In collecting this data, informants were Counseling Guidance (BK) teachers, parents and students who experienced maladaptive behavior from Broken Home families. Determining informants used a purposive sampling technique based on the results of interviews with guidance and counseling teachers which showed that they really experienced the conditions of Broken Home families and the impact on their daily lives. Data validation uses source triangulation. The data analysis technique uses interactive analysis based on Milles Hubberman's theory which consists of data collection, data reduction, data display, and ending with conclusions. The research results show that the Guidance and Counseling Teacher (BK) at SMP Negeri 18 Tangerang has an important role in overcoming this maladaptive behavior through group counseling services. Group counseling aims to help students develop interpersonal skills, manage emotions, and change negative behavior into positive. The counseling process involves several stages: formation, transition, activity, and closure, which are designed to build group dynamics and achieve counseling goals.

Keywords: *Implementation, Group Counseling, Maladaptive Behavior, Broken Home Adolescents*

Abstrak

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengamati dan mendeskripsikan perilaku maladaptif remaja dengan latar belakang keluarga broken home di SMP Negeri 18 Tangerang. Metode penelitian dengan penelitian kualitatif studi kasus pada siswa yang mengalami broken home. Dalam pengumpulan data melibatkan informan guru Bimbingan Konseling (BK), orang tua dan siswa yang mengalami perilaku maladaptif yang berasal dari keluarga broken home. Penentuan informan menggunakan Teknik

purposive sampling berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK yang menunjukkan bahwa mereka benar-benar mengalami kondisi keluarga broken home dan berdampak pada kehidupan sehari-hari. Validasi data menggunakan triangulasi sumber. Teknik analisis data menggunakan analisis interaktif berdasarkan teori Milles Hubberman yang terdiri dari pengumpulan data, reduksi data, display data, dan diakhiri dengan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMP Negeri 18 Tangerang memiliki peran penting dalam mengatasi perilaku maladaptif ini melalui layanan konseling kelompok. Konseling kelompok bertujuan membantu siswa mengembangkan keterampilan interpersonal, mengelola emosi, dan mengubah perilaku negatif menjadi positif. Proses konseling melibatkan beberapa tahap: pembentukan, peralihan, kegiatan, dan penutup, yang dirancang untuk membangun dinamika kelompok dan mencapai tujuan konseling.

Kata Kunci: *Implementasi, Konseling Kelompok, Perilaku Maladaptif, Remaja Broken Home*

Pendahuluan

Setiap masa transisi remaja mengandung masa kritis, yang merupakan tantangan perkembangan, salah satunya ditandai oleh kecenderungan munculnya perilaku maladaptif. Purwanta mendefinisikan perilaku maladaptif sebagai perilaku yang cenderung tidak dapat diterima oleh keluarga, sekolah, atau masyarakat seseorang dan juga cenderung berdampak negatif pada perkembangan individu (Rahmah, 2021). Menurut definisi ini, Perilaku yang tidak sesuai dengan norma sosial yang berlaku dan menghambat penyesuaian diri seseorang dengan lingkungannya disebut perilaku maladaptive. Perilaku maladaptif dapat menimbulkan konsekuensi negatif bagi individu maupun orang lain di sekitarnya.

Menurut Deater dan Deckard contoh perilaku maladaptif yaitu tidak patuh pada aturan, menentang orang lain, berbohong, memukul atau berkelahi dan merokok (Haryati & Syahidin, 2023). Perilaku maladaptif memiliki karakteristik yaitu (1) tindakan yang merugikan diri sendiri dan orang lain di sekitarnya; (2) tindakan yang muncul sebagai reaksi yang tidak tepat; (3) tindakan yang menunjukkan ketidakmampuan individu dalam menyelesaikan berbagai tugas perkembangan, dan (4) perilaku yang menunjukkan ketidakmampuan individu dalam menghadapi tuntutan lingkungan (Wijaya & Muslim, 2021). Dalam beberapa situasi, perilaku menyimpang tersebut dapat berlangsung lebih lama dan dapat

berkembang menjadi perilaku seperti berbohong, membantah, membolos dan lain (Pendidikan & Sebagai, 2023).

Menurut Puspitasari, pelanggaran tata tertib sekolah menunjukkan perilaku maladaptif. Indonesia memiliki tingkat pelanggaran tata tertib sekolah yang cukup tinggi. Jumlah pelajar yang merokok di Indonesia mencapai 43,3% pada tahun 2013, menurut data Kementerian Kesehatan. Dari tahun 2006 hingga 2011, pelanggaran tata tertib lainnya seperti perkelahian, membolos minum-minuman keras, dan pencurian meningkat sebesar 30% dari tahun sebelumnya ((Puspitasari Arum Diah dkk, 2023). Karakter-karakteristik tersebut menunjukkan bahwa perilaku maladaptif merupakan bentuk perilaku yang tidak sesuai dengan harapan sosial. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi munculnya perilaku maladaptif pada remaja adalah kondisi keluarga yang tidak harmonis, khususnya pada mereka yang berasal dari latar belakang keluarga *broken home*.

Menurut Chaplin *broken home* adalah suatu situasi di mana konflik dalam rumah tangga terjadi di antara keluarga. keadaan di mana salah satu dari kedua orang tua, seperti ayah atau ibu, tidak hadir karena bercerai atau meninggal dunia (Amaliya Fradinata et al., 2022). Anak akan menghadapi reaksi emosional dan perilaku akibat perceraian orang tua, yang merupakan perubahan besar dan memerlukan penyesuaian baru bagi mereka. Sikap dan tindakan orang tua sebelum, selama, dan setelah perceraian sangat memengaruhi bagaimana anak menanggapi situasi tersebut. Untuk membantu anak mengatasi kehilangan yang mereka alami selama masa sulit ini, mereka mengharapkan bantuan, perhatian, dan kasih sayang yang lebih besar (Mustika et al., 2023). Penjelasan tersebut diketahui bahwa ketika keadaan keluarga terjadi keretakan, atau salah satu orang tua meninggal dan perceraian, itu adalah penyebab terjadinya *broken home*.

