

**PENERAPAN *COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY*
(CBT) UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN DALAM
PERKATAAN BURUK DI KALANGAN REMAJA
DI KELURAHAN SIABU KECAMATAN SIABU
KABUPATEN MANDAILING NATAL**



SKRIPSI

*Diajukan sebagai Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

**YULIA PUTRI PRATAMA
NIM. 1930200055**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN**

2024

**PENERAPAN *COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY*
(CBT) UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN DALAM
PERKATAAN BURUK DI KALANGAN REMAJA
DI KELURAHAN SIABU KECAMATAN SIABU
KABUPATEN MANDAILING NATAL**



SKRIPSI

*Diajukan sebagai Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

YULIA PUTRI PRATAMA

NIM. 1930200055

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY

PADANGSIDIMPUAN

2024



**PENERAPAN *COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY* (CBT) UNTUK
MENGURANGI KEBIASAAN DALAM PERKATAAN BURUK DI
KALANGAN REMAJA DI KELURAHAN SIABU KECAMATAN
SIABU KABUPATEN MANDAILING NATAL**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.SOS)
dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*



Oleh

**YULIA PUTRI PRATAMA
NIM. 1930200055**

PEMBIMBING I

**Dra. Replita, M. Si
NIP. 196905261995032001**

PEMBIMBING II

**Arifin Hidayat, S.Sos.I., M.Pd.I.
NIP. 198804162023211026**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN
2024**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T.Rizal Nurdin Km.4,5 Sihitang Padangsidimpuan 22733
Telepon (0634)22080 Faximile (0634)24022

Hal : Skripsi
a.n. Yulia Putri Pratama
Lampiran : 6 (Enam) Exemplar

Padangsidimpuan, Januari 2024
Kepada Yth:
Ibu Dekan FDIK
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN ADDARY
PADANGSIDIMPUAN
di:
Padangsidimpuan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n. *Yulia Putri Pratama* yang berjudul: **"Penerapan Cognitive Behavioural Therepy (CBT) Untuk Mengurangi Kebiasaan Dalam Perkataan Buruk Di Kalangan Remaja Di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal "**, maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang ilmu Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, saudari tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Dengan demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya, diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

PEMBIMBING I

Dra. Replita, M.Si
NIP. 196905261995032001

PEMBIMBING II

Arifin Hidayat, S.Sos.I, M.Pd.I
NIP. 198804162023211026

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yulia Putri Pratama
Nim : 1930200055
Fak/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/BKI
Judul Skripsi : **PENERAPAN *COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY* (CBT) UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN DALAM PERKATAAN BURUK DI KALANGAN REMAJA DI KELURAHAN SIABU KECAMATAN SIABU KABUPATEN MANDAILING NATAL**

Dengan ini menyatakan menyusun skripsi sendiri tanpa menerima bantuan tidak sah pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan Kode Etik mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan pasal 14 ayat 2.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum pada pasal 19 ayat ke 4 Kode Etik Mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan. Pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidempuan, 06 Desember 2023
Pembuat Pernyataan,



YULIA PUTRI PRATAMA
NIM. 1930200055

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DAN KEBENARAN DOKUMEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : YULIA PUTRI PRATAMA
Tempat / Tgl Lahir : Bandung, 26 Juli 2001
NIM : 1930200055
Fakultas / Prodi : FDIK / BKI

Menyatakan dengan sesungguhnya:

1. Segala data terdapat dalam dokumen permohonan ujian munaqasyah ini adalah benar dan sah.
2. Apabila di kemudian hari ditemukan bahwa dokumen-dokumen yang telah saya berikan tidak benar, maka saya bersedia dikenakan sanksi sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Padangsidimpun, 06 Desember 2023
Pembuat Pernyataan,



YULIA PUTRI PRATAMA
NIM. 1930200055

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademik UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Yulia Putri Pratama
Nim : 19 302 00055
Prodi : Bimbingan Dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan. Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul **PENERAPAN COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY (CBT) UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN DALAM PERKATAAN BURUK DI KALANGAN REMAJA DI KELURAHAN SIABU KECAMATAN SIABU KABUPATEN MANDAILING NATAL** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti noneksklusif ini UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padangsidempuan
Pada Tanggal : 06 Desember 2023
Saya yang menyatakan,



YULIA PUTRI PRATAMA
NIM. 1930200055



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jl. T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidimpuan 22733
Telp. (0634) 22080 Fax. (0634) 24022

DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : Yulia Putri Pratama
NIM : 1930200055
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) Untuk Mengurangi Kebiasaan Dalam Perkataan Buruk Di Kalangan Remaja Di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal

Ketua


Dr. Sholeh Fikri, M.Ag.
NIP. 196606062002121003


Dr. Sholeh Fikri, M.Ag.
NIP. 196606062002121003


Maslina Daulay, MA
NIP. 197605012003122003

Sekretaris


Arifin Hidayat, S.Sos.I. M.Pd.I
NIP. 198804162023211026

Anggota


Arifin Hidayat, S.Sos.I. M.Pd.I
NIP. 198804162023211026


Dra. Hj. Replita, M.Si
NIP. 196905261995032001

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah

Di : Padangsidimpuan
Hari/Tanggal : Selasa, 16 Januari 2024
Pukul : 14.00 WIB s/d Selesai
Hasil/Nilai : Lulus / 78 (B)
Indeks Prestasi Kumulatif : 3,48
Predikat : Memuaskan



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jl. T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidempuan 22733
Telp. (0634) 22080 Fax. (0634) 24022

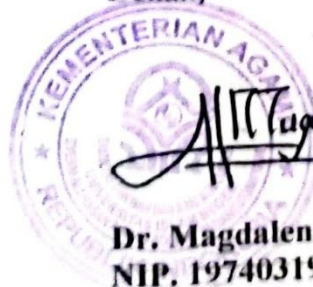
PENGESAHAN

Nomor: /S2 /Un.28/F/PP.00.9/01/2024

Judul Skripsi : Penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) Untuk Mengurangi Kebiasaan Dalam Perkataan Buruk Di Kalangan Remaja Di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal
Nama : Yulia Putri Pratama
NIM : 1930200055
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

**Telah Dapat Diterima untuk Memenuhi Salah Satu Tugas
dan Syarat-Syarat dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)**

Padangsidempuan, 25 Januari 2024
Dekan,



**Dr. Magdalena, M.Ag.
NIP. 197403192000032001**

ABSTRAK

Nama : Yulia Putri Pratama

NIM : 1930200055

Judul : Penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) Untuk Mengurangi Kebiasaan Dalam Perkataan Buruk Di Kalangan Remaja Di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal

Latar belakang dalam penelitian ini adalah terdapat remaja yang memiliki perkataan buruk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal. Adapun jenis-jenis perkataan buruk yang sering disebutkan oleh remaja antara lain: menghujat, berkata kasar, mengejek, dan menyindir. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui jenis dari perkataan buruk di kalangan remaja dan untuk mengetahui apakah penerapan *cognitive behavioural therapy* dapat mengurangi remaja dalam perkataan buruk. Jenis penelitian yang digunakan merupakan jenis penelitian tindakan atau disebut juga dengan *action research* dengan informan 12 orang remaja yang memiliki perkataan buruk berusia 12-21 tahun, orang tua dari remaja sebanyak 18 orang, teman dekat dan tetangga dari remaja yang memiliki perkataan buruk. Teknik keabsahan data yaitu triangulasi, serta teknik analisis data berupa reduksi data, pengumpulan data, dan kesimpulan. Hasil penelitian ini yaitu remaja-remaja menunjukkan bentuk perilaku dalam perkataan buruk karena pemikiran labil remaja membuat emosi mereka tidak terkontrol dan mengeluarkan kata-kata tidak sopan. *Cognitive behavioural therapy* bekerja dengan anggapan bahwa pikiran, perasaan, dan perilaku saling terkait. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja mulai siklus I pertemuan minggu pertama hingga siklus II pertemuan minggu kedua memiliki perubahan untuk mengurangi perkataan buruk tersebut, terdapat 4 (30%) remaja berubah secara tingkah laku, 6 (50%) remaja berubah secara kognisi, remaja sudah mengetahui ucapan yang tidak boleh diterapkan, remaja memahami bahwa berkata kasar bukan perilaku yang baik, remaja mengetahui akibat dari perkataan buruk.

Kata kunci: perkataan buruk, *cognitive behavioural therapy* (CBT), dan remaja

ABSTRACT

Name :Yulia Putri Pratama

Nim : 1930200055

Title : Application of *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) to reduce bad speech habits among adolescents in Siabu Village, Siabu District, Mandailing Natal Regency

The background to this research is that there are teenagers who have bad words in Siabu Village, Siabu District, Mandailing Natal Regency. The types of bad words that are often mentioned by teenagers include: blaspheming, harsh words, mocking and sarcasm. The aim of this research is to find out the types of bad words among teenagers and to find out whether the application of cognitive behavioral therapy can reduce teenagers' bad words. The type of research used was action research or also called action research with informants: 12 teenagers who had bad words aged 12-21 years, parents of 18 teenagers, close friends and neighbors of teenagers who had bad words. The data validity technique is triangulation, as well as data analysis techniques in the form of data reduction, data collection and conclusions. The results of this research are that teenagers show a form of behavior in the form of bad words because teenagers' unstable thinking makes their emotions uncontrolled and they utter impolite words. Cognitive behavioral therapy works on the assumption that thoughts, feelings and behavior are interrelated. The results of this study show that teenagers from cycle I of the first week's meeting to cycle II of the second week's meeting have made changes to reduce these bad words, there are 4 (30%) teenagers who have changed behaviorally, 6 (50%) teenagers have changed cognitively, teenagers have know what words should not be used, teenagers understand that saying harsh words is not good behavior, teenagers know the consequences of bad words.

Key words: bad words, cognitive behavioral therapy (CBT), and teenagers

خلاصة

اسم
رقم التسجيل
العنوان
:يوليا بوتري براتاما
:١٩٣٠٢٠٠٥٥
:تطبيق العلاج السلوكي المعرفي لتقليل عادة الكلمات البذيئة بين المراهقين في قرية
سيابو، منطقة سيابو، ماندابيلنج ناتال ريجنسي

خلفية هذا البحث هي أن هناك مراهقين لديهم كلمات سيئة في قرية سيابو، منطقة سيابو، ماندابيلنج ناتال ريجنسي. ومن أنواع الكلمات السيئة التي كثيراً ما يذكرها المراهقون: التجديف، والألفاظ القاسية، والسخرية، والسخرية. الهدف من هذا البحث هو معرفة أنواع الكلمات السيئة لدى المراهقين ومعرفة ما إذا كان تطبيق العلاج السلوكي المعرفي يمكن أن يقلل من الكلمات السيئة لدى المراهقين. كان نوع البحث المستخدم هو البحث الإجمالي أو يُسمى أيضاً البحث الإجمالي مع المخبرين: ١٢ مراهقاً لديهم كلمات سيئة تتراوح أعمارهم بين ٢١-٢٢ عامًا، وأولياء أمور ١٨ مراهقاً، والأصدقاء المقربين وجيران المراهقين الذين لديهم كلمات سيئة. تقنية صحة البيانات هي التثليث، وكذلك تقنيات تحليل البيانات في شكل تقليل البيانات وجمع البيانات والاستنتاجات. ومن نتائج هذا البحث أن المراهقين يظهرون شكلاً من أشكال السلوك على شكل كلمات سيئة لأن تفكير المراهقين غير المستقر يجعل انفعالاتهم غير مسيطر عليها ويتلفظون بألفاظ غير مهذبة. يعمل العلاج السلوكي المعرفي على افتراض أن الأفكار والمشاعر والسلوك مترابطة. تظهر نتائج هذه الدراسة أن المراهقين من الدورة الأولى من اجتماع الأسبوع الأول إلى الدورة الثانية من اجتماع الأسبوع الثاني قاموا بإجراء تغييرات لتقليل هذه الكلمات السيئة، هناك ٤ (٣٠٪) من المراهقين الذين تغيروا سلوكياً، ٦ (٥٠٪) (لقد تغير المراهقون معرفياً، أصبح المراهقون يعرفون ما هي الكلمات التي لا ينبغي استخدامها، المراهقون يفهمون أن قول الكلمات القاسية ليس سلوكاً جيداً، المراهقون يعرفون عواقب الكلمات السيئة).

الكلمات المفتاحية: الكلمات السيئة، العلاج السلوكي المعرفي، المراهقون

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, nikmat, dan hidayah-Nya yang tiada henti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul: “**Penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) untuk Mengurangi Kebiasaan dalam Perkataan Buruk di Kalangan Remaja di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal**”. Serta tidak lupa sholawat serta salam senantiasa dicurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, seorang pemimpin umat yang patut diontoh dan diteladani dan senantiasa dinantikan safaatnya di hari akhir.

Dan bantuan dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan penuh kesedarhanaan. Kemudian, dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa syukur, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungannya kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan Bapak Dr. H Muhammad Darwis Dasopang, M.Ag., serta Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga Bapak Dr. Erawadi, M.Ag dan Bapak Dr. Anhar, M.A selaku Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum Perencanaan dan Keuangan, Bapak Dr. Ikhwanuddin Harahap, M.Ag, selaku Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan, dan Kerjasama.
2. Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Ibu Dr. Magdalena, M.Ag., Wakil Dekan Bidang Akademik Bapak Dr. Anas Habibi Ritonga, M.A.,

Wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Bapak Drs. H. Agus Salim Lubs, M.Ag., Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan Bapak Dr. Soleh Fikri, M.Ag.

3. Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, Ibu Fithri Choirunnisa Siregar, M.Psi.
4. Dosen Pembimbing I yaitu Ibu Dra. Replita, M.Si, dan Dosen Pembimbing II Bapak Arifin Hidayat, S.Sos.I.,M.Pd.I. yang telah mengorbankan tenaga, waktu, dan pikiran dalam membimbing dan mengarahkan peneliti dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ahmad Addary Padangsidempuan yang telah mendidik peneliti dalam perkuliahan.
6. Kasubbag Akademik dan Kemahasiswaan, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Bapak Mukti Ali S.Ag, beserta staf-stafnya yang telah memberikan pelayanan akademik yang baik demi kemudahan dan kesuksesan dalam perkuliahan dan penyusunan skripsi.
7. Kepala Perpustakaan Bapak Yusri Fahmi, S.Ag., S.S., M.Hum dan seluruh staf pegawai perpustakaan Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yang telah membantu peneliti dalam menyediakan buku-buku yang berkaitan dalam penelitian ini.
8. Kepada Ibu Lurah Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu, adik-adik remaja, dan masyarakat yang berada di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten

Mandailing Natal yang telah memberikan informasi mengenai data yang diperlukan oleh peneliti demi terselesaikannya skripsi ini.

9. Teman-teman seperjuangan yang berada di Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan yaitu khususnya Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam angkatan 2019 dan sahabat peneliti yang senantiasa saling menyemangati dan mendukung dalam proses perkuliahan dan penyusunan skripsi yaitu, Utami Nurul Adhani Hutabarat, Nina Julianti Pasaribu, dan Siska Fauziah Nasution, juga teman-teman yang telah membantu peneliti dalam penyusunan skripsi yaitu Uli Pohan dan Mazdalifah Lubis.
10. Sahabat-sahabat peneliti sejak berada di asrama putri Ma'had Al-Jami'ah yang telah menemani, membantu, memahami, dan mendukung proses kehidupan lingkup asrama dengan kenangan baik, indah, dan menyejukkan yaitu Utami Nurul Adhani Hutabarat, Mila Fazriana Malau, dan Zulaikha Simanjuntak.
11. Teman-teman kosan Himpunan Rakyat Oppung (HRO) yang selalu memberikan canda tawa, menemani suka duka, dan mendukung proses perjalanan skripsi peneliti yaitu Ulimadz Rahmadani Harahap, Utami Nurul Adhani Hutabarat, Dian Widyawati Pohan, dan Sulistina Pohan.
12. Sahabat peneliti yang sejak lama sudah menemani dan mendukung proses perkuliahan peneliti dengan baik dan penuh kasih yaitu Siti Rohani Hutagalung, Gilang Ramadhan Hasibuan, Fauzi Alparizi Tanjung, dan Abriadi Siregar.

13. Orang tua dan adik dari sahabat peneliti Utami Nurul Adhani Htb, yaitu Mami Jelita Hutagalung dan Qory Novita Hutabarat yang sudah menganggap peneliti seperti keluarga sendiri dan menerima peneliti dengan baik dan penuh kasih. Semoga Allah SWT memberikan keberkahan, kemudahan, kesehatan, dan umur yang berkah kepada keluarga Utami.

Kepada yang terkasih dan teristimewa yaitu ayahanda tersayang Martua Hasibuan yang telah memberikan tenaganya banting tulang untuk memenuhi kebutuhan dan keperluan kami anak-anaknya, ayahanda yang dengan tulus mendidik, menjaga, dan merawat anak-anaknya dengan penuh kasih sayang dan senyuman tulus. Ayah tersayang yang mengajari kami arti hidup, arti agama yaitu agama Islam, mengenali kami kepada Tuhan yaitu Allah SWT. Terima kasih atas waktu yang diberikan kepada kami, melewati susah, senang, sakit, dan suka duka untuk memenuhi nafkah keluarga, semoga Allah SWT memberikan umur yang berkah, rejeki yang berkah, kemudahan dalam hidup, kebahagiaan dunia dan akhirat, dan masa tua yang damai dan menyenangkan. Kepada ayahku yang tersayang, semoga engkau tidak bosan dan tidak menyerah dalam hidup, dalam menemani kami, dalam melewati masa senang dan sedih, dalam memberikan kami ilmu dan ajaran yang baik dan benar.

Kepada yang terkasih dan teristimewa yaitu Ibunda tercinta Surya Mahrani Siregar yang telah mengorbankan kehidupannya untuk merawat, menjaga, menyayangi, dan membimbing kami sebagai anak-anaknya dengan tulus, penuh kasih sayang, dan penuh cinta, juga mengorbankan dirinya tanpa ragu melewati segala sakit, susah, dan duka. Terima kasih kepada mama tercinta yang memberikan kami kebahagiaan, arti kehidupan, mengajari kami segala hal,

menjadi tempat peluk paling nyaman dan hangat. Semoga mama cantik ini diberikan umur yang berkah, kehidupan yang berkah, rejeki yang berkah, kemudahan dalam hidup, bahagia dunia dan akhirat, dan masa tua yang damai dan menyenangkan. Semoga engkau tidak menyerah dalam membimbing kami, dan menyayangi kami yang belum bisa memberikan mama balasan kebahagiaan.

Kepada adik-adik tersayang yaitu Yusril Kurnia Syahputra dan Yusni Nurul Hidayah yang baik hati, penyabar, dan suka menolong, terimakasih sudah menemani proses penyusunan skripsi ini dan kepada nenek peneliti tersayang yaitu Nenek Encik yang telah ikut berkontribusi dalam mendanai perkuliahan peneliti, juga kepada diri peneliti sendiri yang dengan rela berjuang melewati suka duka proses penelitian ini.

Peneliti menyadari sepenuhnya akan keterbatasan kemampuan dan pengalaman yang ada pada penulis sehingga tidak menutup kemungkinan bila skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dan kesempurnaan skripsi ini, akhir kata dengan kerendahan hati peneliti mempersembahkan karya ini, semoga bermanfaat bagi pembaca dan penulis.