Keluarga *broken home* adalah salah satu factor yang mempengaruhi perilaku remaja. Menurut Gerungan, apabila orangtuanya sering berselisih dan menyatakan sikap saling bermusuhan dengan disertai tindakan-tindakan yang agresif, keluarga itu tidak dapat disebut utuh (Mahnunin & Ridjal, 2021). Tidak semua keluarga utuh terbebas dari masalah. Ada keluarga utuh justru memiliki konflik dan kurang harmonis, yang juga dapat mempengaruhi perkembangan perilaku anak. Hal

tersebut menunjukkan perilaku maladaptif sebagaimana menurut Pratama Keluarga tidak utuh memiliki pengaruh besar terhadap munculnya kenakalan anak yang ditunjukkan dari perilakunya selama ia di sekolah (Pratama et al., 2022).

Bahaya psikologis ditimbulkan oleh hubungan keluarga yang tidak harmonis pada segala tahapan kehidupan, terutama saat masa remaja, menyebabkan anak-anak merasa kurang percaya diri dan cenderung mengandalkan keluarga untuk perlindungan. (Deasy et al., 2020). Oleh karena itu hubungan negatif keluarga yang biuruk akan dapat berdampak buruk terhadap para remaja. Remaja adalah masa periode peralihan yang penting dalam perkembangan individu antara masa anak-anak dan dewasa. Rentang usia remaja bisa bervariasi di berbagai budaya dan konteks, tetapi biasanya mencakup periode dari awal pubertas hingga dewasa awal. Masa remaja merupakan tahap yang rentan terhadap masalah emosional seperti rasa takut, khawatir atau gelisah. Perubahan yang dialami remaja karena mengalami pengaruh-pengaruh dari luar yang menyebabkan remaja terpengaruh oleh lingkungan. Adapaun beberapa masalah yang dialami remaja yaitu masalah pribadi mencakup situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai (Papilaya et al., 2022).

Belakangan ini, persoalan perilaku maladaptif di kalangan remaja kian marak terjadi. Hal serupa juga ditemukan di sebuah Lembaga Pendidikan Sekolah Menengah Pertama. Pendidikan merupakan salah satu bidang kehidupan manusia (Muttaqin & Aviari, 2022). Dengan kata lain sekolah memegang peranan dan tanggungjawab besar untuk mengimplementasikan nilai-nilai positif guna mendukung pembentukan perilaku murid yang baik dan berkualitas. Pendidikan karakter secara tegas terhubung dengan teori pembelajaran behavioristik, karena tujuannya sejalan dengan teori tersebut, yaitu mengharapkan perubahan perilaku siswa dari yang awalnya kurang baik menjadi lebih positif (Muttaqin, 2020). Adanya hubungan antara perilaku maladaptif dan perilaku siswa yang kurang baik, menurut tujuan yang sejalan dengan teori tersebut.

Peneliti menemukan fenomena di Sekolah Menengah Pertama. Fenomena ini dibuktikan berdasarkan temuan dari wawancara dengan Guru BK di SMP Negeri 18 Tangerang, dapat diperoleh informasi bahwasanya terdapat sejumlah siswa di sekolah tersebut yang memiliki masalah sehingga mendorong mereka melakukan

perilaku yang melenceng dari norma dan aturan yang berlaku atau perilaku maladaptif. Diantaranya seperti membolos, terlambat datang ke sekolah, sering melawan Guru, merokok di wc sekolah dan berkelahi. Dalam hal ini diperlukan Langkah-langkah preventif dan penanganan segera untuk meminimalisir perilaku maladaptif dikalangan remaja sejak usia dini. Guru BK sebelumnya menerapkan konseling individu untuk menangani perilaku maladaptif. Namun, hasilnya kurang efektif, sehingga Guru BK beralih menggunakan konseling kelompok untuk mengurangi perilaku maladaptif.

Menurut Prayitno konseling kelompok adalah usaha pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada orang-orang yang membutuhkan untuk mengentaskan masalah yang sedang dihadapinya dalam suasana kelompok (Putri et al., 2021). Konseling kelompok dapat membantu siswa mengembangkan pemikiran, persepsi, emosional, wawasan, dan sikap yang mendorong perilaku yang lebih baik. Konseling kelompok bertujuan untuk mendorong remaja agar dapat membuat komitmen dan perubahan perilaku yang lebih adaptif dalam kehidupan sehari-hari.

Layanan konseling kelompok adalah proses interpersonal yang dinamis yang didasarkan pada pikiran dan perilaku yang disadari dan dibangun. Proses ini terjadi dalam kelompok kecil orang yang mengungkapkan diri kepada guru BK dan sesama anggota. Komunikasi ini dapat membantu orang lebih memahami dan menerima tujuan hidup mereka dan nilai-nilai mereka, serta belajar bagaimana melakukan perilaku tertentu dengan cara yang lebih baik (Parwati & Sugiharto, 2022). Dengan menggunakan layanan Kelompok konseling, Guru BK dapat membantu siswa mengembangkan perasaan, pikiran, pengetahuan, dan sikap yang membantu mereka melakukan perilaku yang lebih baik (Mustika et al., 2023).

Konseling kelompok sebagian besar digunakan untuk melatih anggota kelompok agar berani berbicara di depan umum dan mengembangkan rasa empati di antara mereka, menyebarkan minat dan bakat masing-masing anggota kelompok, dan membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi anggota kelompok (Gaho et al., 2021). Jadi, konseling kelompok memiliki tujuan yang komprehensif, baik dari segi pengembangan diri, hubungan interpersonal, maupun penyelesaian masalah yang dihadapi oleh para remaja dalam kelompok. Menurut Prayitno menjelaskan bahwa ada empat langkah dalam menjalankan konseling kelompok, yakni : Tahap

pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap penutup (Parawansah, 2022).

Dampak signifikan pada perkembangan remaja *broken home* rentan mengalami permasalahan psikologis, emosional, dan perilaku yang dapat menghambat perkembangan mereka secara optimal. Perilaku maladaptif merupakan salah satu manifestasi yang perlu mendapat perhatian serius. Apalagi pada jenjang sekolah, perilaku maladaptif cenderung mengalami kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah. Hal ini dapat berdampak buruk pada prestasi akademik, dan memicu konflik pada masalah disiplin di lingkungan sekolah. Dengan demikian, peneliti menilai bahwasanya masalah ini sangat penting untuk diteliti

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat deskriptif, yaitu suatu pendekatan penelitian yang bertujuan untuk mengungkap fenomena melalui pengumpulan data lapangan dalam situasi nyata. Penelitian kualitatif ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif kelompok konseling dalam menangani perilaku maladaptif remaja dari keluarga yang kehilangan tempat tinggal di SMP Negeri 18 Tangerang. Subjek dalam penelitian kualitatif ini disebut sebagai informan, yang merupakan individu yang akan digali informasinya oleh peneliti. Pada hal ini, subjek penelitiannya adalah guru bimbingan dan konseling serta siswa dengan perilaku maladaptif yang berasal dari keluarga *broken home* di SMP Negeri 18 Tangerang. Guru bimbingan dan konseling berperan sebagai informan primer, sedangkan siswa sebagai informan sekunder.

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi. Untuk menganalisis data yang diperoleh, peneliti menggunakan model analisis yang dikembangkan oleh Miles Huberman. Menurut Sugiyono, agar analisis dapat dilakukan secara efektif, Miles dan Huberman menyusun langkah-langkah analisis sebagai berikut: 1) mereduksi data atau merangkum data, 2) menampilkan data atau menyajikan data dalam bentuk tertentu, 3) melakukan verifikasi data, dan 4) menarik kesimpulan.

Proses analisis ini dilakukan secara berkesinambungan hingga data yang diperoleh menjadi jenuh dan lengkap.

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif adalah studi yang mengumpulkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari individu serta perilaku yang dapat diamati (Widodo et al., 2021). kalimat tersebut merujuk pada sebuah metode penelitian yang bertujuan untuk mengungkap fenomena dengan cara mengumpulkan data secara langsung di lapangan sesuai dengan kondisi faktual yang ada. Lokasi yang menjadi fokus penelitian adalah SMP Negeri 18 Tangerang. Tujuan dilaksanakannya penelitian kualitatif ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dalam menangani perilaku maladaptif remaja dari keluarga *broken home* di SMP Negeri 18 Tangerang. Subjek dalam penelitian kualitatif ini disebut sebagai informan, yang merupakan individu yang akan digali informasinya oleh peneliti. Pada hal ini, subjek penelitiannya adalah guru bimbingan dan konseling serta siswa dengan perilaku maladaptif yang berasal dari keluarga *broken home* di SMP Negeri 18 Tangerang. Guru bimbingan dan konseling bertindak sebagai sumber informasi utama atau informan primer, sementara para siswa berperan sebagai sumber informasi pendukung atau informan sekunder.

Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tiga teknik, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan model Miles Huberman. Teknik analisis data menurut Miles Huberman yang meliputi pengumpulan data, reduksi data, dan penyajian kesimpulan (Sa'adah et al., 2022).

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Perilaku Maladaptif Remaja *Broken Home* di SMP Negeri 18 Tangerang

Orang tua yang tidak memberikan perhatian dan tidak memenuhi kebutuhan anak dengan baik, hal ini dapat meningkatkan resiko pada anak terlibat dalam perilaku sosial yang tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku di Masyarakat. Hal ini disebabkan karena anak-anak memerlukan perhatian dan kasih sayang serta bimbingan dari orang tua untuk dapat tumbuh dan berkembang dengan baik secara emosional dan sosial. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi, anak dapat merasakan

kehilangan arah, marah atau kecewa, yang kemudian dapat mengakibatkan mereka mencari pelaku kejahatan melalui perilaku pelanggaran norma sosial lainnya. Oleh karena itu, perhatian dan pemenuhan kebutuhan anak oleh orang tua sangatlah penting untuk mencegah perilaku maladaptif serta membantu anak berkembang menjadi individu yang sehat secara emosional dan sosial. Kurangnya perhatian atau ketidakmampuan orang tua dalam memenuhi kebutuhan anak dapat meningkatkan risiko anak terlibat dalam perilaku sosial yang tidak pantas, seperti agresi dan perilaku negatif lainnya (Maulana, 2019).

Anak yang berada pada situasi dengan keluarga yang orang tuanya selalu bertengkar, sehingga tidak mendapatkan keharmonisan dan perhatian khusus dari orang tua. Risiko anak mengalami masalah perilaku internalisasi dan eksternalisasi meningkat jika mereka tidak memiliki kehangatan dan perlindungan dari orang tua mereka. (Muris et al. 2003). Sebagai contoh, pola asuh, partisipasi, dan kehangatan orang tua berhubungan dengan tingkat agresi dan perilaku eksternalisasi yang ditunjukkan oleh anak. (Stormshak et al. 2000) (Zulnida, 2020).