Padangsidempuan, Desember 2023
Peneliti

Yulia Putri Pratama
NIM. 1930200055

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

SURAT PERNYATAAN PENYUSUNAN SKRIPSI SENDIRI

SURAT PENYESUTUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DOKUMEN

ABSTRAK i

KATA PENGANTAR..... iv

DAFTAR ISI..... ix

DAFTAR TABEL..... xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Fokus Masalah	8
C. Batasan Istilah	8
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	12
G. Sistematika Pembahasan	12

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka	14
1. Sejarah <i>Cognitive Behavioural Therapy</i>	14
2. Hakikat Manusia	16
3. Tujuan <i>Cognitive Behavioural Therapy</i>	17
4. Teknik Dan Proses <i>Cognitive Behavioural Therapy</i>	18
5. Pandangan Islam terhadap <i>Cognitive Behavioural Therapy</i>	21
6. Kelebihan dan Kekurangan <i>Cognitive Behavioural Therapy</i>	22
7. Remaja	23
8. Perkataan Buruk	24
9. Jenis-Jenis Perkataan Buruk	26
10. Faktor Penyebab Perkataan Buruk	28
11. Solusi Islam Terhadap Perkataan Buruk	30
B. Penelitian Terdahulu	35

BAB III METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian	40
1. Lokasi Penelitian.....	40
2. Lokasi Penelitian.....	40
B. Jenis Penelitian.....	40
C. Informan Penelitian.....	41
D. Sumber Data.....	42
1. Data Primer	42
2. Data Sekunder	42
E. Instrumen Pengumpulan Data	43
1. Observasi.....	43
2. Wawancara atau Interview	44
3. Dokumentasi	44
F. Teknik Keabsahan Data	51
1. Triangulasi.....	51
G. Teknik Analisis Data.....	53

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum	54
1. Sejarah Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal	54
2. Letak Geografis Kelurahan Siabu	54
3. Jumlah Penduduk Kelurahan Siabu	54
4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Mata Pencarian di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu.....	55
5. Tingkat Pendidikan Kelurahan Siabu.....	55
6. Sosial Budaya Penduduk Kelurahan Siabu	56
B. Temuan Khusus.....	57
1. Perkataan Buruk di Kalangan Remaja di Kelurahan Siabu.....	57
2. Jenis – Jenis Perkataan Buruk	60
C. Analisis Hasil Penelitian	79
D. Keterbatasan Penelitian.....	87

BAB V PENUTUPAN

A. Kesimpulan 90

B. Saran..... 91

DAFTAR PUSTAKA

RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DOKUMENTASI

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Jumlah Data Penduduk di Kelurahan Siabu..	54
Tabel 4.2 Keadaan Penduduk Kelurahan Siabu Berdasarkan Mata Pencaharian	55
Tabel 4.3 Tingkat Pendidikan Penduduk Kelurahan Siabu	55
Tabel 4.4 Data Remaja Yang Memiliki Perkataan Buruk.....	57
Tabel 4.5 Hasil Penerapan Siklus I Pertemuan Pertama	69
Tabel 4.6 Hasil Siklus I Pertemuan I	70
Tabel 4.7 Hasil Penerapan Siklus I Pertemuan Kedua	72
Tabel 4.8 Hasil Siklus I Pertemuan II.....	74
Tabel 4.9 Hasil Penerapan Siklus II Pertemuan Pertama.....	76
Tabel 4.10 Hasil Siklus II Pertemuan I	78
Tabel 4.11 Hasil Penerapan Siklus II Pertemuan Kedua.....	81
Tabel 4.12 Hasil Siklus I Pertemuan II	83

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pertumbuhan merupakan fase ataupun proses kematangan fungsi-fungsi psikis seperti mulai menyukai dan mengagumi lawan jenis, pematangan hormon, cenderung menyendiri, emosi yang mulai labil, dan sikap yang mulai berbeda dari sebelumnya. Proses kematangan fungsi fisik seperti organ kelamin, perubahan suara, tinggi dan berat badan, serta tumbuh kumis. Masa pertumbuhan ini bertepatan dengan masa remaja, dimana pada masa ini memberikan banyak hal-hal menarik perhatian karena sifat-sifat unik dalam peranannya. Adapun seseorang dikatakan remaja saat umurnya beranjak ke 12 tahun hingga pada tahun akhir untuk remaja diusia 21 tahun.¹

Remaja adalah fase yang cukup berat di lalui oleh beberapa orang dikarenakan begitu banyak ragam dan bentuk perubahan sikap, fisik, dan tingkah laku. Selain itu, remaja juga didefinisikan sebagai masa pemindahan karakter sebagai seorang yang tertutup menjadi seorang yang mulai berinteraksi pada pendewasaan awal. Di era ini, peralihan sikap remaja menimbulkan 2 karakter berbeda yaitu sikap stabil dan sikap labil. Contoh sikap stabil pada remaja yaitu sikap mempunyai arah, memiliki intensitas, peluasan wawasan, mempunyai keluasaan, memiliki konsisten, dan spontanitas dan contoh sikap labil pada remaja

¹ Amita Diananda, "Psikologi Remaja dan Permasalahannya", dalam *Jurnal Istighna*, Vol. 1, No. 1, Januari 2018, hlm. 116-118.

yaitu emosi tak terkendali, pergaulan bebas, mudah terprovokasi, dan tidak memiliki pendirian atau prinsip.²

Dalam meneliti bagaimana remaja bercakap, terdapat komunikasi antara orang tua dan remaja. Pengertian komunikasi menurut William Alibig yang dikutip oleh Maryam Gainau, komunikasi adalah suatu proses menerbitkan lambang yang penuh arti antar individu, komunikasi yang penuh arti sehingga antar individu dapat saling memahami satu sama lain. Dalam komunikasi harus memiliki tata bicara yang sopan dan beretika. Terkhusus untuk anak-anak dan remaja yang sedang berada di fase pertumbuhan dan perkembangan fisik. Komunikasi mengacu pada sikap ataupun tindakan satu orang atau lebih yang memberi pesan atau suatu konteks tertentu, memberikan pengaruh tertentu, dan kesempatan untuk melakukan umpan balik.³

Menurut Culpeper yang dikutip oleh Azianura dan Mohammad Rahim, ia mengungkapkan bahwa tindakan serta interpretasi ketidaksopanan dalam berkomunikasi, berkata atau berbahasa tergantung pada niat remaja serta pemahaman orang yang mendengar dan menerima. Namun, teori ketidaksopanan dalam perkataan lebih terlihat dengan adanya ketidaksukaan atau menyakiti perasaan orang lain seperti menghina, mengejek, memanggil orang lain dengan nama-nama yang memalukan, menyinggung, dan lain sebagainya.⁴

² Shilphy Octavia, *Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja*, Cet-1, (Yogyakarta: Budi Utama, 2020), hlm. 1-5.

³ Maryam Gainau, *Perkembangan Remaja dan Problematika* (Yogyakarta: Ikatan Penerbit Indonesia, 2021), hlm. 19-21.

⁴ Azinura Hani Shaari & Mohammad Rahim Kamaluddin, "Buli Siber: Ketidaksantunan Bahasa dan Etika Media Sosial dalam Kalangan Remaja Malaysia", dalam *Journal Of Social Sciences and Humanities*, Volume 16, No. 6, hlm. 4.

Berdasarkan observasi peneliti, ada banyak remaja yang memiliki perkataan kurang sopan saat berbicara. Banyak remaja yang menggunakan bahasa yang cukup kasar, seperti sering kali mengumpat dan mengeluarkan kata-kata yang tidak layak seperti memanggil temannya dengan sebutan nama hewan (binatang), kemudian memanggil teman sebayanya dengan menyebutkan nama dari orang tua, baik itu nama ayah ataupun nama ibu.⁵

Fakta yang terjadi di lapangan, seorang remaja berinisial RK menyebutkan kata-kata mengumpat seperti kata “babi” saat hampir kalah bermain game *Freefire* bersama temannya. Kejadian tersebut memicu terjadinya pertengkaran antara RK dan temannya, karena teman RK merasa bahwa RK terlalu *toxic* dalam bermain game.⁶

Hal ini berkaitan dengan pernyataan seorang tetangga RK yang akrab disapa dengan Umak Yudi yang menyatakan RK seringkali ketika berbicara dengan teman sering sekali mengucapkan perkataan kasar saat dalam keadaan marah yang terkadang dapat menyinggung perkataan temannya.⁷

Berdasarkan hasil observasi, fakta yang terjadi di lapangan juga terjadi pada remaja berinisial FN yang memanggil nama temannya dengan nama orang tua, ia menyebutkan nama tersebut seperti tidak memiliki beban atau rasa takut

⁵ *Observasi* di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal, pada tanggal 15 Februari 2023

⁶ *Observasi* di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal, pada tanggal 17 Februari 2023.

⁷ *Wawancara* dengan Remaja berinisial RK dan AM, *Wawancara* di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal, pada tanggal 19 Februari 2023.

sama sekali. FN juga sering mengucapkan kata kasar lain seperti “bodat” yang diartikan ke dalam bahasa Indonesia menjadi “monyet”.⁸

Remaja yang seringkali berada dalam suatu kelompok tertentu akan selalu mengikuti apapun itu yang dilakukan oleh anggota kelompok lainnya dan jarang memikirkan dimana letak salah dan benar atas apa yang mereka lakukan atau apa yang mereka ucapkan. Kebanyakan dari remaja hanya menempatkan dirinya ditempat yang menurut mereka nyaman. Kehidupan remaja saat berada di luar rumah sering kali berbeda dengan kehidupan remaja saat di dalam rumah. Hal tersebutlah yang membuat mereka tidak menyadari ucapan mereka, sebab kurang mendapatkan arahan dari orang tua. Contohnya, berdasarkan wawancara peneliti dengan remaja berinisial AM, ia menyatakan: “...orang tua dirumah gak tau, karena saya bicara seperti ini sama teman saja.”⁹

Secara sosiologis, remaja umumnya memang sangat rentan terhadap pengaruh-pengaruh eksternal. Karena proses untuk mencari jati diri itu, remaja mudah terombang-ambing dan merasa sulit menentukan tokoh atau seseorang untuk dijadikan panutannya.¹⁰

Di Indonesia masalah kenakalan remaja cukup memprihatinkan bagi masyarakat dan orang tua. Salah satu kenakalan itu, yaitu tidak dapat menjaga sikap dan tutur bicara. Banyak remaja yang seenaknya mengucapkan kata-kata kasar, bahkan kata-kata kasar yang disamarkan seperti kata anjing menjadi anjir

⁸ *Observasi* di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal, pada tanggal 18 Februari 2023.

⁹ *Wawancara* dengan Remaja berinisial AM, Wawancara di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal, pada tanggal 19 Februari 2023.

¹⁰ Laila Meiliyandrie Indah Wardani dan Ritia Anggadita, *Konsep Diri dan Konformitas pada Perilaku Konsumtif Remaja*, (Pekalongan: Penerbit NEM, 2021), hlm. 2.

atau anjay, Su yang diambil dari bahasa bugis dan sunda yaitu asu (anjing), dan lainnya. Disini ada beberapa sebab mengapa remaja memiliki perkataan buruk, sebagai berikut:

- a. Emosional remaja yang terganggu sehingga menyebabkan remaja berkata kasar semaunya.
- b. Pertemanan yang bebas membuat remaja ikut terbawa arus dan mengikuti perkataan-perkataan buruk yang dinormalisasikan.
- c. Kurangnya kedekatan remaja dan orang tua.
- d. Kebiasaan-kebiasaan ucapan kasar saat bermain game, menyapa teman, dan berbicara kepada yang lebih tua.¹¹

Dalam Al-Qur'an surah An Nisa ayat 148 menjelaskan bahwa seorang mukmin atau muslim dilarang berkata buruk:

لَا يُحِبُّ اللَّهُ الْجَهْرَ بِالسُّوِّءِ مِنَ الْقَوْلِ إِلَّا مَنْ ظَلَمَ ۚ وَكَانَ اللَّهُ سَمِيعًا
عَلِيمًا

Artinya : “Allah tidak menyukai ucapan buruk, (yang diucapkan) dengan terus terang kecuali oleh orang yang teraniaya. Allah adalah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui”

Dalam tafsir Jalalain dinyatakan bahwa dari maksud ayat diatas adalah bahwa Allah Swt. tidak menyukai ucapan buruk, yaitu ucapan-ucapan yang menimbulkan keburukan. Hal tersebut merupakan sikap dan perbuatan orang-orang dzalim. Namun demikian, tidak boleh juga diceritakan kepada orang lain

¹¹ Zulfikar A Pohan, dkk, “Strategi Masyarakat Menghadapi Perilaku Buruk Remaja”, dalam *Journal of Islamic Studies*, Vol. 1, No. 1, januari 2022, hlm. 2-4.

perihal perbuatan orang-orang dzalim dan mendoakan jelek kepada mereka.¹² Dengan adanya perkataan buruk pada remaja, peneliti mengambil teori kognitif behavior untuk menjelajahi lebih dalam tentang sikap dan perilaku yang negatif.

Cognitive Behavioural Therapy (CBT) di bangun atas bidang terapi dalam upaya untuk memahami pengaruh kognisi terhadap perilaku. *Cognitive behavioural therapy* bekerja dengan anggapan bahwa pikiran, perasaan, dan perilaku saling terkait dengan kognisi memediasi hubungan dan reaksi emosional.¹³

Cognitive behavioural therapy ini memiliki definisi yang mana telah diungkapkan oleh Matson yang dikutip oleh Khurun Aini dalam jurnal yang berjudul penerapan *Cognitive behavioural therapy* dalam mengembangkan kepribadian remaja yaitu, *Cognitive Behavioural Therapy* adalah pendekatan dengan sejumlah langkah atau metode yang spesifik dilakukan dengan kognisi sebagai bahan utama konseling. Fokus konseling sebagai persepsi, pikiran, dan kepercayaan. Para ahli dalam *National Association of Cognitive Behavioral Therapist* (NACBT) bergabung untuk mengutarakan dan mengungkapkan bahwa definisi ataupun pengertian dari *cognitive behavioral therapy* adalah suatu pendekatan psikoterapi yang mengutamakan atau peran yang penting berpikir atau bagaimana merasakan dan apa yang kita lakukan.

¹² Muhardisyah, "Etika dalam Komunikasi islam", dalam *Jurnal Peurawi*, Volume 1, No. 1, 2017, hlm. 15.

¹³ Mark D. Terjesen., Kristene Doyle (ed.), *Cognitive Behavioral Therapy in a Global Context* (New York: Department of Psych, 2022), hlm. 1.

Tujuan dari *cognitive behavior* ini adalah untuk melawan dan menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menunjukkan bukti-bukti yang melawan arah atau bertentangan dengan kepastian remaja tentang masalah yang dihadapi. Selain itu, *Cognitive behavioural therapy* adalah konseling yang dilaksanakan untuk meningkatkan, mempertahankan, menjaga, dan merawat kesehatan mental.¹⁴

Fenomena di atas menjadi inspirasi bagi peneliti untuk melihat lebih jauh tentang perkataan buruk di kalangan remaja. Dipilih di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu karena ada banyak remaja yang ditemukan sering berkata kurang sopan. Oleh karena itu, remaja yang diambil sebagai sample penelitian. Maka dengan adanya contoh dari perilaku tersebut, peneliti mengambil penelitian kebiasaan dalam perkataan buruk di kalangan remaja akan lebih mudah terungkap. Dan juga, Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu adalah kampung atau tempat tinggal peneliti, peneliti juga mengenal beberapa remaja di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu yang memiliki perkataan kurang baik dalam penggunaan bahasa sehari-hari.

Dalam penelitian ini, peneliti mengkhususkan penelitian ini pada remaja karena remaja adalah generasi yang melanjutkan sikap-sikap, budaya, dan adab untuk ditiru oleh anak-anak di generasi berikutnya. Bahasa dan tutur kata adalah pengaruh besar atau suatu daya pikat yang begitu luar biasa bagi para remaja, setiap kata adalah cara orang yang lebih tua menilai bagaimana kepribadian remaja tersebut.

¹⁴ D. Khurun Aini, "Penerapan Cognitive Behaviour Therapy dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja di Panti Asuhan", dalam *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 39, No. 1, 2019, hlm. 76-77.

Berdasarkan pembahasan di atas, maka penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan mengangkat judul : **“Penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) untuk Mengurangi Kebiasaan dalam Perkataan Buruk di Kalangan Remaja di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal.”**

B. Fokus Masalah

Adapun fokus masalah dalam penelitian yang dilakukan kali ini memfokuskan kepada remaja untuk mengubah sikap dan perkataan buruk yang bersemayam dalam diri remaja di kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal.

C. Batasan Istilah

Untuk mencegah terjadinya suatu kekeliruan pembaca dalam memahami judul penelitian ini maka dibuatlah batasan istilah yang mana disini peneliti akan mencantumkan istilah-istilah dan penjelasannya agar tidak salah dalam memahami, maka adapun penelitian ini dilakukan untuk mengetahui *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) untuk mengurangi pembiasaan remaja dalam perkataan buruk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal.

1. Penerapan

Menurut kamus besar bahasa indonesia (KBBI) pengertian penerapan adalah perbuatan menerapkan. Menurut Setiawan penerapan (implementasi) adalah perluasan aktivitas yang saling menyesuaikan proses interaksi antara tujuan dan tindakan untuk mencapainya serta memerlukan jaringan pelaksana,

birokrasi yang efektif.¹⁵ Penerapan yang dimaksud adalah tindakan yang dilakukan oleh peneliti dalam pelaksanaan *cognitive behavioural therapy* untuk mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk di kalangan remaja.

2. *Cognitive Behavioural Therapy*

Cognitive Behavioural Therapy (CBT) atau biasa disebut terapi kognitif perilaku merupakan gabungan terapi kognitif dan perilaku yang tujuannya membantu seorang atau individu dalam memodifikasi perilaku serta pikiran, perasaan, keyakinan, dan sikap-sikap atau moral yang mendasari perilaku tersebut. Terapi ini mempunyai anggapan bahwa tingkah laku individu dipengaruhi oleh komponen kognitif yakni keyakinan dan pikiran. *Cognitive behavioural* ini memiliki sifat untuk mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk, memilah perkataan buruk menjadi perkataan baik dan sopan.¹⁶

Dalam pandangan behavioral, kepribadian manusia itu pada dasarnya adalah perilaku. Perilaku dibuat berdasarkan hasil dari segenap pengalaman berupa interaksi individu dengan lingkungan tempat ia tinggal.¹⁷ *Cognitive behavioural therapy* adalah pendekatan terapi yang memungkinkan untuk dapat diterapkan pada komunitas muslim maupun secara individu dan telah diteliti oleh Hodge dan Nadir bahwa CBT lebih sesuai dengan aturan-aturan dalam Islam.¹⁸

¹⁵ <https://kbbi.web.id/penerapan> diakses tanggal 9 Januari 2023 pukul 12:44 WIB.

¹⁶ Setia Asyanti, *Cognitive Behavior Therapy: Teori dan Aplikasi* (Surakarta: Muhammadiyah University Press, 2019), hlm. 4-5.