Perilaku yang mengganggu aktivitas sehari-hari, seperti perilaku yang tidak diterima secara sosial, dapat merugikan seseorang secara fisik atau mempengaruhi pendidikan dan lingkungan tempat tinggal, disebut sebagai perilaku maladaptif (Romadhona, 2017). Menurut Sparrow perilaku maladaptif didefinisikan sebagai perilaku yang tidak diharapkan atau tidak sesuai, yang dapat menghambat atau mengganggu kemampuan individu untuk beradaptasi dan berfungsi dengan baik dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Hasil wawancara dan temuan lapangan menunjukkan bahwa remaja di SMP Negeri 18 Tangerang mengalami beberapa masalah perilaku maladaptif. Perilaku maladaptif tersebut berupa: (1) membolos, siswa sengaja tidak hadir di sekolah tanpa adanya alasan yang dapat diterima. Siswa membolos disebabkan karena adanya dorongan dari teman-teman, siswa merasa bosan. Saat berada di kelas selama pembelajaran berlangsung dan menghadapi kesulitan untuk memahami pelajaran. Membolos telah menjadi masalah yang semakin mengkhawatirkan di Amerika Serikat karena beberapa penelitian mengungkapkan bahwa perilaku membolos dapat menjadi indikator perilaku menyimpang pada remaja (penelitian menunjukkan

bahwa 75–85% pelaku kenakalan remaja suka membolos atau sangat sering tidak pergi ke sekolah) (Mulkyan, 2019).

(2) berkelahi, terdapat siswa yang melakukan tindakan agresif bersama dengan teman-teman yang lain. Anak-anak yang merasa ditolak dan senasib dengan teman akan secara otomatis mencari dukungan moril dengan bergabung dalam kelompok sebaya. Tujuannya untuk memperoleh peran sosial yang bermakna dan melakukan Tindakan-tindakan yang menarik perhatian bersama-sama. Oleh karena itu, individu berbentuk kelompok cenderung terlibat dalam perkelahian atau antar kelompok agar eksistensi mereka lebih terlihat dan untuk memuaskan ego (Husna & Karneli, 2021) dan (3) melawan guru, siswa mengabaikan arahan guru, berkata kasar, terdapat siswa yang tidak mengerjakan tugas, melontarkan kata-kata kasar atau tidak sopan dan bersikap tidak menghormati guru (4) merokok, Ketika remaja sudah mengalami ketergantungan terhadap terhadap rokok, kebutuhan untuk merokok akan semakin meningkat. Dorongan kuat untuk terus merokok ini justru dapat mendorong remaja untuk mengambil Tindakan yang salah atau berbahaya. Tidak jarang uang saku yang dimiliki remaja pelajar dihabiskan hanya untuk membeli rokok, bukan untuk membeli buku Pelajaran atau bacaan yang bermanfaat. Jika kondisi ini terus berlanjut dan semakin meningkat dengan pesat, maka Indonesia berpotensi menjadi negara yang didominasi oleh kebiasaan merokok (Cahyani, 2019).

Menurut hasil wawancara yang dilakukan peneliti, tiga informan menunjukkan kecenderungan berperilaku maladaptif. Informan I menunjukkan penarikan diri sosial, dan informan III menunjukkan tanda-tanda penarikan diri sosial. Berdasarkan indikator perilaku *maladaptive internalizing* dan perilaku *maladaptive externalizing* bahwa siswa merasa rendahnya kepercayaan diri untuk mengungkapkan perasaan cemas kepada orang lain karena khawatir dianggap tidak serius, merasa sangat stress ketika menghadapi sebuah kesulitan. Karena anak-anak dan remaja dari keluarga rentan tidak menerima pesan-pesan yang tepat untuk menghadapi situasi stres, mereka merasa sedikit rasa aman dan keselamatan dalam situasi stres dan dalam menghadapi stres, kurangnya efikasi diri menunjukkan bahwa stres dalam diri mereka adalah lebih fokus pada ekspresi wajah (Sobhani et al., 2021). Kurangnya bimbingan dan arahan yang tepat, siswa atau remaja rentan merasa tidak aman saat

stress dan memiliki keyakinan diri yang rendah dalam mengatasi stress, sehingga lebih cenderung menunjukkan stress melalui ekspresi wajah daripada mengatasinya. Siswa mengutamakan dirinya sendiri daripada memperhatikan situasi disekitarnya yang sedang kacau, menunjukkan adanya egosentrisme yang umum terjadi pada perilaku maladaptif.

Informan III juga menunjukkan kecenderungan untuk berperilaku maladaptif, seperti yang ditunjukkan oleh hasil observasi indikator bahwa perilaku negatif lebih sering terjadi daripada perilaku positif, seperti pertengkaran, merokok, dan bolos sekolah. Hal ini menunjukkan adanya perilaku yang melanggar aturan, siswa menyalahkan diri sendiri ketika sedang berada dalam situasi sulit. Siswa kurang merasa nyaman dalam situasi sosial. Masalah perilaku anak dalam bentuk gejala internalizing dan externalizing telah terbukti terkait tidak hanya dengan adaptasi sosial, tetapi juga dengan kemampuan untuk memahami emosi orang lain (Babicka-Wirkus et al., 2023). Informan II cenderung impulsif dalam bertindak yaitu terdapat siswa cenderung focus pada kepuasan sesaat tanpa memikirkan dampak jangka panjangnya. Siswa kesulitan dalam konsentrasi Ketika menghadapi ujian

Menurut Sparrow, perilaku maladaptif meliputi klasifikasi berdasarkan 2 kategori tertentu yaitu perilaku *maladaptive internalizing* dan perilaku *maladaptive externalizing* (Daulay, 2021). Perilaku *maladaptive internalizing* lebih berfokus pada gangguan emosional dan perasaan hati seseorang. Antara gejala yang muncul adalah kecemasan, depresi, dan keluhan fisik seperti sakit badan dan sakit. Jenis perilaku maladaptif ini biasanya tidak menunjukkan perilaku agresif. Namun, perilaku yang sulit dikendalikan menyebabkan banyak individu mengalami kesulitan dalam mengelola dan mengendalikan emosi mereka.