¹⁷ Zainal Aqib, *Psikologi Konseling dan Kesehatan Mental*, (Yogyakarta: Pustaka Referensi, 2021) hlm. 99.

¹⁸ *Ibid.*, hlm. 229.

Teknik ataupun tahapan untuk melakukan *Cognitive Behavioural Therapy* adalah persiapan sebelum dimulainya terapi, sesi awal terapi : psikoterapi bersifat kolaboratif, transparan, dan memiliki batasan waktu, serta mengenalkan model kognitif perilaku, sesi kedua dan sesi-sesi lanjutan, dan terakhir sesi penutup.¹⁹

Teori ini menggambarkan kelompok tingkah laku secara sistematis dan mudah dipahami. Tidak ada tingkah laku yang terjadi begitu saja tanpa alasan. Tentu, ada penyebab atau faktor, sebab-akibat, dan motivator, pendorong, sasaran-tujuan, dan latar belakang.²⁰ *Cognitive behavioural therapy* ini dilaksanakan sebagai tujuan mengajak remaja untuk belajar mengubah perilaku, membantu remaja membuat keputusan yang tepat, menenangkan pikiran dan mengubah pola pikir. *Cognitive behavioural therapy* ini dilakukan dengan konseling kelompok, dimana remaja dibagi menjadi 3 orang dalam 1 kelompok.

3. Mengurangi Kebiasaan Dalam Perkataan Buruk

Mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk adalah gambaran kenakalan remaja. Remaja yang sering mengatakan kata-kata kurang baik akan menimbulkan tindakan-tindakan negatif dan merugikan orang lain. Perkataan buruk seperti mencela, mengumpat, berkata kasar, dan sebagainya akan memberikan dampak menyinggung kepada orang lain yang mendengar kata-kata kurang baik itu.²¹

4. Remaja

¹⁹ *Ibid.*, hlm. 73-83.

²⁰ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*: Edisi Revisi, (Malang: UMM Press, 2018) hlm. 1.

²¹ *Ibid.*, hlm. 11-12.

Remaja adalah individu yang sedang berada dalam proses berkembang, berkembang kearah pendewasaan dan kemandirian. Remaja membutuhkan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman dan wawasan tentang dirinya, lingkungan, pertemanan, dan pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya untuk mencapai tujuan hidup.²²

Remaja dapat menerapkan nilai-nilai moral yang baik dengan apa yang remaja itu pelajari dari lingkungan sekitar dan pantauan orangtua. Untuk melanjutkan tumbuh kembangnya, remaja secara bertahap mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan melalui pemantauan yang pas. Remaja yang diteliti dalam penelitian ini berusia antara 12 hingga 21 tahun. Remaja dikelompokkan sesuai dengan usia dan latar belakang pendidikannya, serta dikelompokkan dari latar belakang keluarga agar peneliti mudah melakukan tindakan *cognitive behavioural therapy* pada remaja.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dapat diuraikan berdasarkan latar belakang yaitu:

1. Apa saja jenis perkataan buruk di kalangan remaja di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu?
2. Apakah penerapan *cognitive behavioural therapy* dapat mengurangi kebiasaan remaja dalam perkataan buruk?

E. Tujuan Penelitian

²² Romadona Dwi Marsela dan Mamat Supriatna., “Kontrol Diri : Definisi dan Faktor”, dalam *Journal of Innovative Counseling*, Vol. 3, No. 2, hlm. 65.

Adapun tujuan penelitian yang diharapkan dapat sejalan dengan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, yaitu:

1. Untuk mengetahui jenis dari perkataan buruk di kalangan remaja di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu.
2. Untuk mengetahui apakah penerapan *cognitive behavioural therapy* dapat mengurangi kebiasaan remaja dalam perkataan buruk.

F. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu memperkaya khazanah ilmu baik secara tertulis maupun secara praktis yaitu diantaranya sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu memberi bahan rujukan bagi mahasiswa/i untuk mengurangi perkataan buruk di kalangan remaja dan terkait penanganannya.
 - b. Sebagai bahan dasar untuk penelitian selanjutnya mengenai pembahasan yang sama akan diteliti oleh peneliti selanjutnya.
2. Secara Praktis
 - a. Dapat menambahkan kedisiplinan remaja dalam bertutur kata kepada sebaya ataupun yang lebih tua darinya.
 - b. Dapat berguna sebagai bahan wacana baru yang bisa atau/ dapat memberikan solusi dalam mengurangi berkata perkataan buruk.
 - c. Dapat mengurangi sisi negatif yang timbul akibat perkataan yang buruk.

G. Sistematika Pembahasan

Agar penelitian ini dapat dijabarkan secara sistematis maka dibuat sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, terdiri dari latar belakang masalah, fokus masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika pembahasan.

BAB II Tinjauan Pustaka, terdiri dari landasan teori dan kajian terdahulu, pembahasan tentang teori yang terdiri dari sejarah *cognitive behavioural therapy*, hakikat manusia, tujuan *cognitive behavioural therapy*, teknik dan proses *cognitive behavioural therapy*, pandangan Islam terhadap *cognitive behavioural therapy*, kelebihan dan kekurangan *cognitive behavioural therapy*, remaja, perkataan buruk, jenis-jenis perkataan buruk, faktor penyebab perkataan buruk, dan teori-teori psikologis.

BAB III Metode Penelitian, terdiri dari waktu dan lokasi penelitian, jenis penelitian, subjek penelitian, sumber data teknik pengumpulan data yang terdiri dari observasi, wawancara, dan dokumentasi, teknik tindakan penelitian lapangan, teknik pengolahan data dan analisis data, kemudian keabsahan data.

BAB IV Hasil Penelitian, terdiri dari tes tentang bagaimana *Cognitive Behavioural Therapy* terlaksana pada kalangan remaja.

BAB V Penutup, yang berisi kesimpulan dan saran-saran.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Sejarah *Cognitive Behavioural Therapy*

Awal tahun 1960-an, perspektif psikodinamika yang dahulu mendominasi dalam psikologi mulai dipertanyakan *value* dan efektivitasnya. Tak lama dari itu, pengaruh perspektif psikodinamik ini memudar, memberi peluang pada terapi perilaku untuk berkembang dan menampilkan keunggulannya. Meski demikian, terapi perilaku ini dipandang kontroversial dan memiliki kelemahan dalam menangani disfungsi perilaku pada anak dengan gangguan yang berat. Terapi perilaku lebih dipandang dan berkembang dengan memasukkan bahasan peran dalam proses kognitif dan emosi. Sehingga diakhir hasil terjadi penggabungan antara terapi perilaku dengan berbagai bahasan salah satunya proses kognitif sosial, regulasi emosi, psikologi tentang kontrol diri sehingga menjadi aliran baru dengan nama *Cognitive Behavioural Therapy*.

Pada tahun 1960-an Aaron T Beck, dokter sekaligus ahli psikoanalisis kurang efektif menangani pasien-pasiennya. Beck menilai, dalam kasus ini diperlukan terapi yang memiliki beberapa ciri, yaitu: a.) lebih singkat waktu, b.) lebih terstruktur, c.) berorientasi pada masa kini, d.) memodifikasi pikiran, e.) memodifikasi perilaku, f.) langsung ditujukan untuk menyelesaikan masalah saat ini.

Selain Aaron T Beck, pengalaman yang sama jugadirasakan oleh Albert Ellis. Albert Ellis mengevaluasi kekurangan efektivitas psikoanalisis yang

menyebabkan terhambatnya perubahan dan kemajuan klien, itu terjadi pada tahun 1950-an. Menurut Albert Ellis dari hasil pengamatannya, klien akan cepat membaik saat terjadi perubahan cara berpikir baik tentang diri mereka, Kemajuan yang dimaksud adalah akan tercapai saat klien fokus pada keyakinan (*belief*) yang mereka miliki.

Teori *Cognitive Behavioural Therapy* yang lebih dikenal secara universal adalah Aaron T Beck dan Albert Ellis. Dalam perkembangan dan kemajuan *Cognitive Behavioural Therapy* selanjutnya, muncul tokoh-tokoh lain yang mengembangkan dan memajukan teori terapi kognitif perilaku.²³ Namun, sebelum Aaron T Beck dan Albert Ellis mengembangkan terapi kognitif behavior ini, Ilmuwan muslim sudah lebih dulu membahas tentang mengembangkan intervensi yang sekarang disebut sebagai *Cognitive Behavioural Therapy*.

Seorang ilmuwan bernama Malik Badri dari Sudan dalam buku *Cognitive Behavior Therapy Teori dan Aplikasi*, mengemukakan bahwa Abu Zayid Al-Bakhi adalah ilmuwan muslim abad 9 yang mengembangkan *Cognitive Behavioural Therapy* lebih dulu sebelum ilmuwan barat menuliskannya. Dalam buku Malik Badri yang berjudul *Masalih al-abdan wa al-Anfus* dan kemudian diterjemahkan menjadi *Sustenance for Bodies and Souls*, Abu Zayid Al-Bakhi menjelaskan adanya permasalahan psikologis dan mental yang dikenal pada zaman modern ini. Gangguan psikologis dan mental datang dari ketidakseimbangan tubuh dengan jiwa dan Al Bakhi diberi saran

²³ *Ibid.*, hlm. 6-9.

tentang penanganan untuk menyeimbangkan lagi keduanya. Al Bakhi juga mengemukakan tentang psikopatologi dan cara menangani atau cara mendiagnosa gangguan psikologis seperti depresi, pobia, stress, ketakutan, dan obsesif kompulsif, serta menjelaskan tritmennya dengan menggunakan CBT yang ternyata sesuai dengan psikologi modern saat ini.²⁴

2. Hakikat Manusia

Hakikat manusia dalam pandangan behaviorial adalah manusia dianggap sebagai sesuatu yang dapat dibina dan diarahkan sesuai dengan keinginan lingkungan yang dibentuk, disebut sebagai mekanisme atau *homo mechanicus* (manusia mesin). Dalam behavioralisme, manusia tidak di pandang baik atau jelek, rasional atau emosional. Namun, behaviorisme hanya ingin mengetahui bagaimana tingkah laku atau perilaku individu dikendalikan oleh faktor-faktor lingkungan.

Pada hakikatnya manusia itu neutral, yaitu tidak ada kata negatif maupun positif tetapi perbedaan tersebut terjadi karena kebanyakan dari manusia hanya menerima stimulus yang bersifat menyenangkan atau menggembirakan dan menghindari stimulus yang tidak menyenangkan. Hal tersebut berakibat fatal, terkadang akan menimbulkan suatu yang bersifat negatif. Potensi perilaku manusia itu tidak terduga, tetapi manusia bisa mengendalikan perilakunya.²⁵

²⁴ *Ibid.*, hlm. 229-231.

²⁵ <https://Sc.syekhnurjati.ac.id> diakses pada tanggal 26 Maret 2023 pukul 22:32 WIB.

3. Tujuan *Cognitive Behavioural Therapy*

Tujuan dari konseling *cognitive behavior* ini adalah mengajak konseli untuk melawan dan menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menunjukkan bukti-bukti yang melawan arah atau bertentangan dengan kepastian individu tentang masalah yang dihadapi. Selain itu, *Cognitive Behavioural Therapy* adalah konseling yang dilaksanakan untuk meningkatkan, menjaga, dan merawat kesehatan mental.²⁶

Crow dalam kutipan buku Abu Bakar M, Luddin, mengemukakan psikologi sebagai kajian tentang tingkah laku dan interaksi manusia. Tingkah laku bukan hanya tertuju pada tingkah laku seorang individu yang dapat dilihat tetapi melingkungi juga reaksi terhadap pengaruh lingkungan serta pengaruh batin. Psikologi berangkai usaha untuk memperoleh informasi tentang cara individu atau kelompok manusia, pada tingkat umur yang berlainan, reaksi terhadap dorongan dari alam lingkungannya, manusia gemar memberi respon yang sama dalam situasi tertentu.²⁷

Tingkah laku juga berhubungan dengan teori berpikir atau kognitif. Sebab, tingkah laku berjalan sesuai peputaran otak saat berpikir atau mengambil keputusan. Teori kognitif berfokus pada proses mental dan pengaruhnya pada kesehatan mental dan perilaku. Kognisi adalah pikiran,

²⁶ *Ibid.*, hlm. 76-77.

²⁷ Abu Bakar M. Luddin, *Psikologi Konseling*, (Medan: Citapustaka Media Perintis, 2012) hlm. 1.

keyakinan, dan gambaran internal yang dimiliki manusia mengenai peristiwa-peristiwa atau kejadian-kejadian dalam kehidupan.²⁸

Dalam hal tersebut, *Cognitive Behavioural Therapy* adalah pendekatan pemecahan masalah dalam teori psikologis. Perasaan tekanan individu diperbaiki dengan mengidentifikasi dan mengubah pemikiran dan perilaku maladaptifnya saat ini yang berfungsi untuk mempertahankan perasaan ini dari menyalahi peristiwa masa lalu yang tidak dapat diubah. Karena masa lalu juga bisa menjadi penyebab mengapa individu itu bersikap kurang baik.²⁹ Dalam *Cognitive Behavioural Therapy* inilah peneliti akan membantu remaja untuk mengubah pemikiran dan tingkah laku secara bertahap, serta mengubah cara pandang remaja terhadap lingkungan yang memberi dampak negatif pada perilakunya.

4. Teknik dan Proses *Cognitive Behavioural Therapy*

Dalam buku *Cognitive Behavior Therapy Teori dan Aplikasi*, Messer, Gurman, dan Sanderson menjelaskan bahwa teknik-teknik yang digunakan dalam *brief CBT* sama saja dengan menggunakan *Cognitive Behavioural Therapy* lengkap. Teknik ini memiliki 3 sasaran domain yang muncul dalam gangguan emosional yakni domain kognitif, perilaku, dan fisiologi.

1. Dalam domain kognitif, remaja belajar mengaplikasikan teknik-teknik restruktur kognitif sehingga bias-bias pikiran negatif yaitu kondisi emosi,

²⁸ Samuel T. Gladding, *Konseling Profesi yang Menyeluruh*, Cet-2, (Jakarta Barat: Indeks, 2015) hlm. 260-273.

²⁹ Michael Neenan and Windy Dryden, *Cognitive Behaviour Therapy: 100 Key Points and Techniques*, (England: Taylor & Francis, 2020) hlm. 17.

dapat diubah menjadi lebih adaptif dan logis. Setelahnya respon-respon emosi tidak begitu negatif.

2. Dalam domain perilaku, diberikan teknik-teknik sebagai berikut: 1) prevensi terhadap respon, seperti menghentiksn respons maladaptif yang memperkuat masalah, 2) *exposure* (pemaparan) terhadap stimulus yang mendatangkan dan memunculkan rasa takut, 3) menghentikan penghindaran dari stimulus yang menakutkan, 4) penjadwalan kegiatan untuk meningkatkan akses terhadap *reinforcement* atau biasa disebut pengukuhan, 5) latihan keterampilan, 6) prosedur kontingensi menjadikan keterhubungan pengukuh atau hukuman dengan respons tertentu bertujuan untuk meningkatkan dan menurunkan respons tersebut, 7) pemecahan masalah.³⁰
3. Domain fisiologis, domain ini remaja yang mengalami efek negatif dibimbing dan diajarkan untuk untuk meraih dan mencapai ketenangan tubuh melalui *imagery*, meditasi dan prosedur relaksasi.³¹

Proses atau tahapan *Cognitive Behavioural Therapy* yaitu, peneliti hendaknya mempunyai tujuan saat melaksanakan proses terapi. Secara individual, tujuan yang dimiliki seorang terapis ada 3 yaitu: mengenalkan proses model kognitif, bekerja sama dalam hubungan yang terapeutik, dan membantu remaja menyelesaikan masalahnya. Proses atau tahapan *Cognitive Behavioural Therapy* ini memiliki 4 kategori yaitu persiapan sebelum terapi, sesi awal, sesi lanjutan, dan sesi menutup terapi.

³¹ *Ibid.*, hlm. 63-65.

1. Persiapan Sebelum Terapi

Sebelum memasuki sesi awal terapi, ada baiknya peneliti sudah mereview informasi mengenai remaja agar memudahkan terapi hingga sesi penutupan. Adapun data yang dapat digunakan dalam menyusun rencana terapi yaitu data mengenai permasalahan remaja saat ini, gejala-gejala yang ada, riwayat sebelumnya, dan keberfungsian saat ini. Beberapa terapis menggunakan whiteboard dan berkomunikasi kepada remaja untuk mendapat umpan balik, yang artinya terapis memberikan edukasi kepada remaja tentang masalah-masalahnya, baik tentang gejala emosi, perilaku, kognitif, maupun fisiologisnya yang saling berhubungan satu sama lain. Juga memahami faktor-faktor awal terjadinya masalah yang dialami pada remaja.

2. Sesi Awal

Menurut Cully dan Teten, untuk sesi awal sebaiknya memiliki 4 elemen sebagai berikut: a.) menjelaskan tentang proses psikoterapi bersifat kolaboratif dan memiliki batas waktu, b.) mengenalkan model kognitif yaitu, keterkaitan perilaku-perasaan-pikiran dengan situasi, c.) Terapis mendeskripsikan permasalahan remaja dalam terminologi kognitif perilaku, d.) memasukkan harapan dan juga memberdayakan remaja. Untuk melakukan hal ini peneliti meminta umpan balik dan menumbuhkan lingkungan terapeutik yang kolaboratif dan hangat.

3. Sesi Selanjutnya

Berkolaborasi dalam hubungan yang menyembuhkan yaitu memberikan dorongan dan mempertahankan keterkaitan untuk membantu penyembuhan. Lalu ada pikiran otomatis yaitu mengubah pikiran negatif ke intermediate belief dan core belief, mengedukasi remaja mengenai penerimaan diri (jika dibutuhkan).

4. Sesi Penutup

Dalam sesi ini tujuan terapis lebih kearah pendorongan terhadap remaja untuk menjadi seorang yang lebih mandiri. Tujuan terapis dalam sesi penutup adalah remaja meringkas apa yang telah diberikan atau diedukasikan oleh terapis, mengaitkan nilai-nilai (*values*) dengan upaya yang sudah dilakukan remaja, konsisten dengan perkembangan konseptualisasi kognitif, dan remaja menangani masalahnya dengan mengurangi kekambuhan yakni mengembangkan rencana aksi (*action plan*) untuk mengatasi kesulitan.³²

5. Pandangan Islam terhadap *Cognitive Behavioural Therapy*

Cognitive behavioural therapy dalam Islam memiliki motivasi yang efektif yang dapat mendukung konseli melalui terapi kognitif perilaku seperti mengubah pola pikir, mengubah sesuatu yang negatif ke positif, membangun perilaku baik untuk memerangi masalah, dan mendorong individu ke pengampunan serta rasa syukur. *Cognitive behavioural* sendiri memiliki partisipasi yang baik terhadap agama, seperti menganjurkan berdoa, belajar

³² *Ibid.*, hlm. 72-83.

memperbarui diri, mendorong individu dekat dengan Tuhan, dan membaca literatur agama yaitu Al-Qur'an.