Sedangkan pada perilaku *maladaptive externalizing* meliputi serangkaian perilaku yang cenderung bersifat impulsif, meledak-ledak, menentang otoritas, dan berpotensi merugikan atau mengganggu orang lain. Contoh perilaku seperti ini antara lain bertindak tanpa berfikir Panjang, mengalami ledakan amarah, sengaja tidak mematuhi atau menentang perintah, mengolok-olok, mengejek, merusak barang milik teman, berbicara tidak benar, membodohi, mengambil barang orang lain, melakukan tindakan kekerasan yang dilakukan secara fisik seperti menendang,

memukul, memberi isyarat berlebihan kepada kepala, mengajukan pertanyaan yang mengganggu orang lain, dan bertindak tidak sesuai dengan preferensi atau harapan orang lain. Perilaku externalizing bersifat keluar dan berpotensi mengganggu atau merugikan lingkungan sekitar. Individu yang mengalami perilaku internalisasi sering kali juga menunjukkan perilaku maladaptif eksternalisasi, dan sebaliknya. Contohnya, seorang remaja mengalami depresi (internalisasi) mungkin juga menunjukkan perilaku agresif (eksternalisasi) sebagai cara untuk melampiaskan emosi negatifnya. Penyebab dibalik kedua jenis perilaku maladaptif bisa beragam, seperti lingkungan keluarga yang tidak kondusif, pengalaman traumatis. Oleh karena itu, penting untuk mengenali dan mengatasi kedua jenis perilaku maladaptif secara komperensif melalui dukungan yang tepat.

Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok terhadap Siswa dengan Perilaku Maladaptif di SMP Negeri 18 Tangerang

Dari hasil informasi yang dikumpulkan oleh peneliti melalui wawancara dengan Guru BK, peneliti menemukan bahwa remaja *broken home* berisiko tinggi terlibat dalam berbagai perilaku maladaptif akibat kondisi keluarga yang tidak harmonis, sehingga memerlukan intervensi yang tepat untuk mencegah dampak buruk lebih lanjut terhadap perkembangan mereka. Dampak perilaku maladaptive siswa begitu luas. Mulai dari dampak akademik, siswa yang sering bolos pelajaran maupun bolos sekolah, dimana pada saat jam pelajaran terdapat siswa mengikuti pembelajaran namun pada saat pergantian jam mata pelajaran siswa tidak lagi mengikuti proses pembelajaran, siswa memilih untuk merokok di wc sekolah. Sedangkan bolos sekolah salah satu penyebabnya adalah tidak ada ongkos untuk ke sekolah.

Factor penyebab utama menurut Guru BK adalah dari keluarga yang kurang memberikan perhatian dan perekonomian keluarga, karena tidak ada biaya ongkos berangkat ke sekolah. Siswa yang melakukan perilaku membolos disebabkan oleh beberapa factor, diantaranya adalah kurang dukungan orangtua terhadap proses pembelajaran serta rendahnya prioritas yang diberikan orangtua pada Pendidikan sekolah. Selain itu, lingkungan yang tidak baik juga dapat mempengaruhi kehadiran

siswa disekolah, sehingga mereka memilih untuk membolos (Budiawan et al., 2023). Ada pula dari sisi sosial, perilaku seperti berkelahi yang dimana terdapat beberapa siswa yang terlibat dalam pertengkaran sehingga menimbulkan perkelahian. Dapat disimpulkan bahwa *broken home* merupakan salah satu pemicu timbulnya keadaan perilaku maladaptif di kalangan siswa SMP Negeri 18 Tangerang. Perilaku maladaptif ini berpotensi menimbulkan dampak lanjutan yang lebih serius dan menimbulkan masalah baru bagi siswa. Untuk mengatasi hal tersebut, sangat ditekankan perlunya pemberian layanan konseling untuk siswa yang mengalami kesulitan akibat kondisi keluarga *broken home*.

Peran Guru BK dalam pelayanan konseling adalah sebagai pembinaan dan bimbingan, dan pelayanan tersebut bertujuan untuk membantu siswa memperbaiki perilaku maladaptif mereka menjadi perilaku yang lebih adaptif dan positif. Guru BK berperan penting dalam memaksimalkan perkembangan siswa agar tujuan pendidikan tercapai, serta menciptakan rasa aman dan terlindungi bagi siswa di bawah bimbingannya di lingkup sekolah (Agung Prasetya et al., 2019). Guru BK selalu bertindak proaktif dalam melakukan pembinaan dan bimbingan. Hal ini dilakukan karena perilaku maladaptif dapat mengganggu konsentrasi belajar siswa di sekolah. Guru BK berharap para siswa dapat belajar mengelola emosi dan mengendalikan perilaku mereka dengan lebih baik dan positif.