Selain itu, *cognitive behavioural therapy* juga mampu mempererat tali persaudaraan antara individu dengan individu maupun individu dengan kelompok, karena dalam mengubah sikap baik akan memberikan dampak positif terhadap orang lain. *Cognitive behavioural therapy* dalam mengurangi perkataan buruk di kalangan remaja, Allah memerintahkan kepada orang-orang yang beriman untuk berbicara dengan *qaulan sadidan*, yaitu perkataan yang sopan dan perkataan yang benar bukan yang batil.³³

6. Kelebihan dan Kekurangan *Cognitive Behavioural Therapy*

Adapun kelebihan dari *Cognitive Behavioural Therapy* ini adalah teori kognitif behavior ini dapat meningkatkan motivasi remaja, teori ini dapat meningkatkan kemampuan remaja dalam memecahkan masalah, menjadikan remaja lebih mandiri, dan membantu remaja memahami diri sendiri agar mengetahui perbedaan salah dan benar, serta membantu remaja mengubah kebiasaan buruk secara bertahap.

Selain kelebihan dari *Cognitive Behavioural Therapy*, tentu ada pula kekurangan dari terapi tersebut. Kekurangan *Cognitive Behavioural Therapy* sebagai berikut: Teori ini cukup sulit untuk dipraktekkan karena membutuhkan tahapan waktu, teori ini dianggap lebih dekat kepada psikologi belajar anak, sehingga penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* pada proses remaja tidak

³³ Muhimmatul Fariyah dan Imas Kani Rachma, "Pendekatan *Cognitive behavior Therapy* Berbasis Islam untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Narapidana", dalam *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, Vol 4, No. 1, 2017, hlm. 67-68.

mudah, dan teori kognitif behavior tidak dapat di ukur dengan hanya satu remaja saja.³⁴

7. Remaja

Masa remaja disebut sebagai masa penuh kesulitan, bukan hanya kesulitan bagi diri individu tetapi juga bagi orang tua, kerabat, teman, bahkan masyarakat. Hal ini disebabkan masa remaja merupakan masa perpindahan antara masa anak-anak menuju dewasa. Masa perpindahan ini sering kali menghadapi remaja yang bersangkutan dihadapi pada situasi membingungkan, di satu sisi bersikap seperti anak-anak namun di satu sisi juga bertingkah laku seperti orang dewasa. Situasi membingungkan ini menimbulkan perilaku-perilaku aneh, canggung, dan jika tidak bisa dikontrol akan menimbulkan kenakalan.

Permulaan masa remaja ini biasanya ditandai oleh kematangan seksual, dapat diartikan bahwa organ-organ seksual remaja sudah dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengembangkan keturunan. Pada remaja putri, tanda pertama yang muncul adalah menstruasi. Tanda bahwa sembilan dari sepuluh remaja putri di Indonesia mendapatkan haid pada usia 12-15 tahun. Sedangkan, rata-rata haid pertama remaja putri di Eropa adalah usia 13 tahun. Kemudian, pada remaja putra akan terjadi mimpi basah, muncul jakun, suara membesar, dan otot-otot mulai tumbuh. Tanda-tanda perkembangan itu akan berpengaruh kepada kondisi perilaku remaja, dimana pada remaja putri

³⁴ <https://fidburhanuddin.wordpress.com> diakses pada tanggal 14 Maret 2023 pukul 18.10 WIB.

mereka lebih condong bersikap canggung dan pada remaja putra lebih ingin tahu.³⁵

Pada masa pubertas ini, selain terjadi perkembangan fisik biologis, terjadi juga perkembangan psikososial. Perkembangan emosi remaja menjadi salah satu ciri pubertas. Contohnya seperti rasa jatuh cinta, merasa hebat, egois, ingin dicintai, rasa superior, ketertarikan pada lawan jenis, dan masih banyak lagi. Sehingga remaja mencari hal-hal yang cocok dan pas untuk diri mereka dan mencari hal yang sesuai dengan minat bakatnya. Pada masa inilah remaja mencari jati diri mereka, dengan berlatih mengungkapkan apa yang mereka inginkan, memikirkan masa depan, mengambil keputusan secara mandiri, dan mulai berpikir lebih luas.

Kekuatan pemikiran pada remaja semakin berkembang menjadi lebih abstrak, idealistis, dan logis. Pemikiran ini membuka cakrawala kognitif dan sosial, remaja tidak menerima secara langsung informasi yang mereka terima dalam bagian kognitif mereka. Remaja dengan kemampuannya secara aktif membangun pemikiran kognitif mereka sendiri.³⁶

8. Perkataan Buruk

Perkataan buruk adalah ketika seseorang mengucapkan kalimat atau kata-kata yang tidak pantas, menyinggung orang lain atau yang mengandung unsur penghinaan terhadap orang lain. Menjaga lisan dari perkataan buruk adalah keharusan, sebab perkataan buruk mampu mengadu dombakan masyarakat,

³⁵ Sarlito W. Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum*, Cet-10, (Depok: PT. Rajawali Pers, 2019), hlm. 72-74.

³⁶ Ira Nurmala, dkk, *Mewujudkan Remaja Sehat Fisik, Mental dan Sosial*, (Surabaya: Airlangga University Press, 2020), hlm. 17-19.

padahal Islam telah mengajarkan umat manusia untuk berkata baik-baik terhadap orang lain.³⁷

Dalam nilai-nilai bagaimana memilah perkataan baik dan buruk, terdapat beberapa kaidah yang bertujuan mengatur tata cara kita berbicara antar sesama tanpa menyakiti hati dan mejunjung tinggi etika sebagai sebuah tanda penghargaan pada lawan bicara kita. Namun terkadang cara berbicara atau penggunaan suatu kata atau kalimat yang kita anggap sebuah etika, dapat pula berakibat pada sesuatu yang tidak menyenangkan dan menimbulkan suatu kesalahpahaman antar sesama. Hal tersebut memang telah menjadi kebiasaan dan menjadi kodrat individu sebagai manusia yang merupakan makhluk sosial dimana tidak dapat hidup sendiri. Manusia selalu membutuhkan pertolongan atau bantuan orang lain dan ingin selalu hidup berdampingan dengan orang lain. Walaupun hanya sekedar berinteraksi atau obrolan basa-basi.³⁸

Itu mengapa setiap individu harus menjaga lisan dan perbuatan, sebab perkataan buruk dapat menyakiti perasaan orang lain tanpa disadari maupun disadari. Manusia memang terkadang khilaf, namun manusia juga mampu berpikir untuk memperhatikan bahasa-bahasa yang cocok dipakai sebagai kalimat untuk berkomunikasi atau melakukan suatu pembicaraan atau obrolan.

³⁷ <https://lham.republika.co.id> diakses pada tanggal 30 Maret 2023 pukul 01:36 WIB.

³⁸ Tuty Mutiah, dkk., “Etika Berkomunikasi dalam Menggunakan Media Sosial”, dalam *Jurnal Global Komunika*, Volume 1, No. 1, 2019.

9. Jenis-Jenis Perkataan Buruk

Ada beberapa jenis perkataan buruk yang dibenci oleh Allah Swt. yaitu:

1. Fitnah

Fitnah adalah perkataan bohong atau tiak sesuai dengan kebenaran yang disebarkan dengan bermaksud menjelekkkan orang dan perkataan yang menimbulkan kekacauan. Contohnya seperti membicarakan keburukan oranglain tanpa mengetahui kebenarannya³⁹.

2. Adu Domba

Adu domba memiliki arti memperadudombakan, mengadu domba, dan teradu domba. Contohnya mengguing seseorang kepada kelompok sehingga menyebabkan permusuhan⁴⁰.

3. Gibah

Menceritakan keburukan atau keaiban orang. Hal ini merupakan salah satu sifat yang harus dihindari oleh setiap individu. Contohnya seperti membiarkan keburukan orang lain dengan lisan sementara sosok yang bersangkutan tidak ada di tempat⁴¹.

4. Hina

Hina dapat dikatakan sebagai suatu kata yang merendahkan, memburukkan nama orang lain, dan memaki-maki. Contohnya seperti

³⁹ <https://kbbi.kemdikbud.go.id> diakses pada tanggal 21 Januari 2024 pukul 23:34 WIB

⁴⁰ <https://kbbi.kemdikbud.go.id> diakses pada tanggal 21 Januari 2024 pukul 23:40 WIB

⁴¹ <https://kbbi.kemdikbud.go.id> diakses pada tanggal 21 Januari 2024 pukul 23:47 WIB

mengatakan badan orang lain gemuk dan menjelekkan bentuk tubuh orang tersebut.

5. Umpat atau Kata Kasar

Umpatan adalah mengeluarkan umpatan, memburuk-burukkan orang lain, mengeluarkan kata-kata keji, mencerca, memaki-maki dan menguuk orang lain. Contohnya memanggil seseorang dengan nama bintang seperti “anjing” dan “babi”.

6. Ejek

Ejek adalah perkataan yang tidak baik dan bukan perilaku yang terpuji. Sebab ejek memiliki arti mengolok-olok, menertawakan, menghina, mencemooh, dan mempermainkan seseorang dengan tingkah laku. Contoh dari ejek ini yaitu mengejek orang lain dan menertawakannya karena orang tersebut terlalu kurus dan pendek, sehingga membuat yang diejek tersinggung dan *insecure*⁴².

7. Sindir

Sindir adalah pembicaraan yang bersifat kritikan secara tidak langsung kepada orang lain⁴³. Sindir adalah keinginan untuk menempatkan seseorang pada rasa malu, kesadaran diri, dan mempermalukan seseorang dalam beberapa hal tertentu.

⁴² <https://kbbi.kemdikbud.go.id> diakses pada tanggal 22 Januari 2024 pukul 00:31 WIB

⁴³ <https://kbbi.kemdikbud.go.id> diakses pada tanggal 22 Januari 2024 pukul 01:22 WIB

8. Sombong

Sombong adalah menghargai diri secara berlebihan, congkak, dan bongah⁴⁴. Perkataan sombong sendiri contohnya seperti menyombongkan harta, membanggakan kelebihan diri secara berlebihan, dan merendahkan seseorang untuk menjadi tinggi.⁴⁵

10. Faktor Penyebab Perkataan Buruk

Perkataan-perkataan yang sering kali terucap adalah kalimat yang biasa didengar ataupun diucapkan pada saat melakukan aktivitas sehari-hari, mau itu dengan orang tua dan keluarga, teman, dan orang lain. Tentu, dalam perkataan-perkataan tersebut dilalui dengan adanya komunikasi, komunikasi yang menghubungkan percakapan antara dua orang atau lebih. Komunikasi merupakan proses keseharian manusia, komunikasi yang tidak dapat dipisahkan dari segala proses kehidupan konkret manusiawi. Manusia memerlukan pemahaman yang lebih mendalam atas segala hal yang dikerjakan dan dilakukan, maka komunikasi ini benar-benar dibutuhkan untuk mengubah sikap, opini, perilaku, dan lainnya.⁴⁶

Dalam komunikasi tersebut, manusia diberikan pikiran untuk menerapkan etika dan sopan santun ketika bercakap, apalagi bercakap terhadap orang yang lebih tua. Itu mengapa para orang tua selalu mengajarkan

⁴⁴ <https://kbbi.kemdikbud.go.id>

⁴⁵ Murtiningsih, "Teologi Perkataan: Perkataan-perkataan yang Dicintai dan Dibenci Allah Menurut Pandangan Hamka", Jurnal JSA, Volume 2, No. 2, 2018.

⁴⁶ Muhammad Mufid, *Etika dan Filsafat Komunikasi*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2015), hlm. 84-98.

anak-anaknya untuk berkata yang baik dan menghindari kata-kata yang menyinggung. Bercakap melalui komunikasi pun memerlukan etika.

Selain dari itu, ada faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan sikap dan emosional remaja, yang seringkali sulit untuk dicegah atau dihentikan, yaitu:

1. Remaja Menganggap Dirinya Kebal Terhadap Segala Sesuatu
(*Assumption of Invulnerability*)

Hal yang seringkali masih menjadi sifat egois pada diri remaja. Di dalamnya terdapat anggapan kalau dirinya mempunyai kekebalan terhadap hal-hal yang bersifat negatif dan cenderung merugikan. Bahwa segala dilakukan, peristiwa, ataupun pengalaman buruk mungkin terjadi kepada orang lain, tetapi tidak akan terjadi pada dirinya.

2. Perubahan Hormon Remaja

Perubahan hormon remaja adalah awal pubertas remaja yang terjadi kiranya pada usia 11-12 tahun. Perubahan ini kuat hubungannya dengan perubahan di dalam otak, yang biasa disebut *hypotalamus*, suatu bagian organ dalam otak yang memiliki tugas untuk mengatur semua fungsi-fungsi atau kegunaan sistem jaringan organ tubuh.⁴⁷

Faktor eksternal juga mempengaruhi kebiasaan remaja dalam berkata buruk, yaitu pengaruh teman yang negatif, kualitas lingkungan sekitar yang buruk, prestasi sekolah yang rendah, dan peran orang tua yang buruk mampu

⁴⁷ Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Remaja*, Cet-1, (Bogor Selatan: Ghalia Indonesia, 2004) hlm. 17-60.

menyebabkan remaja berperilaku nakal dan berkata buruk terhadap orang lain, juga mengumpat pada diri sendiri.⁴⁸

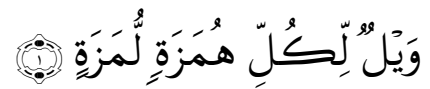
11. Solusi Islam Terhadap Perkataan Buruk

Al-Qur'an dan Hadis berperan sebagai pedoman hidup manusia (*way of life*). Kedua pedoman ini tidak hanya mengatur urusan ukhrawi saja, tetapi juga mengarahkan dan mengatur umat untuk menjaga lisan, bahasa, ataupun perkataan, menjaga keharmonisan, menghindari diri dari segala hasutan fitnah dan kebencian, juga mempererat tali persaudaraan umat beragama. Al-Qur'an sebagai kitab suci terakhir yang diturunkan kepada Rasulullah Saw, memberikan banyak upaya dan peringatan untuk mengarahkan umat menuju jalan yang baik, benar, dan diridhai oleh Allah Swt., hal tersebutlah yang membuat umat Islam berpegang teguh kepada keduanya yaitu Al-Qur'an dan Hadis, maka kajian terhadap keduanya menjadi sangat penting.⁴⁹

Kemudian, mengenai perkataan buruk juga sudah dijelaskan dalam Al-Qur'an dan Hadis bahwa sebagai umat muslim hendaklah berkata yang baik dan menjaga lisan dari kalimat mencela, serta menjauhi ucapan-ucapan yang mampu menyakiti perasaan orang lain. Dalam Islam juga selalu diingatkan bahwa perkataan mencela akan menimbulkan kerugian bagi setiap orang yang melakukannya. Hal ini dibuktikan pada Q.S Al-Humazah ayat 1 yang berbunyi:

⁴⁸ Irawan Abdi, dkk., "Gambaran Kenakalan Berlalu Lintas pada Remaja dan Faktor-Faktor Penyebab", dalam *Jurnal Ecopsy*, Volume 2, No. 3, hlm. 3.

⁴⁹ Umma Farida, "*Hate Speech* dan Penanggulangannya menurut Al-Qur'an dan Hadis", dalam *Jurnal Studi Hadis*, Volume 4, No. 2, hlm. 315.



Artinya: “Celakalah bagi setiap pengumpat dan pencela”

Dalam kitab tafsir Syekh as-Sa’di, dijelaskan bahwa kata *humazah* memiliki makna mengumpat atau menjelekkkan orang lain, mau itu secara ghibah, fitnah, maupun merendahkan orang lain. Kemudian, *lumazah* sendiri memiliki arti mencela orang lain secara langsung dihadapannya dengan perkataan buruk yang dapat menyakiti hati, dan juga *wail* yang berarti merujuk pada nama sebuah tempat atau lembah di neraka.⁵⁰

Dalam Islam, sangat dilarang untuk berkata buruk, kasar, ucapan yang mengandung aib, sumpah serapah, dan mencela, serta mengolok-olok. Adapun solusi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kerusakan moral para remaja, seperti mengendalikan emosi, memberikan pendidikan moral yang benar dan baik, menolak kejahatan dengan cara yang baik, melatih perilaku baik dan santun, dan memperkuat iman atau melatih kekuatan iman (menahan diri dari keburukan). Al-Qur'an juga merupakan kalam Allah Swt. yang diturunkan kepada Rasulullah Saw untuk mengubah akhlak seluruh manusia. Ulasan-ulasan modern terhadap tindakan-tindakan Rasulullah Saw bertujuan untuk membahas kesopanan Islam dalam pertembungan atau diskusi.⁵¹ Keburukan merupakan sesuatu yang dibenci dan harus ditinggalkan, namun

⁵⁰<https://alif.id/read/mis/islam-vs-kata-kotor-1-pandangan-al-quran-tentang-berkata-kotor-dan-menyakitkan-b234382p/> diakses tanggal 13 April 2023 pada pukul 01:39 WIB.

⁵¹<https://yaqeeninstitute.org/read/paper/bagaimana-rasulullah-%EF%B7%BA-mengatasi-permusuhan-dan-penghinaan> diakses tanggal 13 April 2023 pada pukul 02:22 WIB.

dalam kehidupan umat Islam di Indonesia saat ini, ungkapan dan perbuatan buruk masih terjadi.⁵²

Materi kognitif perilaku terhadap remaja yang memiliki perkataan buruk.

1. Adab sopan santun saat berbicara

Menggunakan kata-kata yang sopan, menghindari gosip dan fitnah, serta berbicara dengan rendah hati dan halus, serta tidak menyakiti perasaan orang lain, adab sopan santun ini dicontohkan seperti berkata lemah lembut, tidak menaikkan suara saat berbicara, dan menghormati lawan bicaranya⁵³.

Strategi : Memberikan arahan tutur kata kepada remaja saat berbicara kepada yang lebih tua, mengajarkan bicara lemah lembut, dan memberitahu bahwa berbicara harus berhati-hati dan fokus.

2. Belajar komunikasi

Belajar komunikasi yaitu proses mengutarakan atau menyampaikan pesan oleh peneliti kepada remaja, agar remaja mampu memilah kata-kata atau kalimat yang baik, contoh dari belajar komunikasi ini seperti mengajarkan remaja bagaimana membalas ucapan lawan bicaranya, menunjukkan kata-kata yang bagus untuk remaja⁵⁴.

Strategi : Remaja belajar kata-kata yang baik dalam arti memilah kata-kata baik dan buruk, menerapkan pada remaja apa saja perkataan baik yang seharusnya disebutkan.

⁵² Imam Sudarmoko, “Keburukan dalam Perspektif Al-Qur’an Telaah Ragam, Dampak, dan Solusi Terhadap Keburukan”, dalam Jurnal Dialogia, Volume 12, No. 1, hlm. 22-23.

⁵³ www.gramedia.com Akses pada tanggal 20 Januari 2024 pukul 15:30 WIB

⁵⁴ <https://pasca.undiksha.ac.id> Akses pada tanggal 20 Januari 2024 pukul 15:35 WIB

3. Memperbaiki perkataan

Memperbaiki perkataan seperti mencegah kalimat-kalimat buuk, menanggapi dengan tegas ucapan buruk yang dikeluarkan oleh remaja, dan mengembaikan remaja keondiri atau situasi yang baik, memperbaiki perkataan remaja dengan cara menunjukkan kata-kata yang baik, memberikan petunjuk perkataan mana saja yang tidak boleh dikatakan, dan menerapkan kata-kata yang menenangkan hati.⁵⁵

Strategi : Membangun interaksi positif, mengidentifikasi minat termasuk jenis yang mencela diri sendiri.

4. Arahan atau Bimbingan

Arahan atau bimbingan adalah instruksi yang harus diikuti, nasihat yang diberikan, dan bantuan yang dapat diberikan oleh peneliti kepada remaja untuk mengubah pola pikir dan tingkah laku remaja, remaja diberikan arah agar mereka mampu membedakan mana yang baik dan yang buruk, remaja juga diarahkan dan dibimbing dengan diberitahukan manfaat dari perkataan yang baik dan sisi negatif perkataan buruk⁵⁶.

Strategi : Memberikan arahan positif yang mudah dikelola dan dimengerti oleh remaja, dan memberi dukungan penuh terhadap remaja.

⁵⁵ <https://pasca.undiksha.ac.id> Akses pada tanggal 20 Januari 2024 pukul 15:35 WIB

⁵⁶ www.gramedia.com Akses pada tanggal 20 Januari 2024 pukul 15:30 WIB

5. Menulis atau *Journaling*

Journaling adalah kegiatan menuangkan ide pikiran, perasaan, atau emosi yang berkaitan dengan berbagai kejadian atau peristiwa dalam hidup dalam bentuk tulisan maupun gambaran⁵⁷.

Strategi : Menceritakan pengalaman pribadi melalui cerita pendek, puisi, obrolan singkat, dan memahami emosi diri.

6. Menerapkan terapi kognitif perilaku

Terapi ini bertujuan untuk melatih cara berpikir dan cara bertindak, seperti menerapi remaja dengan musik, game, konseling, menonton video yang baik sebagai contoh pembelajaran bagi remaja⁵⁸.

Strategi : Prioritaskan masalah jika ada banyak masalah, memecahkan masalah menjadi bagian-bagian kecil, membuat kerangka waktu yang berbeda disetiap masalah, dan memecahkan masalah.

7. Evaluasi

Evaluasi yaitu proses mengetahui sejauh mana suatu kegiatan tertentu telah dicapai, bagaimana hasil dari pencapaian itu dengan standar tertentu, dan bagaimana manfaat yang telah dikerjakan bila dibandingkan dengan sebelumnya.

Strategi : Mengumpulkan data dalam sesi atau materi, tahap untuk dapat menentukan kebijaksanaan dalam usaha memperbaiki sikap.

⁵⁷ <https://pasca.undiksha.ac.id> Akses pada tanggal 20 Januari 2024 pukul 15:50 WIB

⁵⁸ <https://pasca.undiksha.ac.id> Akses pada tanggal 20 Januari 2024 pukul 15:30 WIB

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu berfungsi sebagai pendukung untuk melakukan penelitian. Untuk menguatkan judul penelitian yang akan diteliti, Peneliti mengambil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan judul yang diangkat oleh peneliti.

Tabel 1.1

Nama Peneliti	Judul Peneliti	Hasil Penelitian
Amita Diana, (ISTIGHNA, Vol 1, No. 1, 2018).	Psikologi Remaja dan Permasalahannya.	Pertumbuhan merupakan fase ataupun proses kematangan fungsi-fungsi psikis seperti mulai menyukai dan mengagumi lawan jenis, pematangan hormon, cenderung menyendiri, emosi yang mulai labil, dan sikap yang mulai berbeda dari sebelumnya. Adapun proses kematangan fungsi fisik seperti organ kelamin, perubahan suara, tinggi dan berat badan, serta tumbuh kumis. Masa pertumbuhan

		ini bertepatan dengan masa remaja, dimana pada masa ini memberikan banyak hal-hal menarik perhatian karena sifat-sifat unik dalam peranannya.
Shilphy Octavia, (Yogyakarta: CV BUDI UTAMA, 2020).	Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja.	Remaja adalah fase yang cukup berat di lalui oleh beberapa orang dikarenakan begitu banyak ragam dan bentuk perubahan sikap, fisik, dan tingkah laku. Di era ini, peralihan sikap remaja menimbulkan 2 karakter berbeda yaitu sikap stabil dan sikap labil. Contoh sikap stabil pada remaja yaitu sikap mempunyai arah, memiliki intensitas, peluasan wawasan, mempunyai keluasaan, memiliki konsisten, dan spontanitas

		dan contoh sikap labil pada remaja yaitu emosi tak terkendali, pergaulan bebas, mudah terprovokasi, dan tidak memiliki pendirian atau prinsip.
Maryam Gainau, (Yogyakarta: PT. Kanisius: Ikatan Penerbit Indonesia, 2021).	Perkembangan Remaja dan Problematika	Dalam komunikasi harus memiliki tata bicara yang sopan dan beretika. Terkhusus untuk anak-anak dan remaja yang sedang berada di fase pertumbuhan dan perkembangan fisik. Komunikasi mengacu pada sikap ataupun tindakan satu orang atau lebih yang memberi pesan atau suatu konteks tertentu, memberikan pengaruh tertentu, dan kesempatan untuk melakukan umpan balik.
Kathryn Geldard dan	Konseling Remaja	Perubahan biologis terjadi

David Geldard, Cet-1, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011).		remaja, pada saat yang bersamaan terjadi juga perubahan kognitif. Remaja yang sedang mengalami perubahan kognitif akan menumbuh kembangkan suatu kemampuan untuk berpikir abstrak, mencari dan menemukan cara untuk berpikir tentang masalah komunikasi, interaksi, hubungan, memahami langkah-langkah dan cara-cara baru untuk mengolah informasi, dan belajar berpikir secara kritis dan kreatif.
--	--	---

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Amita Diananda yaitu terletak pada variabel dependennya yaitu fisik remaja. Sedangkan persamaannya yaitu sama-sama membahas perkembangan remaja.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Shilphy Octavia yaitu terletak pada objek penelitian yaitu fase remaja. Sedangkan persamaannya yaitu sama-sama membahas perkembangan remaja.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Maryam Gainau yaitu terletak pada perilaku sosial yaitu sikap remaja. Sedangkan persamaannya yaitu sama-sama membahas perkembangan remaja.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Kathryn Geldard dan David Geldard yaitu terletak pada variabel dependennya yaitu perubahan biologis. Sedangkan persamaannya yaitu sama-sama membahas perkembangan remaja.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Mandailing Natal, tepatnya berada di Kelurahan Siabu, Kecamatan Siabu, Lingkungan Satu, Sumatera Utara. Adapun alasan peneliti memilih lokasi ini karena lokasi tersebut terdapat banyak remaja yang kurang baik dalam memilah bahasa saat bercakap kepada teman sebaya. Peneliti memilih lokasi tersebut dikarenakan adanya permasalahan mengenai kebiasaan dalam perkataan buruk di kalangan remaja, untuk itu peneliti tertarik meneliti di lokasi ini. Selain itu, belum ada dilakukannya penelitian di lokasi tersebut yang mengkaji terkait dengan penelitian sejenis ini.

2. Waktu Penelitian

Adapun waktu penelitian dilaksanakan terhadap perkataan buruk di kalangan remaja, yaitu pada bulan Januari 2023 sampai dengan bulan Januari 2024 di Kelurahan Siabu, Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal.

B. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian yang diambil oleh peneliti yaitu penelitian tindakan atau disebut juga dengan *action research*. Penelitian tindakan dapat dilaksanakan dengan baik secara individual maupun kelompok dengan harapan perlakuan tersebut dapat ditiru untuk memperbaiki kualitas orang lain. Metode penelitian yang digunakan adalah tindakan lapangan. Metode tindakan lapangan adalah metode dengan melakukan (*Learning By Doing*) melakukan sesuatu untuk

mengamati, memecahkan, melihat bagaimana keberhasilan usaha, jika belum berhasil, maka mereka harus mencoba lagi.⁵⁹ Peneliti langsung turun ke lapangan untuk melihat dan mengamati suatu permasalahan langsung serta menguraikan dan menafsirkan beberapa kejadian ataupun fenomena yang ada dilapangan melalui penelitian tindakan yang mengikuti model Kemmis Targart.⁶⁰

C. Informan Penelitian

Dalam memperoleh informasi atau data maka dibutuhkan suatu informan. Informan adalah seseorang yang dimintai informasi mengenai objek yang sedang diteliti, seseorang itu memiliki banyak informasi terkait dengan data dari penelitian yang dilaksanakan.⁶¹ Informan penelitian ini ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, *Purposive sampling* yaitu memilih sampel secara sengaja dengan pertimbangan khusus yang dimiliki sampel tersebut.⁶² Untuk memperoleh data informasi yang akurat maka yang menjadi informan atau subjek dalam penelitian adalah orang tua dari remaja yang memiliki perkataan buruk, teman dekat dari remaja yang memiliki perkataan buruk, dan tetangga dari remaja yang memiliki perkataan buruk, serta kepala lingkungan dari remaja yang memiliki perkataan buruk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu.

⁵⁹ Nurul Masyithoh, “Penerapan Konseling Individu Terhadap Remaja Pembalap Liar di Desa Batu Godang Kecamatan Angkola Sangkunur Kabupaten Tapanuli Selatan” (Skripsi, FDIK IAIN Padangsidempuan, 2022), hlm. 32-33.

⁶⁰ Elvera dan Yesita Astarina, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Penerbit ANDI (anggota IKAPI), 2021) hlm. 149-150.

⁶¹ www.penelitianilmiah.com diakses tanggal 30 Januari 2023 pukul 02:18 WIB.

⁶² Akhmad Musyafak, *Mapping Agroekosistem dan Sosial Ekonomi untuk Pembangunan Pertanian Pebatasan Bengkayak – Serawat Kalimantan Barat*, (Yogyakarta: Deepublish, 2015), hlm. 7.

D. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini disajikan berupa informasi berdasarkan fakta terkait permasalahan dalam penelitian. Keberhasilan dalam pengumpulan data ditentukan oleh kemampuan peneliti mengamati situasi sosial yang dijadikan fokus masalah. Data adalah fakta yang dikumpulkan oleh peneliti untuk keperluan menangani masalah atau memecahkan masalah, dan menjawab pertanyaan penelitian.

Adapun berdasarkan sumbernya, data dalam penelitian ini mencakup sumber data primer dan sekunder:

1. Data Primer

Data primer adalah data yang dipakai atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya, data primer juga dikatakan sebagai data asli. Untuk mendapatkan data primer tersebut, peneliti harus mengumpulkannya secara langsung. Sumber data tersebut antara lain adalah 12 orang remaja laki-laki yang memiliki perkata buruk dengan usia 12-21 tahun di Kelurahan Siabu, Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang digunakan untuk diperoleh atau dikumpul oleh peneliti dari berbagai sumber yang telah ada atau peneliti sebagai tangan kedua. Sumber data pelengkap, sebagai pendukung dan tambahan informasi penelitian dari sumber data primer. Data sekunder dapat

diperoleh melalui buku, jurnal, laporan, dan sebagainya.⁶³ Dan sumber data sekunder lain pada penelitian ini adalah orang tua dari remaja yang memiliki perkataan buruk (ayah dan ibu) berjumlah 24 orang, teman dekat, dan tetangga, serta kepala lingkungan di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal.

E. Instrumen Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data dan informasi secara lebih fokus, peneliti menggunakan instrumen atau teknik pengumpulan data, sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang mengharuskan peneliti untuk turun ke lapangan melihat dan mengamati hal – hal yang berkaitan dengan ruang , kegiatan, waktu, tempat, peristiwa, pelaku, perasaan, dan tujuan. Observasi adalah proses atau tindakan pengambilan dan penerimaan informasi melalui media pengamat.

Adapun bentuk-bentuk observasi, yaitu :

a. Observasi partisipan adalah teknik atau metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan pengindraan dimana peneliti terlibat dalam keseharian informan.

b. Observasi non partisipan adalah pengamatan yang dilakukan tanpa menggunakan pedoman observasi, sehingga peneliti tidak terlihat langsung dalam kegiatan, atau peneliti mengamati partisipan tanpa berinteraksi langsung dengannya.

⁶³ Sandu Siyoto dan Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, Cet-1, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015) hlm. 67-68.

Dalam penelitian ini observasi yang peneliti gunakan adalah observasi partisipan. Observasi ini dilakukan dengan mengamati dan mencatat langsung terhadap objek penelitian, yaitu mengamati remaja yang memiliki kebiasaan dalam perkataan buruk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu.

2. Wawancara atau *interview*

Wawancara adalah salah satu teknik yang diperoleh untuk mengumpulkan data penelitian. Secara lebih mudah dan sederhana dapat dikatakan bahwa wawancara adalah suatu proses interaksi antara pewawancara dan informan atau sumber informasi yang diwawancarai melalui komunikasi langsung.⁶⁴

Jenis wawancara yang dipakai dalam penelitian ini adalah wawancara tidak terstruktur yaitu peneliti hanya memuat garis besar yang akan dinyatakan dengan melakukan serangkaian komunikasi atau tanya jawab langsung dengan sumber data yaitu Penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) untuk Mengurangi Kebiasaan dalam Perkataan Buruk di Kalangan Remaja di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal.

3. Dokumentasi

Dokumentasi yang digunakan menggunakan media foto dan tes. Tes adalah beberapa pertanyaan atau latihan serta alat lain yang di pakai untuk mengetahui intelegensi, bakat atau kemampuan, dan untuk mengukur keterampilan yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Tes yang digunakan

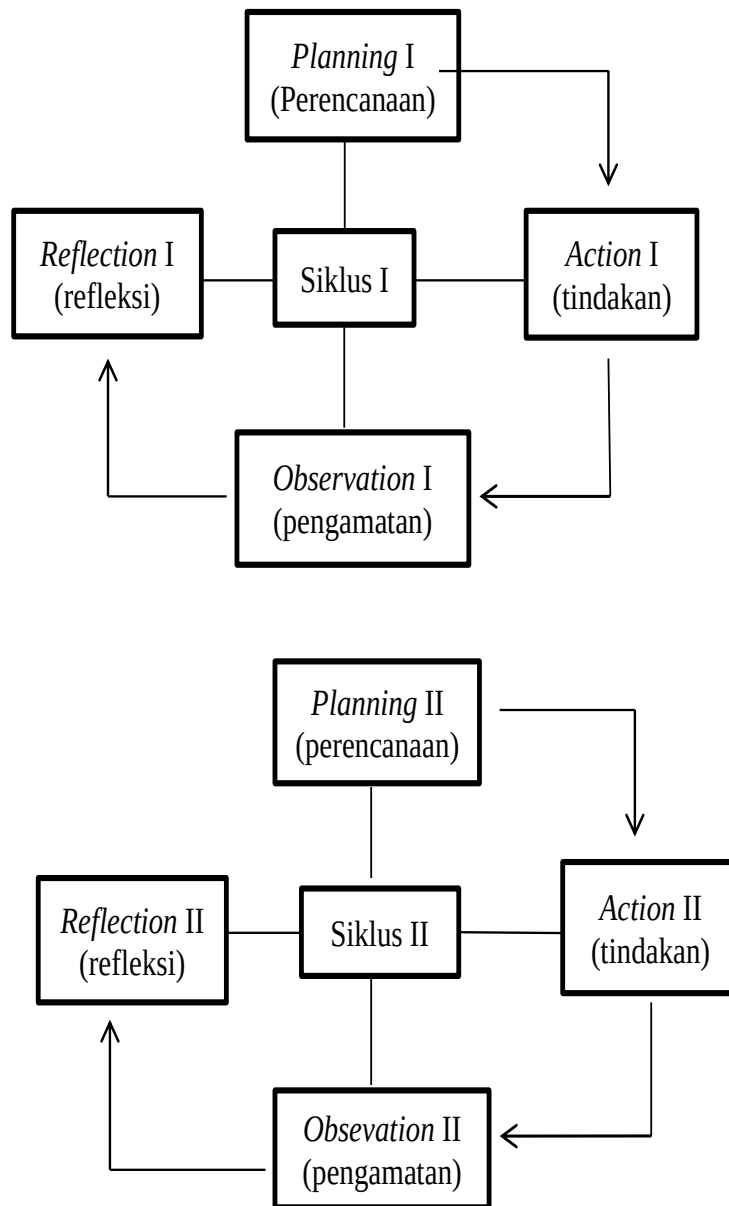
⁶⁴ A. Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*, Cet-4, (Jakarta: Kencana, 2017) hlm. 372.

adalah soal-soal untuk mengukur keterampilan. Data tes inilah yang akan dijadikan acuan untuk menarik kesimpulan pada akhir penelitian.

Tes adalah sejumlah pertanyaan yang disampaikan pada individu atau sejumlah orang untuk mengungkapkan keadaan atau tingkat perkembangan aspek psikologis. Tes yang digunakan yaitu Tes lisan yang berbentuk sebuah pertanyaan yang disampaikan secara lisan dan yang berhubungan dengan masalah penelitian tindak lapangan. Tes lisan ini meliputi 2 siklus atau lebih, tergantung pada situasi dan kondisi dalam melaksanakan metode yang ingin diterapkan. Setiap siklus dilaksanakan dengan perubahan yang ingin dicapai.⁶⁵

⁶⁵ <https://idr.uin-antasari.ac.id> diakses pada tanggal 26 Maret 2023 pukul 21:48 WIB.

Prosedur Tindakan menurut Stephen Kemmis Taggart



Dan seterusnya

1. Prosedur Pelaksana Siklus I Pertemuan Pertama

Siklus dilakukan dengan dua kali pertemuan (tatap muka) adapun tahapan pada siklus 1 ini terdiri dari empat (4 tahap):

a) Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan peneliti yaitu:

- 1) Melakukan observasi awal ke tempat penelitian.
- 2) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuannya kepada orang tua remaja dan remaja yang memiliki perkataan buruk.
- 3) Mempersiapkan jadwal pelaksanaan tentang penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* pada remaja.
- 4) Menyiapkan perencanaan observasi kepada remaja tentang bagaimana cara melaksanakan *Cognitive Behavioural Therapy*.

b) Tindakan

Setelah perencanaan disusun maka langkah selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan-tindakan nyata, tindakan yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti menjelaskan materi yang akan diberikan kepada remaja dalam bentuk ceramah.
- 2) Peneliti memberi kesempatan kepada remaja untuk memahami materi yang disampaikan peneliti.
- 3) Peneliti memberikan kesempatan kepada remaja untuk saling memberikan solusi.

- 4) Peneliti memberikan pujian kepada remaja setelah selesai melakukan tindakan

c) Observasi

Kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan rangkaian tindakan yang dihadapkan pada remaja. Observasi ini bertujuan untuk melihat keadaan remaja ketika berada di lingkungan masyarakat.

d) Refleksi

Setelah diadakan tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan *cognitive behavioural therapy* tersebut. Jika ternyata masih ditemukan hambatan, kekurangan dan belum mencapai indikator tindakan yang telah ditetapkan pada penelitian ini maka hasil tersebut dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan *cognitive behavioural therapy* pada siklus berikutnya.