Perilaku maladaptif merupakan perilaku yang tidak selaras atau tidak mampu beradaptasi dengan tuntutan yang ada dalam lingkungan sekitarnya. Sebagai Guru BK mempunyai tanggungjawab untuk membimbing siswa agar mencapai perkembangan yang optimal. Harapan tersebut dapat tercapai jika siswa terhindar dari pengaruh perilaku maladaptif. Siswa tidak dapat dibiarkan hidup tanpa nilai, melainkan harus memiliki norma-norma sosial dalam kehidupannya. Generasi muda bangsa yang diharapkan adalah siswa yang cerdas, memiliki nilai dan norma agama, serta norma sosial yang baik. Mengingat pentingnya bentuk generasi muda yang kompeten, kelompok konseling dapat berperan penting sebagai wadah pengembangan diri bagi siswa.

Menurut Nurihsan (Istirahayu & Fitriyadi, 2021) Konseling kelompok adalah Upaya untuk mendukung siswa dalam suasana kelompok melalui tindakan

pengecahan dan terapeutik, dan memberikan kesempatan untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa. Upaya dalam mengatasi perilaku maladaptif siswa, Guru BK melakukan pemberian layanan dengan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok yaitu layanan seperti bimbingan dan konseling memberikan siswa kesempatan untuk berbicara dan menyelesaikan masalah mereka dalam kelompok yaitu: identifikasi masalah, pemberian peringatan dan hukuman serta kerjasama para guru. Sebagai mana menurut Harahap terdapat beberapa upaya untuk mengatasi masalah yang dihadapi siswa, beberapa langkah yang dapat diambil meliputi meningkatkan pemahaman dan kemampuan guru bimbingan konseling atau konselor dalam mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi para murid, memperbanyak dan memadai sumber daya yang tersedia untuk layanan bimbingan konseling, serta mempererat hubungan dan kerjasama antara guru BK dengan para siswa, orang tua, dan para guru di lingkungan sekolah (Harahap et al., 2023). Untuk mengidentifikasi masalah perlu adanya peningkatan pemahaman dan keterampilan guru BK, kemudian peningkatan jumlah dan kualitas sumber daya yang tersedia untuk layanan bimbingan konseling, serta penguatan hubungan dan kerjasama antara guru BK dengan siswa, orang tua, dan rekan guru di lingkungan sekolah.

Guru BK mengoptimalkan pelaksanaan layanan konseling kelompok yang dilaksanakan khusus untuk mengentaskan permasalahan siswa di sekolah SMP Negeri 18 Tangerang. Tahap pelaksanaan yang dilakukan oleh Guru BK di sekolah SMP Negeri 18 Tangerang yaitu pertama pada tahap pembentukan, Guru BK memanggil beberapa siswa yang bermasalah. Kemudian Guru BK membentuk kelompok sebanyak 4 siswa dengan permasalahan yang ada, dan membangun keakraban diantara anggota kelompok. Menurut pendapat Guru BK ternyata besar masalahnya adalah perihal perilaku maladaptif. Pada tahap peralihan, Guru BK dan siswa bersama-sama menetapkan tujuan spesifik yang ingin dicapai selama sesi layanan dan membangun janji sederhana dengan siswa. Kemudian pada tahap kegiatan, Guru Bk mengarahkan diskusi dengan siswa terkait permasalahan yang sedang dialami. Dan pada sesi terakhir konseling kelompok, yaitu pada tahap penutup. Guru BK membuat kegiatan lanjutan dengan siswa sebagai bentuk pemantauan perkembangan siswa lebih lanjut (Parawansah, 2022).

Pelaksanaan layanan konseling kelompok terbukti efektif dalam menangani perilaku maladaptif siswa remaja *broken home*. Setelah mengikuti layanan, siswa terkait menunjukkan perubahan pikiran dan perilaku yang lebih positif, siswa dengan perilaku maladaptif sering kali mengalami dan menyebabkan berbagai permasalahan di lingkungan sekolah. Namun, setelah mengikuti layanan konseling kelompok, siswa-siswa tersebut perlahan-lahan menampilkan perubahan perilaku yang lebih baik. Keberhasilan dalam menerapkan layanan memberikan kontribusi yang cukup membantu dengan membangun kualitas hubungan dengan konseli, membantu siswa untuk membuka permasalahan-permasalahan, membangun rasa saling percaya dan hubungan baik dengan siswa.

Kepribadian seorang konselor memiliki peran yang sangat penting dalam membangun hubungan konseling yang baik dan menciptakan perubahan pada diri siswa (Syahri et al., 2022) dengan kata lain kualitas Guru BK memiliki pengaruh lebih besar dalam proses pelayanan daripada kemampuan konselor dalam menguasai ilmu dan menerapkan keterampilan konseling. Sedangkan untuk factor penghambat salah satunya adalah keterbatasan waktu. Guru BK mengalami keterbatasan waktu untuk memberikan pelayanan yang cepat dan efektif. Khususnya di SMP Negeri 18 Tangerang jumlah Guru BK ada 3 orang, 2 guru BK tidak hanya focus pada pelayanan, namun juga merangkap menjadi Guru walikelas sehingga waktu dalam pelaksanaan konseling masih terbatas. Guru BK menghadapi berbagai kendala dalam melaksanakan proses konseling. Kendala-kendala tersebut meliputi proses identifikasi awal siswa, mengatur waktu konseling, penyediaan media pendukung dan pengembangan Teknik khusus (Apriyadi, 2023).