2. Prosedur Pelaksanaan Siklus I Pertemuan Kedua

a) Perencanaan

1. Melanjutkan proses konseling *cognitive behavioural therapy*.
2. Menumbuhkan sikap rasa percaya diri untuk berkeluh kesah dari masing-masing remaja.

b) Tindakan

1. Peneliti menggali kembali masalah remaja dengan menanyakan hal tentang permasalahan yang dialami dengan lebih dalam lagi.

2. Setelah mengetahui masalah remaja, peneliti memberikan materi yang sudah disiapkan sesuai permasalahan remaja.
3. Mempersiapkan nasihat yang akan disampaikan kepada remaja seperti pentingnya berkata baik dalam kehidupan, juga perlu adanya komunikasi di dalam keluarga dan lingkungan sekitar.

c) Observasi

Observasi dilakukan setelah tindakan, bertujuan untuk melihat perubahan pada remaja setelah dilakukan tindakan.

d) Refleksi

Hal yang perlu direfleksikan adalah adanya perubahan yang telah dilakukan remaja setelah dilakukannya konseling *cognitive behavioural therapy*.

3. Prosedur Pelaksanaan Siklus II Pertemuan Pertama

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Tahapan siklus II yaitu:

a) Perencanaan

Perencanaan dilakukan dalam memberi masukan terhadap remaja adalah sebagai berikut:

- 1) Melanjutkan proses konseling.
- 2) Peneliti melakukan observasi hasil dari penelitian sebelumnya.

- 3) Mempersiapkan nasihat yang akan disampaikan kepada remaja seperti pentingnya berkata baik dalam kehidupan, perlu ada komunikasi di dalam keluarga dan lingkungan sekitar

b) Tindakan

Setelah perencanaan ditetapkan, maka selanjutnya, melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan, yaitu:

- 1) Peneliti menyediakan waktu mendengarkan keluhan kesah remaja.
- 2) Peneliti memberikan *support* dan rasa nyaman terhadap si remaja untuk memperbaiki perkataan dan tindakan remaja.

c) Obsevasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan. Bertujuan untuk melihat kembali perubahan terhadap remaja yang berkata buruk.

d) Refleksi

Setelah adanya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari peningkatan perkataan baik pada remaja melalui cognitive behavioural therapy tersebut setelah direfleksikan dan akan dibandingkan dengan data sebelumnya apakah ada perubahan atau sebaliknya.

4. Prosedur Pelaksanaan Siklus I Pertemuan Kedua

a) Perencanaan

1. Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan sebelumnya.
2. Mempersiapkan kembali materi yang lebih dalam agar membuat remaja benar-benar yakin pada diri mereka.

3. Peneliti memberikan pertanyaan kepada remaja tentang perubahan apa yang telah dirasakan remaja.

b) Tindakan

Tahapan tindakan pada siklus II pertemuan minggu kedua dilaksanakan untuk melanjutkan konseling dan mengobrol tentang kegiatan sehari-hari selama masa penerapan *cognitive behavioural therapy* dan memberikan waktu pada remaja untuk bermain agar remaja tidak merasa bosan dan monoton.

c) Observasi

Observasi dilakukan setelah proses tindakan yang bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan pada remaja setelah dilakukan tindakan.

d) Refleksi

Setelah dilakukan tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan. Refleksi diperlukan untuk melihat apakah sudah terdapat perubahan pada remaja.

F. Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data dalam penelitian menggunakan teknik-teknik lapangan yang diperdalam, yaitu :

1. Triangulasi

Triangulasi merupakan metode pemeriksaan untuk keabsahan data yang mengambil sesuatu atau memanfaatkannya pada sesuatu yang lain atau sebagai perbandingan data, Teknik triangulasi paling banyak dipakai, yaitu pemeriksaan melalui sumber lain.

Triangulasi menggunakan beberapa metode, sumber, teori, dan penelitian. Pelacakan sesuai dengan hasil dan pengecekan anggota. Dalam usaha menajamkan pengecekan keabsahan data hasil penelitian, peneliti berusaha meningkatkan ketelitian dari data yang sudah dimiliki (member check), kemudian melakukan penelitian kembali untuk pengecekan data dengan metode triangulasi dan menggunakan bahasa referensi.⁶⁶

Dalam triangulasi ini, peneliti dapat menyatukan metode wawancara terstruktur dan wawancara bebas. Peneliti juga dapat menggunakan observasi dan wawancara atau pengamatan untuk mengecek kebenarannya. Selain itu, peneliti juga dapat menggunakan informan yang berbeda untuk mengecek kebenaran informasi tersebut. Melalui berbagai perspektif atau pandangan diharapkan akan diperoleh hasil yang mendekati kebenaran. Karena itu, triangulasi tahap ini dilakukan jika data atau informasi yang diperoleh dari subjek atau informan penelitian diragukan kebenarannya. Dengan demikian, jika data itu sudah jelas, misalnya berupa teks atau naskah, tes, dan sejenisnya, triangulasi tidak perlu dilakukan.⁶⁷

⁶⁶ Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif: Qualitatif Research Aproach*, Cet-1, (Yogyakarta: Deepublish Publisher CV Budiutama, 2018) hlm. 8-9.

⁶⁷ <https://dqlab.id/teknik-triangulasi-dalam-pengolahan-data-kualitatif> diakses tanggal 15 April 2023 pukul 23:28 WIB.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah langkah dari sistematis untuk meneliti, mengamati, dan mengumpulkan transkrip wawancara, dokumentasi, catatan lapangan dan hal lainnya. Analisis data diarahkan pada fokus penelitian.⁶⁸

Teknik analisis Miles & Huberman dalam buku Nanda Dwi Rizkia dkk, teknik analisis data, yaitu:

1. Reduksi data, mereduksi berarti merangkum data, memilih hal-hal utama yang sesuai dengan masalah.
2. Pengumpulan data, mencari data di lapangan dan dipakai untuk penelitian masalah.
3. Penyajian data, hasil penelitian yang sudah sesuai dengan tujuan dan keinginan.
4. Kesimpulan penelitian, hasil analisis deskripsi dan pembahasan tentang hasil pengetesan.⁶⁹

Tahapan dari teknik ini dikenal dengan teknik analisis interaktif karena setelah pengumpulan data bisa dikembalikan pada tahapan sebelumnya bahkan setelah penarikan atau memundurkan kesimpulan bisa kembali ke tahap pengumpulan data.

⁶⁸ *Ibid.*, hlm. 391.

⁶⁹ Nanda Dwi Rizkia, dkk, *Metodologi Penelitian*, (Bandung: Media Sains Indonesia, 2022) hlm. 165-166.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum

1. Sejarah Kelurahan Siabu

Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal berada tepat di sebelah utara ibu kota kabupaten Mandailing Natal, kelurahan Siabu pertama kali terbentuk dari hasil pemekaran Tapsel Madina pada tahun 2006 dan sudah menjadi kelurahan, asal nama Siabu, awal mulanya ada pohon yang bernama pohon abu, sehingga dinamakanlah desa Siabu.

2. Letak Geografis Kelurahan Siabu

- a. Sebelah utara ibu kota kabupaten Mandailing Natal
- b. Sebelah timur berbatasan dengan barumun
- c. Sebelah selatan berbatasan dengan desa Simaninggir
- d. Sebelah barat berbatasan dengan Muara Batang Gadis

Ukuran luas kelurahan Siabu $\pm 28,24$ Km (2.824,33 Ha), dan dengan luas lahan pertanian $\pm 436,9$ Ha, dengan 18 kelompok Tani yang didampingi oleh PPL (Penyuluhan Pertanian Lapangan).⁷⁰

3. Jumlah penduduk kelurahan Siabu

Adapun jumlah dari penduduk Kelurahan Siabu sebanyak 2.634 jiwa dan KK berjumlah 1143. Berikut adalah jumlah data penduduk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu:

⁷⁰ Dahlia, Ibu Lurah Siabu, *Wawancara*, (Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal pada tanggal 18 Agustus 2023, pukul 10:23).

Tabel 1
Jumlah Data Penduduk di Kelurahan Siabu

No	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Laki-laki	1143
2	Perempuan	1491

Sumber: Dokumentasi Jumlah Penduduk Kelurahan Siabu, 2022

4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Mata Pencaharian

Mata pencaharian penduduk kelurahan Siabu adalah sebagai petani, wirausaha, dan guru.

Tabel 2
Keadaan Penduduk Kelurahan Siabu Berdasarkan Mata Pencaharian

No.	Mata Pencaharian	Jumlah	Persentase
1	Petani	Jiwa	70%
2	Guru	Jiwa	20%
3	Wirausaha	Jiwa	10%
4	Jumlah	Jiwa	100%

Sumber: Dokumentasi Administrasi Kelurahan Siabu, 2022

5. Tingkat Pendidikan Kelurahan Siabu

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mengembangkan potensi diri untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan diri dan masyarakat. Dalam hal ini keadaan tingkat pendidikan masyarakat Kelurahan Siabu adalah sebagai berikut:

Tabel 3
Tingkat Pendidikan Penduduk Kelurahan Siabu

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah	Persentase
1	Tidak tamat SD	-	-
2	SD	351	-
3	SMP/Sederajat	184	-
4	SMA/Sederajat	225	-
5	Perguruan Tinggi	85	-
	Jumlah	845	-

Sumber: Data Administrasi Kelurahan Siabu, 2022

6. Sosial Budaya Penduduk Kelurahan Siabu

Kehidupan sosial budaya penduduk Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal umumnya menggunakan budaya batak. Demikian juga dalam aktivitas kehidupan lainnya seperti dalam pelaksanaan pernikahan sesuai adat, kemalangan, dan lain-lain. Kondisi sosial budaya di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu tergolong harmonis, saling tolong menolong, dan ramah, karena penduduk Kelurahan Siabu kuat dengan adat istiadat, terutama dalam hal *marga*, *nasab*, atau *kabilah* (suku bangsa, kaum yang berasal dari satu ayah), Hal ini dapat dilihat dalam kehidupan sehari-hari mereka mengutamakan dengan *marga*.

Adanya ikatan adat dan keturunan merupakan suatu sistem sosial yang tidak dapat dipisahkan antara sesama penduduk. Kebersamaan penduduk Kelurahan Siabu dapat dilihat dalam acara pesta, juga dapat dilihat ketika kemalangan. Dari hasil observasi peneliti bahwa ketika ada kegiatan atau acara pesta, kemalangan, ataupun pengajian terlihat jelas terjalin sebuah

kekeluargaan dan kebersamaan penduduk Kelurahan Siabu, karena setiap dari penduduk ingin melancarkan acara yang berlangsung tersebut.⁷¹

B. Temuan Khusus

1. Adapun data remaja yang memiliki perkataan buruk di Kelurahan Siabu sebagai berikut:

Tabel 4
Data Remaja Yang Memiliki Perkataan Buruk

No	Nama Remaja	Umur	Status
1	AM	18	Tamat SMA
2	YN	13	Pelajar SMP
3	RK	20	Tamat SMP
4	PJ	17	Pelajar SMA
5	RZ	18	Pelajar SMA
6	SH	20	Tamat SMA
7	NH	16	Pelajar SMA
8	YD	14	Pelajar SMP
9	MR	15	Pelajar SMP
10	JI	17	Pelajar SMA
11	PT	19	Mahasiswa
12	RN	18	Pelajar SMA ⁷²

A. Perkataan Buruk di Kalangan Remaja Di Kelurahan Siabu

Perkataan buruk di kalangan remaja di Kelurahan Siabu sudah tidak asing lagi didengar. Banyak remaja yang menganggap perkataan buruk adalah hal biasa dan sering diterapkan di kehidupan sehari-hari mau itu dengan teman sebaya, orang yang lebih tua, atau pada orang lain yang tidak dikenal. Perkataan buruk itu seolah-olah terdengar keren saat diucapkan. Remaja kerap

⁷¹ *Ibid.*,

⁷² Data Remaja Yang Memiliki Perkataan Buruk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal.

kali tidak merasa ada yang salah dengan setiap kata-kata yang diucapkan, sehingga tidak ada kesadaran diri untuk mengubah diri.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan salah satu remaja yaitu YN yang menyatakan bahwa “Saya sudah terbiasa berkata kasar sejak lama, karena saya mendengar orang tua saya berbicara kasar juga. Setiap orang tua saya marah, maka mereka akan mengatakan kata kasar itu kepada saya.”⁷³

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan salah satu remaja yaitu RZ yang menyatakan bahwa “Menurut saya, remaja yang omongannya kasar karena sering main dan nongkrong lama diluar rumah. Karena dalam satu tongkrongan, remaja dari kampung lain juga bisa datang, bukan hanya omongan kasar tapi juga mengajak teman yang lain merokok.”⁷⁴

Hal ini dibenarkan oleh Ibu Risma orang tua dari PJ yang menyatakan bahwa “Anak ibu sering membawa temannya ke rumah, ibu sering mendengar teman PJ berbicara kasar saat di depan rumah. Walau ibu gak keluar rumah, tapi ibu tau PJ ikut berbicara kasar karena sering bermain dengan temannya itu.”⁷⁵

Begitu juga dengan wawancara peneliti dengan salah satu remaja yaitu SH yang menyatakan bahwa “Saya tidak masalah dengan kata-kata kasar yang teman saya ucapkan, karena saya juga sama sering ucapkan kata itu. Saya

⁷³ YN, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 10.45).

⁷⁴ RZ, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 10.45).

⁷⁵ Risma, Orang Tua Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada Tanggal 28 Agustus 2023, pukul 11.00).

sering bilang bahwa teman saja *bego*, ya memang dia *bego* kalau lagi berpikir.”⁷⁶

Kemudian wawancara peneliti dengan salah satu teman sebaya remaja yaitu Iky yang menyatakan bahwa “Benar, kak. Teman saya si YN sering mengucapkan kata *anjing* dan *goblok* kalau sedang bercanda. Saya sih sudah sering tegur tapi dia tidak mau mendengarkan saya. Mereka tidak merasa bersalah mengucapkan itu, saya bilang tidak suka pun mereka tidak pernah menanggapi.”⁷⁷

Perkataan buruk di kalangan remaja akan berdampak negatif pada remaja tersebut, seperti mengubah cara otak berkembang, mudah meluapkan emosi sehingga menyakiti perasaan orang lain, nilai etika berkurang, menguras cara berpikir remaja, mental yang semakin tidak stabil, merasa keren atas perkataan buruk tersebut, dan lainnya.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan salah satu remaja AM yang menyatakan bahwa “Kata-kata yang sering saya ucapkan, saya sering bilang *anjir*, *bodat* (monyet), *babamu* (mulutmu), itu saja kak. Saya ucapkan saat bermain game saja, orang tua di rumah gak tau karena saya bicara seperti ini sama teman saja.”⁷⁸

Berdasarkan wawancara peneliti, remaja mulai berkata buruk ketika berada diluar rumah, lingkungan pertemanan dapat merubah perilaku remaja

⁷⁶ SH, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 10.45).

⁷⁷ Iky, Teman dari Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada Tanggal 28 Agustus 2023, pukul 11.00)

⁷⁸ AM, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 10.45).

dan remaja menerapkan sisi negatif itu pada kebiasaannya sehari-hari. Remaja mengenal perkataan buruk itu melalui teman dan kemudian membuat remaja terbawa arus hingga tidak mau mendengarkan nasehat teman dekatnya.

Berdasarkan observasi peneliti, pada remaja yang memiliki perkataan buruk, peneliti melihat ada banyak remaja yang ikut berkata kasar saat berada di luar rumah bersama teman. Ini dikarenakan remaja kurang berkomunikasi dengan orang tua, remaja enggan menceritakan masalah mereka dan pergaulan mereka kepada orang tua.⁷⁹

1. Jenis-Jenis Perkataan Buruk

1. Hujat

Hujat adalah seseorang mengatakan kata cacian, mencela orang lain. Menghujat termasuk dalam menjelekkan orang lain yang berhubungan dengan reputasi dan harga diri orang lain, menghujat juga bisa dikatakan meremehkan orang lain karena rasa tidak suka dan sebab tertentu⁸⁰. Adapun wawancara peneliti dengan salah satu remaja yang memiliki perkataan buruk yaitu JI yang menyatakan bahwa “Saya pernah meremehkan teman saya karena dia sering mengomel tanpa sebab dan merasa dirinya lebih bagus dari saya. Kadang saya ikut marah dan melawan ucapan teman saya karena saya tidak tahan, lalu mengucapkan kata-kata kasar seperti *anjing*.”⁸¹

Dan juga wawancara peneliti dengan SH remaja yang memiliki perkataan buruk, ia mengungkapkan bahwa:

⁷⁹ Yulia Putri Pratama, *Observasi* pada Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk di (Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 11.00).

⁸⁰ <https://kbbi.kemdikbud.go.id>

⁸¹ JI, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 11.00).

Saya gak mau kalah berdebat, saya pasti selalu memotong omongan kakak saya. Bukan salah saya juga, memang kami sering adu argumen, saya juga sering bilang kalau dia tidak cocok menjadi kakak saya, dia juga ga pernah dapat juara satu di sekolahnya. Dia selalu membuat saya emosi dan karena dia saya sering dimarahi orang tua. Saat kami berdebat, saya sering keceplosan bilang dia seperti setan, *babi*, bahkan menyumpahinya⁸²

Kemudian wawancara peneliti terhadap salah satu orang tua remaja yang memiliki perkataan buruk, yaitu ibu Erna yang menyatakan bahwa:

Sudah kebiasaan anak saya memotong pembicaraan. Dia selalu ingin didengar tetapi kurang memahami orang lain, ucapan dan sikapnya seperti menganggap enteng ucapan saya. Menyela pembicaraan untuk minta uang jajan, saya sering nasihati jika ada tamu tunggu sebentar lalu minta uang jajan. Tamu bicara penting pun dia tidak mau menunggu, saya malu dengan sikap seperti itu. Bahkan berbicara “*Cuma tamu, ngapain harus nunggu lama, tinggal kasih uang jajan aja*” tidak bertutur dengan baik⁸³

Selanjutnya wawancara peneliti dengan Putri teman sebaya dari remaja yang memiliki perkataan buruk yang mengungkapkan bahwa:

Saya pernah mendengar teman saya RK berbicara tidak sopan dan mengatakan hal buruk kepada sepupunya. Dia tidak segan membentak sepupunya dan berteriak keras mengajak ribut. Namun, teman lain sempat menegur membuat keributan tidak diteruskan. RK juga sering membalas ucapan orang lain dengan hujatan dan nada tinggi.⁸⁴

Berdasarkan wawancara dan observasi peneliti, remaja tidak sungkan mengucapkan kata-kata yang bersift mencela, menupah serapahi, dan menganggap remeh orang lain. Perilaku ini tidak dapat dipertahankan, sebab

⁸² SH, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 11.00).

⁸³ Erna, Orang tua dari Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) 28 Agustus 2023, pukul 10.45).

⁸⁴ Putri, Teman dari Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 28 Agustus 2023, pukul 10.45).

itu peneliti mencoba melakukan penerapan pada remaja yang memiliki perkataan buruk seperti menghujat.⁸⁵

2. Berkata Kasar

Berkata kasar atau bahasa kasar ini adalah bentuk ungkapan yang meremehkan orang lain, juga menistakan orang tersebut menggunakan kata-kata yang tak senonoh seperti mengumpat keras, memberikan sumpah serapah yaitu mendoakan yang tidak baik, kata kotor, caci maki, dan sebagainya.

Adapun wawancara saya bersama Ibu Dahlia selaku Lurah di Kelurahan Siabu, ia mengungkapkan bahwa:

Banyak saya perhatikan dan saya dengar, remaja sering memberikan umpatan kasar kepada teman sebayanya. Saat melewati jalan, sering saya dengar mereka mengumpat, ucap nama binatang, bahkan ucapan buruk lainnya. Sudah sering saya tegur tapi tak pernah kapok, saya peringati mereka, mereka seperti ingin menentang saya.⁸⁶

Ada juga wawancara peneliti dengan PT yaitu remaja yang memiliki perkataan buruk “Saya tidak pernah merasa ada yang salah. Memang saya pernah berkata kasar tapi itu karena teman saya mengganggu saya ketika asik bermain game. Teman saya juga tidak marah saat saya berkata *anjing* kepadanya, dia hanya tetawa dan membalas ucapan saya.”⁸⁷

Kemudian wawancara dengan NH remaja yang memiliki perkataan buruk yang menyatakan bahwa “Sudah lama saya berbicara kata-kata kasar,

⁸⁵ *Observasi* pada Remaja Yang Memiliki Perkataan Buruk di (Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada tanggal 27 Agustus 2023, pukul 14:42).

⁸⁶ Dahlia, Ibu Lurah Siabu, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 28 Agustus 2023, pukul 10.30).

⁸⁷ PT, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 11.00).

saya berbiara kasar karena ikut-ikutan teman. Mereka sering mengatakan *babi, bodat, tolol*, apalagi jika saya sedang emosi saya selalu keceplosan dan mengatakan semua kata-kata kasar.”⁸⁸

Berdasarkan hasil wawancara, berkata kasar sudah menjadi hal yang lumrah di kalangan remaja, mereka tidak takut dengan resiko atau akibat yang akan mereka hadapi jika terus menerus berkata kasar. Remaja juga tidak merasa bersalah setelah mengatakan perkataan buruk tersebut.⁸⁹

Berdasarkan hasil observasi peneliti, remaja merasa berkata kasar pantas untuk diutarakan sebab itu membuat remaja puas dan merasa dirinya keren, bahkan tidak sedikit dari mereka menyebutkan kata-kata kasar itu dengan lantang dan percaya diri.⁹⁰

3. Ejek

Ejek adalah perkataan yang tidak baik dan bukan perilaku yang terpuji. Sebab ejek memiliki arti mengolok-olok, menertawakan, menghina, mencemooh, dan mempermainkan seseorang dengan tingkah laku.⁹¹

Peneliti melakukan wawancara dengan pak FZ salah satu tetangga remaja yang memiliki perkataan buruk yang menyatakan bahwa:

Anak-anak ini sering heboh dan menertawakan temannya. Saya pernah mendengar mereka saling mengejek satu sama lain menyebabkan pertengkaran. Saya pernah meleraikan tetapi hari berikutnya mereka lakukan

⁸⁸ NH, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 11.00).

⁹⁰ *Observasi* pada Remaja Yang Memiliki Perkataan Buruk di (Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada tanggal 27 Agustus 2023, pukul 14:42).

⁹¹ <https://kbbi.kemdikbud.go.id>

hal yang sama. Anak-anak itu sangat bandel, saya pernah mengeluh ke orang tuanya tetapi tidak ada perubahan apapun.⁹²

Lalu wawancara bersama Anggi, salah satu teman remaja yang memiliki perkataan buruk yang menyatakan bahwa:

Saya pernah diejek oleh RN, ia mengatakan bahwa rok saya kotor dan sobek. Menertawakan saya dan menyuruh saya beli rok baru lalu ia tertawa dengan teman-temannya, juga mengatakan bahwa saya kurang mampu untuk membeli rok. Saya merasa malu karena disana ada banyak orang dan banyak laki-laki juga, ia berbicara sedikit membentak. Saya memilih pulang dan tidak bermain lagi dengan RN karena saya tau ia tidak menyukai saya. Dia banyak mengejek orang, jadi saya sedikit memaklumi dan tidak mau mengambil hati.⁹³

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti, remaja senang mengejek teman dengan cara candaan dan menganggap bahwa candaan itu tidak menyakiti perasaan orang lain, sehingga remaja bebas mengejek orang lain dengan cara yang mereka anggap lelucon atau hal yang lucu. Perilaku ini perlu diubah sebab akan menimbulkan rasa sakit hati dan kemarahan orang lain, juga membuat remaja terasingkan dari masyarakat⁹⁴.

4. Sindir

Sindir adalah pembicaraan yang bersifat kritikan secara tidak langsung kepada orang lain⁹⁵. Sindir adalah keinginan untuk menempatkan seseorang pada rasa malu, kesadaran diri, dan mempermalukan seseorang dalam beberapa hal tertentu. Walau ada sifat menyindir untuk menyadarkan orang lain, tapi menyindir seseorang dan membuatnya malu bukanlah pilihan yang

⁹² FZ, Tetangga dari Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 28 Agustus 2023, pukul 10.45).

⁹³ Anggi, Teman dari Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 28 Agustus 2023, pukul 10.45).

⁹⁴ *Observasi dan Wawancara* pada Remaja Yang Memiliki Perkataan Buruk di (Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada tanggal 28 Agustus 2023, pukul 15:17).

⁹⁵ <https://kbbi.kemdikbud.go.id>

tepat. Jika seseorang memiliki perlakuan yang salah, tegurlah ia secara baik agar yang ditegur merasa introspeksi diri.

Adapun wawancara bersama SH remaja yang memiliki perkataan buruk, ia menyatakan bahwa “Saya selalu akur dengan teman-teman saya bahkan sesekali saya traktir mereka makanan, karena tiap hari kita main bareng, tapi saya kurang suka dengan teman saya karena dia sedikit cuek, saya pernah sindir dia tapi dia tidak merespon.”⁹⁶

Wawancara dengan YD remaja yang memiliki perkataan buruk yang menyatakan bahwa:

Dia (YD) tidak pernah santai responnya kalau bicara sama ku, selalu blak-blakan kalau ngomong. Pernah dia menyindir aku ke teman yang lain bilang aku gak punya malu, bilang aku miskin, bilang aku gak pintar. Aku sakit hati kak waktu dia bilang begitu, padahal kami sudah berteman lama, hanya karena umakku nolak tawaran umaknya buat beli sofa mereka yang lama.⁹⁷

Berdasarkan observasi peneliti, pada remaja yang memiliki perkataan buruk, peneliti melihat dan mendengar ada banyak remaja yang ikut berkata kasar karena dipengaruhi teman, menghujat hanya karena perasaan tidak suka, sering menyindir karena tidak berani menegur, juga suka mengejek orang lain sehingga menyebabkan sakit hati.⁹⁸

⁹⁶ SH, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 11.00).

⁹⁷ YD, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, *Wawancara* (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 27 Agustus 2023, pukul 11.00).

⁹⁸ Observasi pada Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada Tanggal 28 Agustus 2023, pukul 10.45).

2. Hasil Penerapan Cognitive Behavioural Therapy (CBT) untuk Mengurangi Kebiasaan Dalam Perkataan Buruk Di Kalangan Remaja Di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu

Cognitive Behavioural Therapy merupakan pendekatan terapi yang berpusat pada proses berpikir dan terhubung pada emosi, sikap/perilaku, dan psikologi yang mana bertujuan untuk mengubah pola pikir dan tingkahlaku individu, berpikir jelas dan membantu pilihan juga keputusan yang tepat.

Konsep *Cognitive Behavioural Therapy* adalah menyadari bahwa pikiran, fisik, tindakan dan perasaan merupakan satu kesatuan dan saling mempengaruhi antara satu dan lainnya yang mana perasaan yang negatif mampu membuat seseorang terjebak dalam masalah, seperti pada remaja di Kelurahan Siabu mereka beranggapan bahwa mengatakan kata-kata kasar adalah perbuatan wajar dan menormalisasikan perkataan tersebut, serta menjadikan perkataan buruk sebagai konsumsi sehari-hari.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu, peneliti melakukan tindakan lapangan dengan dua siklus yang bertujuan mengajak remaja mengubah pola pikir dan tingkah laku dari yang buruk menjadi lebih baik. Adapun siklus yang telah ditentukan sebagai berikut:

a. Siklus I

1. Pertemuan pertama

Siklus pertama dilakukan dengan 2 kali pertemuan. Dalam siklus pertama ini dilakukan secara bertahap. Adapun tahapan dalam siklus pertama adalah:

a) Tahap perencanaan

Perencanaan adalah suatu tindakan atau proses menentukan apa yang akan dicapai. Dalam hal ini perencanaan yang akan dicapai adalah mengubah kebiasaan yang terus menerus dilakukan dan digantikan ke hal yang lebih bermanfaat.

Perencanaan yang dilakukan peneliti adalah memberi arahan terhadap remaja yang memiliki perkataan buruk yaitu:

1. Peneliti melakukan observasi awal ke tempat penelitian.
2. Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kepada orang tua remaja dan remaja yang memiliki perkataan buruk.
3. Peneliti mengelompokkan remaja yang latar belakang masalah yang sama.
4. Peneliti mempersiapkan rencana pelaksanaan penerapan *Cognitive Behavioural* kepada remaja.

b) Tindakan

Setelah perencanaan disusun maka langkah selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan-tindakan nyata. Peneliti melaksanakan penelitian pada tanggal 16 September 2023 dengan durasi 60 menit di salah satu rumah remaja yang memiliki perkataan buruk berinisial YN. Tindakan yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Peneliti membangun hubungan dengan remaja, yaitu mengajak remaja mengobrol dengan mengawali menanyakan kabar.

2. Peneliti memberikan pertanyaan mengenai aktivitas yang dilakukan remaja.
3. Peneliti menanyakan masalah yang dialami remaja.
4. Peneliti memberikan materi tentang menentang perkataan buruk seperti arti dari perkataan baik dan buruk, manfaat berkata baik, akibat berkata buruk, dan sebagainya.

c) Observasi

Observasi ini bertujuan untuk melihat keadaan remaja ketika berada di rumah dan lingkungan masyarakat.

d) Refleksi

Setelah dilakukan tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan *cognitive behavioural therapy* tersebut. Akan tetapi dalam minggu ini belum ditemukan perubahan pada remaja, hambatan ataupun kekurangan masih terlihat dan belum mencapai perubahan dan keberhasilan maka akan dijadikan bahan pertimbangan untuk refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan *cognitive behavioural therapy* pada siklus berikutnya.

Tabel 5
Hasil Penerapan Siklus 1 Pertemuan Pertama

Jenis Perkataan Buruk	Tindakan Untuk Perkataan Buruk	Perubahan Yang Dilalui Remaja
Hujat	• Memberikan penjelasan tentang menghujat	• Remaja kurang memahami definisi dari menghujat
	• Memberitahukan contoh-contoh ucapan yang termasuk menghujat agar remaja tidak mengulangnya lagi	• Remaja sudah mengetahui contoh ucapan yang termasuk menghujat namun masih menerapkannya
	• Membentuk pola pikir menghujat menjadi menyanjung	• Remaja memahami bentuk sanjungan namun tidak menerapkannya
	• Memberitahukan akibat dari menghujat	• Remaja mengetahui akibat dari menghujat namun belum dapat merubahnya
Berkata kasar	• Memberikan pengertian tentang berkata kasar	• Remaja mengetahui pengertian dari berkata kasar namun masih menerapkannya
	• Memberikan adab sopan santun saat berbicara	• Remaja kurang memahami adab sopan santun saat berbicara
	• Mengganti berkata kasar dengan ucapan yang baik seperti berdzikir	• Remaja masih menerapkan perkataan kasar
	• Memberitahukan akibat dari berkata kasar	• Remaja mengetahui akibat dari berkata kasar namun tidak memahaminya lebih lanjut
Ejek	• Memberikan penjelasan tentang mengejek	• Remaja mengetahui pengertian dari mengejek
	• Menerapkan kata-kata pujian atau saran untuk mengganti kata mengejek	• Remaja masih menerapkan kata-kata ejekan

	• Memberitahukan akibat dari mengejek	• Remaja belum bisa memahami akibat dari mengejek
Sindir	• Memberikan penjelasan tentang mengejek	• Remaja mengetahui penjelasan tentang mengejek
	• Membentuk pola pikir remaja dari menyindir menjadi saran	• Remaja belum dapat merubah pola pikirnya
	• Memberitahukan akibat dari menyindir seseorang	• Remaja mengetahui akibat dari menyindir namun masih mengulangnya

Tabel 6
Hasil dari Siklus I Pertemuan I

No	Nama	Indikator Perilaku							
		Hujat		Berkata Kasar		Ejek		Sindir	
		Iya	Tidak	Iya	Tidak	Iya	Tidak	Iya	Tidak
1	AM	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
2	YN	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
3	RK	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
4	PJ	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
5	RZ	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
6	SH	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
7	NH	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
8	YD	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
9	MR	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
10	JI	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
11	PT	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
12	RN	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
Jumlah		12							
		Remaja							
%		100%							

Hasil perubahan terhadap remaja yang memiliki perkataan buruk pada siklus I pertemuan I belum terlihat, oleh karena itu peneliti melanjutkan penerapan *cognitive behavioural therapy* (CBT) minggu kedua pada siklus I.

2. Pertemuan kedua

Pertemuan minggu kedua pada dasarnya sama seperti pertemuan minggu pertama yaitu perencanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi. Adapun tahapannya sebagai berikut:

e) Perencanaan

1. Melanjutkan proses konseling *cognitive behavioural therapy*.
2. Menumbuhkan sikap rasa percaya diri untuk berkeluh kesah dari masing-masing remaja.

f) Tindakan

Tindakan pada siklus I pertemuan minggu kedua dilaksanakan pada tanggal 19, 21, dan 23 September dengan durasi 60 menit.

1. Peneliti menggali kembali masalah remaja dengan menanyakan hal tentang permasalahan yang dialami dengan lebih dalam lagi.
2. Setelah mengetahui masalah remaja, peneliti memberikan materi yang sudah disiapkan sesuai permasalahan remaja.
3. Mempersiapkan nasihat yang akan disampaikan kepada remaja seperti pentingnya berkata baik dalam kehidupan, juga perlu adanya komunikasi di dalam keluarga dan lingkungan sekitar.

g) Observasi

Observasi dilakukan setelah tindakan, bertujuan untuk melihat perubahan pada remaja setelah dilakukan tindakan. Berdasarkan

observasi menunjukkan adanya perubahan dari sebelumnya, remaja mulai memahami pengertian dari perkataan buruk dan perkataan baik.

h) Refleksi

Hal yang perlu direfleksikan adalah adanya perubahan yang telah dilakukan remaja setelah dilakukannya konseling *cognitive behavioural therapy*.

Tabel 7
Hasil Penerapan Siklus I Pertemuan Kedua

Jenis Perkataan Buruk	Tindakan Untuk Perkataan Buruk	Perubahan Yang Dilalui Remaja
Hujat	• Peneliti memberikan penjelasan tentang menghujat kepada remaja	• Remaja kurang memahami definisi dari menghujat
	• Memberitahukan contoh-contoh ucapan yang termasuk menghujat agar remaja tidak mengulangnya lagi	• Remaja sudah mengetahui contoh ucapan yang termasuk menghujat namun masih menerapkannya
	• Membentuk pola pikir menghujat menjadi menyanjung	• Remaja memahami bentuk sanjungan namun tidak melakukannya
	• Memberikan penjelasan bahaya menghujat	• remaja belum memiliki niat berubah dan berusaha menjaga lisan
	• Memberitahukan akibat dari menghujat	• Remaja mengetahui akibat dari menghujat namun belum bisa merubahnya
Berkata kasar	• Memberikan pengertian tentang berkata kasar	• Remaja mengetahui pengertian dari berkata kasar namun masih menerapkannya

	• Memberikan adab sopan santun saat berbicara	• Remaja sedikit memahami adab sopan santun saat berbicara
	• Mengganti berkata kasar dengan ucapan yang baik seperti berdzikir	• Remaja masih menerapkan perkataan kasar
	• Memberikan penjelasan bahaya berkata kasar	• Remaja belum mulai mencoba perubahan
	• Memberitahukan akibat dari berkata kasar	• Remaja mengetahui akibat dari berkata kasar namun tidak memahaminya lebih lanjut
Ejek	• Memberikan penjelasan tentang mengejek	• Remaja mengetahui pengertian dari mengejek
	• Menerapkan kata-kata pujian atau saran untuk mengganti kata mengejek	• Remaja masih menerapkan kata-kata ejekan
	• Memberikan penjelasan bahaya mengejek	• Remaja belum memiliki perubahan
	• Memberitahukan akibat dari mengejek	• Remaja belum bisa memahami akibat dari mengejek
Sindir	• Memberikan penjelasan tentang mengejek	• Remaja mengetahui penjelasan tentang mengejek
	• Membentuk pola pikir remaja dari menyindir menjadi saran	• Remaja belum bisa merubah pola pikirnya
	• Memberikan penjelasan bahaya menyindir	• Remaja masih acuh dan belum memiliki perubahan

	• Memberitahukan akibat dari menyindir seseorang	• Remaja mengetahui akibat dari menyindir namun masih mengulangnya
--	--	--

Tabel 8
Hasil dari Siklus I Pertemuan II

No	Nama	Indikator Perilaku							
		Hujat		Berkata Kasar		Ejek		Sindir	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	AM	✓	-	✓	-	-	✓	✓	-
2	YN	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
3	RK	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
4	PJ	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
5	RZ	✓	-	✓	-	✓	-	-	✓
6	SH	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
7	NH	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
8	YD	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
9	MR	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
10	JI	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
11	PT	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
12	RN	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
Jumlah		12 Orang	0 Orang	12 Orang	0 Orang	11 Orang	1 Orang	11 Orang	1 Orang
%		100%	100%	100%	100%	90%	10%	90%	10%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat perubahan remaja masih jauh untuk mencapai keberhasilan. Adapun remaja yang memiliki perubahan hanya 2 orang saja yaitu RZ 1 (10%) ia mulai berhenti menyindir, dan AM 1 (10%) ia tidak mau lagi mengejek, karena perubahan dalam siklus I pertemuan minggu kedua masih mendapatkan sedikit perubahan, maka peneliti melanjutkan penelitian ke tahap siklus II pertemuan minggu pertama.

b. Siklus II

1. Pertemuan pertama

Pertemuan minggu pertama tidak jauh beda dengan siklus I, siklus II juga sama dengan tahapan-tahapannya dengan siklus I yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Akan tetapi, perlu adanya perbaikan tindakan yang harus ditingkatkan lagi. Adapun tahapan pada siklus II sebagai berikut:

a) Perencanaan

1. Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan minggu pertama dan kedua.
2. Sebelum proses pemberian materi dimulai peneliti memberikan waktu kepada remaja untuk melakukan kegiatan yang mereka inginkan seperti bermain game, dan sebagainya.
3. Peneliti mempersiapkan kembali materi yang akan disampaikan kepada remaja.

b) Tindakan

Peneliti mengulas kembali materi yang telah lewat dan menggali apa penyebab remaja memiliki perkataan buruk dan peneliti menyadarkan remaja dari perkataan-perkataan yang tidak baik seperti menghujat, berkata kasar, mengejek, dan menyindir. Penelitian dilakukan oleh peneliti pada tanggal 30 September 2023.

c) Observasi

Observasi dilakukan setelah proses tindakan, bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan pada remaja setelah dilakukannya tindakan. Dalam hal ini perubahan remaja sudah terlihat seperti menyadari akan perbuatannya dimana yang remaja lakukan selama ini adalah salah dan hanya sebatas kepuasan emosional yang bisa merugikan diri sendiri dan orang lain.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan, jika masih ditemukan hambatan dan belum mencapai keberhasilan serta perubahan maka dijadikan pertimbangan untuk refleksi. Pada tahapan ini remaja sudah mengalami perubahan seperti sudah mulai meninggalkan hal-hal yang berbau perkataan buruk dan menyadari kerugian dalam perkataan buruk tersebut.