Simpulan

Penelitian ini menyoroti perilaku maladaptif pada remaja dari keluarga broken home di SMP Negeri 18 Tangerang. Anak-anak yang tidak mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua rentan terlibat dalam perilaku sosial yang tidak sesuai dengan norma masyarakat, seperti membolos, berkelahi, melawan guru, dan merokok. Penelitian menunjukkan bahwa perilaku maladaptif ini dipicu oleh kurangnya perhatian, kehangatan, dan bimbingan dari orang tua serta kondisi

keluarga yang tidak harmonis. Perilaku maladaptif bisa berbentuk internalisasi, seperti kecemasan dan depresi, atau eksternalisasi, seperti agresi dan perilaku menentang otoritas.

Guru (BK) di SMP Negeri 18 Tangerang memiliki peran penting dalam mengatasi perilaku maladaptif ini melalui layanan konseling kelompok. Konseling kelompok bertujuan membantu siswa mengembangkan keterampilan interpersonal, mengelola emosi, dan mengubah perilaku negatif menjadi positif. Proses konseling melibatkan beberapa tahap: pembentukan, peralihan, kegiatan, dan penutup, yang dirancang untuk membangun dinamika kelompok dan mencapai tujuan konseling.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok telah terbukti efektif, dengan banyak siswa menunjukkan perubahan perilaku yang positif setelah mengikuti sesi konseling. Meskipun demikian, Guru BK menghadapi berbagai kendala, termasuk keterbatasan waktu dan sumber daya, serta tantangan dalam mengatur waktu konseling dan menyediakan media pendukung. Meskipun demikian, kualitas dan kepribadian konselor sangat penting dalam membangun hubungan yang baik dengan siswa dan menciptakan perubahan yang positif. Kerjasama antara Guru BK, siswa, orang tua, dan staf pengajar lainnya juga sangat penting untuk mengatasi perilaku maladaptif siswa secara efektif.

Daftar Pustaka

- Agung Prasetya, Fauzi, T., & Ramadhani, E. (2019). Pengaruh Lingkungan Terhadap Perilaku Agresif Verbal Siswa Dalam Berkomunikasi. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam)*, 2(2), 68–73. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i2.1351>
- Amaliya Fradinata, S., Netrawati, & Yeni Karneli. (2022). Penerapan Terapi Realita Untuk Mengatasi Kenakalanremaja Pada Siswa Broken Home. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 1(4), 431–437. <https://doi.org/10.58540/jipsi.v1i4.90>
- Apriyadi, A. (2023). Hambatan Pelaksanaan Bimbingan Konseling di Madrasah Aliyah(Studi MA AIAI dan Bahrul Huda Kecamatan Sungaiselan). *Counselle*, 3(1), 60–74.
- Babicka-Wirkus, A., Kozłowski, P., Wirkus, Ł., & Stasiak, K. (2023). Internalizing and Externalizing Disorder Levels among Adolescents: Data from Poland.

- International Journal of Environmental Research and Public Health, 20(3).
<https://doi.org/10.3390/ijerph20032752>
- Budiawan, E., Harum, A., & Kusnadi. (2023). Konseling Individu Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Bolos pada Satu Siswa. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Pembelajaran*, 5(3), 167–173.
- Cahyani, ira mustika. (2019). Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku perundungan pada siswa sma. 2(01), 153–162.
- Daulay, N. (2021). Perilaku Maladaptive Anak dan Pengukurannya. *Buletin Psikologi*, 29(1), 45. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.50581>
- Deasy, H., Astuti, K., & Budiyani, K. (2020). Pelatihan Berfikir Positif untuk Meningkatkan Self-Esteem pada Remaja Yatim Piatu di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 1–7.
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Lahusa Tahun Pembelajaran 2020/2021. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 1(2), 13–22. <https://doi.org/10.57094/jubikon.v1i2.348>
- Harahap, A. C. P., Wijaya, A. P., Robiyatul, A., Halimah, M., Berasa, M., Putri, Z., Barira, S., & Harahap, A. D. (2023). Bentuk Kesalahan Diagnosis Permasalahan Siswa Oleh Guru BK Atau Konselor: Identifikasi, Dampak, Dan Upaya Penanganan Yang Tepat Dalam Layanan BK Di MAN 4 Medan. *Inspirasi Dunia: Jurnal Riset Pendidikan dan Bahasa*, 2(2), 155–161.
- Haryati, T., & Syahidin, S. (2023). Model Pembelajaran Modifikasi Tingkah Laku Dan Implementasinya dalam Pendidikan Agama Islam. *Civilization Research: Journal of Islamic Studies*, 2(2), 188–213. <https://doi.org/10.61630/crjis.v2i2.29>
- Husna, U., & Karneli, Y. (2021). Upaya Guru BK dalam Mengatasi Masalah Kenakalan Remaja Dengan Teknik Expressive Theraphy. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian ...*, 2(4), 102–109. <https://doi.org/10.31960/konseling.v2i4.943>
- Mahnunin, J., & Ridjal, T. (2021). Identifikasi Tingkah Laku Siswa dari Keluarga Broken Home (Studi Kasus tentang Keluarga Broken Home dan Tingkah Laku Siswa MTs). *... Pendidikan ...*, 4(1), 29–46. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2944578&val>

- =26060&title=Identifikasi Tingkah Laku Siswa dari Keluarga Broken Home Studi Kasus tentang Keluarga Broken Home dan Tingkah Laku Siswa MTs
- Maulana, M. A. (2019). Studi kasus kenakalan remaja tingkat sekolah menengah pertama di Kota Sukoharjo. *Edudikara: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(2), 91–98.
- Mulkyan, M. (2019). Konseling Behavior Dengan Teknik Overcorrection Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v5i1.72>
- Mustika, Y., KW, S., & Rofiqi, M. A. (2023). Peran Bimbingan dan Konseling Dalam Menghadapi Anak Broken Home Korban Perceraian. *Al-Mursid Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam (IKABKI)*, 3(1), 1–12.
- Muttaqin, M. F. (2020). Implementasi Penguatan Pendidikan Karakter Berbasis Budaya Sekolah Pada Sekolah Dasar. *JISPE: Journal of Islamic Primary Education*, 1(1), 37–42. <https://doi.org/10.51875/jispe.v1i1.15>
- Muttaqin, M. F., & Aviari, B. A. (2022). PENGUATAN PENDIDIKAN KARAKTER DI SD IT INSAN TELADAN MANDIRI CIBITUNG. *JIEGC Journal of Islamic Education Guidance and Counselling*, 3(1), 25–30.
- Papilaya, J. O., Wenno, Y. H., Haumahu, C. P., & ... (2022). Identifikasi TUGAS Perkembangan Siswa Negeri 10 Ambon. *Pedagogika: Jurnal Pedagogik dan Dinamika Pendidikan*, 10(1), 50–55.
- Parawansah, I. S. (2022). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioristik Dalam Mengatasi Konflik Pertemanan Pada Remaja Awal (Studi Kasus Pondok Pesantren Al-Fhataniyah). *Jurnal Al-Taujih*, 8(1), 40–46. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/>
- Parwati, N., & Sugiharto, D. Y. P. (2022). Hubungan Kontrol Diri dan Pengalaman Mengikuti Konseling Kelompok terhadap Penerimaan Diri Siswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 195–203. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.220>
- Pendidikan, N., & Sebagai, K. (2023). Dampak Kenakalan Remaja Dan Implementasi Nilai-. *JIPMuktj: Jurnal Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Kramat Jat*, 4(2), 130–136. <https://jurnal.pcmkramatjati.or.id/index.php/JIPMUKJT/index>
- Pratama, R. B., Suryati, W., & Murni, S. (2022). Layanan Konseling Individu Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Siswi Broken Home Melalui Teknik

- Behavioral Di Sman 1 Natar. ... Mahasiswa Bimbingan Konseling ..., 1–8.
<https://www.stkipgribl.ac.id/eskripsi/index.php/jmbk/article/view/328>
- Puspitasari Arum Diah dkk. (2023). Perilaku Maladaptive Anak Dampak dari Pola Asuh Orang Tua di SMA N 8 Semarang. 554–560.
<https://conference.upgris.ac.id/index.php/snbk/article/view/4298>
- Putri, F. R., Redjeki, S., & Rimayati, E. (2021). Efektivitas Teknik Assertive Training Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Peserta Didik Kelas XI di SMK Teuku Umar Semarang. *Emphaty Cons: Journal of Guidance and Counseling*, 3(2), 43–51. <https://e-journal.ivet.ac.id/index.php/emp/article/view/2033%0Ahttps://e-journal.ivet.ac.id/index.php/emp/article/download/2033/1488>
- Rahmah, A. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Extinction Untuk Mengurangi Perilaku Maladaptif Pada Peserta Didik Kelas Ix Di Smp Negeri 10 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 60–68.
<https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/article/download/1519/1204>
- Romadhona, A. W. (2017). MENGURANGI PERILAKU MALADAPTIF MELALUI PEMBELAJARAN BERBANTUAN MEDIA MY BUSY BOOK PADA ANAK AUTISME. *Jurnal Pendidikan Dasar*, Vol 8, 91.
<https://doi.org/doi.org/10.21009/JPD.082.09>
- Sa'adah, M., Rahmayati, G. T., & Prasetyo, Y. C. (2022). Strategi Dalam Menjaga Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif. *Jurnal Al 'Adad: Jurnal Tadris Matematika*, 1(2), 61–62. <https://e-journal.iainptk.ac.id/index.php/al-adad/article/download/1113/408%0Ahttps://e-journal.iainptk.ac.id/index.php/al-adad/article/view/1113>
- Sobhani, M., Alizadeh, K. H., Zarei, E., & Amirfakhraei, A. (2021). Designing the Internalizing and Externalizing Behavior Model of Adolescents Based on Early Maladaptive Schemas with the Mediating Role of Coping Responses
ساسا رب نانوجون يزاس ينورب و يزاس ينورد راتفر لدم يحارط يا هلباقم ياه خساپ يجنايم شقن اب
هليلوا راگز. 107–96, (1)2.
- Sparrow, S., Balla, D., & Cicchetti, D. (1984). *Vineland Adaptive Behavior Scale*. A.G.S., Inc.
- Sparrow, S., Cicchetti, D., Balla, D., & Doll, E. (2005). *Vineland Adaptive Behavior Scales: Survey forms manual (Edisi kedua)*. American Guidance Service Publishing.

- Syahri, L. M., Mudjiran, Sukma, D., & Syahrial. (2022). Kesiapan Konselor dalam Proses Konseling Yang Berhasil. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 2(2), 82–91.
- Widodo, H., Sari, D. P., Wanhar, F. A., & Julianto, J. (2021). Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan dan Konseling Terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa SMK. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2168–2175. <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1028>
- Wijaya, R. B. A., & Muslim, A. (2021). Konsep Diri Pada Masa Dewasa Awal yang Mengalami Maladaptive Daydreaming. *Jurnal Psikologi Islam: Al-Qalb*, 12(2), 179–193.
- Zulnida, E. F. (2020). Hubungan Masalah Perilaku Internalisasi dan Eksternalisasi Dengan Tingkat Kecerdasan Pada Remaja Di Kota Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(2), 119. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i2.12735>