Adapun hasil konseling pada siklus II minggu pertama sebagai berikut:

Tabel 9
Hasil Penerapan Siklus II Pertemuan Pertama

Jenis Perkataan Buruk	Tindakan Untuk Perkataan Buruk	Perubahan Yang Dilalui Remaja
Hujat	• Memberikan penjelasan tentang menghujat	• Remaja memahami definisi dari menghujat dan mengurangi kebiasaan tersebut
	• Memberitahukan contoh-contoh ucapan yang termasuk menghujat agar remaja tidak mengulangnya lagi	• Remaja sudah mengetahui contoh ucapan yang termasuk menghujat

	• Membentuk pola pikir menghujat menjadi menyanjung	• Remaja memahami bentuk sanjungan dan sedikit meninggalkan hujatan dan menyanjung teman
	• Memberitahukan akibat dari menghujat	• Remaja mengetahui akibat dari menghujat sudah dapat merubahnya secara perlahan
	• Memberikan tontonan baik di youtube	• Remaja menyadari bahwa kalimat menghujat dapat menyakiti perasaan orang lain.
Berkata kasar	• Memberikan pengertian tentang berkata kasar	• Remaja memahami pengertian dari berkata kasar, dapat menjelaskan arti dari berkata kasar, dan mulai merubah diri
	• Memberikan adab sopan santun saat berbicara	• Remaja mulai memahami adab sopan santun saat berbicara dan menerapkannya
	• Mengganti berkata kasar dengan ucapan yang baik seperti berdzikir	• Remaja sudah menerapkan dari perkataan kasar menjadi perkataan yang lemah lembut
	• Memberitahukan akibat dari berkata kasar	• Remaja mengetahui akibat dari berkata kasar dan merubah ucapannya menjadi ucapan yang baik
Ejek	• Memberikan penjelasan tentang mengejek	• Remaja memahami pengertian dari mengejek, menjelaskan arti dari mengejek, dan mulai merubah diri
	• Menerapkan kata-kata pujian atau saran untuk mengganti kata mengejek	• Remaja masih menerapkan kata-kata ejekan

	• Memberikan tontonan di youtube agar remaja tidak merasa bosan	• Remaja menjadi terbuka dan mau mengikuti arahan peneliti
	• Memberitahukan akibat dari mengejek	• Remaja dapat memahami akibat dari mengejek
Sindir	• Memberikan penjelasan tentang menyindir	• Remaja mengetahui penjelasan tentang menyindir
	• Membentuk pola pikir remaja dari menyindir menjadi saran	• Remaja dapat merubah pola pikirnya dan menetralkan emosinya
	• Memberitahukan akibat dari menyindir seseorang	• Remaja mengetahui akibat dari menyindir dan perlahan merubah diri

Tabel 10

Hasil dari Siklus II Pertemuan I

No	Nama	Indikator Masalah							
		Hujat		Berkata Kasar		Ejek		Sindir	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	AM	✓	-	✓	-	-	✓	✓	-
2	YN	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
3	RK	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
4	PJ	-	✓	✓	-	-	✓	✓	-
5	RZ	✓	-	✓	-	✓	-	-	✓
6	SH	✓	-	✓	-	-	✓	-	✓
7	NH	✓	-	-	✓	✓	-	✓	-
8	YD	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
9	MR	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
10	JI	-	✓	-	✓	-	✓	-	✓
11	PT	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
12	RN	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
Jumlah		10 Orang	2 Orang	10 Orang	2 Orang	8 Orang	4 Orang	9 Orang	3 Orang
%		90%	10%	90%	10%	70%	30%	80%	20%

Berdasarkan tabel diatas setelah dilakukan terapi kepada remaja, peneliti melihat adanya perubahan pada remaja tersebut. Perubahan pada remaja yang hujat ada 2 (10%) yaitu: (PJ, dan JI), perubahan pada remaja yang berkata kasar ada 2 (10%) yaitu: (NH, dan JI), kemudian perubahan remaja yang suka mengejek ada 4 (30%) yaitu: (AM, PJ, SH, dan JI), dan terakhir perubahan remaja yang menyindir terdapat 3 (20%) yaitu: (RZ, SH dan JI).

2. Pertemuan kedua

d) Perencanaan

4. Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan sebelumnya.
5. Mempersiapkan kembali materi yang lebih dalam agar membuat remaja benar-benar yakin pada diri mereka.
6. Peneliti memberikan pertanyaan kepada remaja tentang perubahan apa yang telah dirasakan remaja.

e) Tindakan

Tahapan tindakan pada siklus II pertemuan minggu kedua dilaksanakan pada tanggal 7 Oktober 2023 dengan durasi 60 menit di salah satu rumah remaja berinisial RK. Melanjutkan konseling dan mengobrol tentang kegiatan sehari-hari selama masa penerapan *cognitive behavioural therapy* dan memberikan waktu pada remaja untuk bermain agar remaja tidak merasa bosan dan monoton. Kemudian peneliti melanjutkan materi-materi untuk disampaikan kepada remaja, memperhatikan situasi remaja bahwa mereka sudah tersadar dan yakin pada diri sendiri untuk berubah. Setelah mengulas

kembali materi yang telah disampaikan, peneliti menanyakan apa perubahan yang dirasakan remaja setelah dilakukannya penerapan serta memberikan nasihat dan masukan kepada remaja tentang mengubah pola pikir, mengatur sikap, menerapkan perkataan-perkataan baik, serta adab berbicara kepada orang tua dan teman sebaya.

f) Observasi

Observasi dilakukan setelah proses tindakan yang bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan pada remaja setelah dilakukan tindakan. Dalam hal ini perubahan remaja semakin terlihat seperti dapat berpikir logis dan lebih dewasa dalam berpikir dan memilah kata, juga bertindak dengan lebih baik dan mereka pun menyadari perbuatan mereka dalam perkataan buruk.

g) Refleksi

Setelah dilakukan tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan. Dan jika masih ditemukan hambatan dan belum mencapai keberhasilan maupun perubahan maka dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi. Dalam siklus ini penerapan *cognitive behavioural therapy* sudah mengalami perubahan.

Tabel 11
Hasil Penerapan Siklus II Pertemuan Kedua

Jenis Perkataan Buruk	Tindakan Untuk Perkataan Buruk	Perubahan Yang Dilalui Remaja
Hujat	• Memberikan penjelasan tentang menghujat	• Remaja memahami definisi dari menghujat dan mengurangi kebiasaan tersebut
	• Memberitahukan contoh-contoh ucapan yang termasuk menghujat agar remaja tidak mengulanginya lagi	• Remaja sudah mengetahui contoh ucapan yang termasuk menghujat dan mencoba untuk tidak mengulanginya kembali
	• Membentuk pola pikir menghujat menjadi menyanjung	• Remaja memahami bentuk sanjungan dan sedikit meninggalkan hujatan dan menyanjung orang lain, juga mengucapkan hal-hal baik saja
	• Memberitahukan akibat dari menghujat	• Remaja mengetahui akibat dari menghujat sudah dapat merubahnya secara perlahan
Berkata kasar	• Memberikan pengertian tentang berkata kasar	• Remaja memahami pengertian dari berkata kasar, dapat menjelaskan arti dari berkata kasar, dan menerapkan berkata baik saja
	• Memberikan adab sopan santun saat berbicara	• Remaja mulai memahami adab sopan santun saat berbicara dan menerapkannya
	• Mengganti berkata kasar dengan ucapan yang baik seperti berdzikir	• Remaja sudah menerapkan dari perkataan kasar menjadi perkataan yang lemah lembut

	• Memberitahukan akibat dari berkata kasar	• Remaja mengetahui akibat dari berkata kasar dan menyesal telah berkata kasar
Ejek	• Memberikan penjelasan tentang mengejek	• Remaja memahami pengertian dari mengejek, menjelaskan arti dari mengejek, dan mulai merubah diri
	• Menerapkan kata-kata pujian atau saran untuk mengganti kata mengejek	• Remaja menerapkan pujian dan ucapan baik secara perlahan
	• Memberitahukan akibat dari mengejek	• Remaja dapat memahami akibat dari mengejek, remaja juga menyesali sikapnya, dan takut akan dampak yang akan terjadi
Sindir	• Memberikan penjelasan tentang menyindir	• Remaja mengetahui penjelasan tentang menyindir, remaja juga mulai khawatir atas ucapannya selama ini akan merusak hubungannya dengan orang lain
	• Membentuk pola pikir remaja dari menyindir menjadi saran	• Remaja dapat merubah pola pikirnya dan menetralkan emosinya
	• Memberitahukan akibat dari menyindir seseorang	• Remaja mengetahui akibat dari menyindir dan menyesuaikan diri untuk merubahnya

Tabel 12
Hasil dari Siklus II Pertemuan II

No	Nama	Indikator Masalah							
		Hujat		Berkata Kasar		Ejek		Sindir	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	AM	✓	-	✓	-	-	✓	✓	-
2	YN	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
3	RK	✓	-	-	✓	✓	-	✓	-
4	PJ	-	✓	✓	-	-	✓	✓	-
5	RZ	✓	-	✓	-	✓	-	-	✓
6	SH	✓	-	✓	-	-	✓	-	✓
7	NH	✓	-	-	✓	✓	-	✓	-
8	YD	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
9	MR	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
10	JI	-	✓	-	✓	-	✓	-	✓
11	PT	-	✓	✓	-	-	✓	✓	-
12	RN	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-
Jumlah		10	3	10	2	7	5	9	3
		Orang	Orang	Orang	Orang	Orang	Orang	Orang	Orang
%		80%	20%	90%	10%	60%	40%	80%	20%

Berdasarkan tabel diatas setelah dilakukan terapi kepada remaja, peneliti melihat adanya perubahan pada remaja tersebut. Perubahan pada remaja yang hujat ada 3 (20%) yaitu: (PT, PJ, dan JI), perubahan pada remaja yang berkata kasar ada 2 (10%) yaitu: (RK, NH, dan JI), kemudian perubahan remaja yang suka mengejek ada 5 (40%) yaitu: (PT, AM, PJ, SH, dan JI), dan terakhir perubahan remaja yang menyindir terdapat 3 (20%) yaitu: (RZ, SH dan JI).

Dalam tahapan ini, untuk melihat berhasil atau tidaknya penerapan *cognitive behavioural therapy* dalam mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk di kalangan remaja di Kelurahan Siabu, peneliti melakukan observasi dan wawancara kembali terhadap remaja, orang tua remaja, dan masyarakat sekitar.

Dalam wawancara tersebut peneliti menemukan hasil dari penerapan *cognitive behavioural therapy*. Adapun hasil wawancara yang dilakukan sebagai berikut:

Wawancara pertama dilakukan kepada remaja SH yang menyatakan bahwa:

Sebelumnya saya ragu untuk berubah tapi karena mendapat arahan dan nasehat dari kakak, saya mau berubah dikit demi sedikit, sekarang saya mencoba tidak berbicara kasar saat marah dan ingin perbanyak tersenyum saat sedang berbicara dengan orang lain. Saya juga mulai diam saja ketika ibu saya mengomel, tidak menjawab ceplas ceplos seperti sebelumnya.⁹⁹

Ada juga wawancara dengan remaja PJ yang menyatakan bahwa “Saya mulai paham kalau saya sangat *toxic* saat berbicara, apalagi saat bersama teman. Saya menyadari tindakan saya dan mencoba menerapkan perkataan baik seperti beristighfar dan hanya sebatas teriak tanpa mengumpat jika kalah bermain game dan kegiatan lain.”¹⁰⁰

Kemudian wawancara bersama remaja MR yang menyatakan bahwa:

Saya tidak mau menyindir lagi, semenjak saya menjaga ucapan saya, hubungan saya dan teman tidak parah seperti sebelumnya. Saya juga berani minta maaf kepada teman saya karena saat itu kami bertengkar sebab saya berbicara yang buruk kepadanya. Tapi sesekali saya keceplosan lalu beristighfar biar sadar lagi.¹⁰¹

Selanjutnya wawancara dengan tetangga remaja yang menyatakan bahwa:

Untuk sekarang sih saya tidak mendengar lagi mereka berbicara kasar, kan dulu bar-bar banget kalau mereka main. Hanya saja tetap berisik saat sedang main, teriak dan ketawa-tawa tak jelas. Kemarin kan berbeda, mereka sering menyebut “*bodat, anjing, anjir*” kalau sedang bermain

⁹⁹ SH, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, (Wawancara di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada tanggal 9 Oktober 2023.

¹⁰⁰ PJ, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, (Wawancara di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada tanggal 9 Oktober 2023.

¹⁰¹ MR, Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, (Wawancara di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada tanggal 9 Oktober 2023.

bareng-bareng, menurut saya lebih enak dilihat sifat yang sekarang. Gak bikin telinga sakit juga¹⁰²

Dari wawancara diatas mereka merasakan adanya perubahan terhadap remaja dan mulai menyadari perbuatannya. Wawancara diatas dapat peneliti simpulkan bahwa remaja dapat menerima penerapan *cognitive behavioural therapy* yang dilakukan peneliti. Namun terlepas dari itu, peneliti tidak bisa memastikan akan terus berlanjut dari perubahan dari remaja untuk mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk, karena bagaimana pun pemikiran dan tingkah laku seseorang dapat berubah-ubah sesuai dengan lingkungan dan individu atau kelompok yang masuk ke dalam kehidupan mereka.¹⁰³

Berdasarkan hasil observasi peneliti, remaja mencoba memahami diri mereka, mulai memahami dan belajar untuk menemukan perubahan di dalam diri mereka. Hal yang terlihat seperti menghadapi orang lain dengan sikap tenang, berbicara lebih pelan dan memperhatikan kata yang digunakan saat berbicara¹⁰⁴.

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa perubahan pada remaja sudah berubah menjadi lebih baik. Hal ini dapat dilihat dari hasil dilaksanakannya penerapan *cognitive behavioural therapy* untuk mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk di kalangan remaja.

¹⁰² Uwa Regar, Tetangga dari Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk, Wawancara (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu) pada tanggal 9 Oktober 2023.

¹⁰³ Wawancara pada Remaja yang Memiliki Perkataan Buruk (di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu).

¹⁰⁴ Observasi pada Remaja Yang Memiliki Perkataan Buruk di (Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu pada tanggal 10 Oktober 2023, pukul 14:00).

Dari siklus I dan siklus II dapat dilihat adanya perubahan dalam perilaku kognitif remaja, perubahan remaja dari pertemuan siklus I dan siklus II dapat dilihat dari tabel dibawah ini:

Tabel 9
Rekapitulasi Hasil Siklus I Dan Hasil Siklus II

No	Remaja yang memiliki perkataan buruk	Perubahan Cognitive Remaja setelah dilaksanakannya <i>cognitive behavioural therapy</i> (CBT) untuk mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk di kalangan remaja								
		Pra siklus	Siklus I				Siklus II			
			Sik I Per I	%	Sik I Per II	%	Sik II Per I	%	Sik II Per II	%
1	Hujat	0	0	0%	0	0%	2	10%	3	20%
2	Berkata Kasar	0	0	0%	0	0%	2	10%	3	20%
3	Ejek	0	0	0%	1	10%	4	30%	5	40%
4	Sindir	0	0	0%	1	10%	3	20%	3	20%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa perubahan pada remaja sudah berubah menjadi lebih baik. Hal ini dapat dilihat dari hasil dilaksanakannya penerapan *cognitive behavioural therapy* (CBT) untuk mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk di kalangan remaja. Remaja belum terlihat perubahannya dari menghujat, berkata kasar, mengejek, dan menyindir pada siklus I pertemuan pertama terdapat 12 orang (100%) yaitu: (AM, YN, RK, PJ, RZ, SH, NH, YD, MR, JI, PT, dan RN), perubahan siklus I pertemuan kedua adalah remaja yang berhenti mengejek 1(10%) dan remaja yang berhenti menyindir 1 (10%), yaitu: AM dan RZ.

Kemudian perubahan siklus II pertemuan pertama adalah remaja yang berubah dari menghujat 2(10%) yaitu: (PJ, dan JI), remaja yang berhenti berkata kasar ada 2(10%) yaitu: (NH, dan JI), remaja yang berhenti mengejek 4(30%)

yaitu: (AM, PJ, SH, dan JI), remaja yang berhenti menyindir 3(20%) yaitu: (RZ, SH, dan JI). Perubahan siklus II pertemuan kedua adalah remaja yang berubah dari menghujat 3(20%) yaitu: (PT, PJ, dan JI), remaja yang berhenti berkata kasar 3(20%) yaitu (RK, NH, dan JI), remaja yang berhenti mengejek 5(40%) yaitu: (PT, AM, PJ, SH, dan JI), dan terakhir remaja yang berhenti menyindir 3(20%) yaitu: (RZ, SH, dan JI).

2. Analisis Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti pada remaja yang memiliki perkataan buruk di Kelurahan Siabu memiliki beberapa jenis seperti menghujat, berkata kasar, mengejek, dan menyindir. Pemikiran labil remaja membuat emosi mereka tidak terkontrol dan mengeluarkan kata-kata yang tidak sopan. Adapun akibat dari ucapan yang mereka lontarkan yaitu menjawab-jawab ucapan orang tua, mudah bertengkar dengan teman, emosi meninggi, dan membuat orang lain sakit hati.

Remaja yang memiliki perkataan buruk diatas sudah melakukan penerapan *cognitive behavioural therapy* yang dibuat oleh peneliti, yaitu untuk memberikan pemahaman tentang efek negatif dari perkataan buruk, bertujuan mengubah cara berpikir dan mengubah tingkah laku remaja. Penerapan *cognitive behavioural* ini juga memberikan upaya kesembuhan pada pola pikir remaja, membuat remaja paham bahwa sesuatu yang diucapkan tidak baik akan berdampak tidak baik juga dan merugikan diri sendiri.

Hasil penelitian setelah dilaksanakannya penerapan *cognitive behavioural therapy* (CBT) menunjukkan bahwa remaja mulai dari siklus I pertemuan minggu

pertama hingga siklus II pertemuan minggu kedua dinyatakan sudah berubah walaupun tidak seutuhnya, sebab fokus peneliti untuk “mengurangi” perkataan buruk dan tidak mengubah perkataan itu seutuhnya, peneliti juga menyadari kemampuan peneliti untuk menerapkan *cognitive behavioural therapy* ini belum sempurna.

Penerapan *cognitive behavioural therapy* ini tidak sepenuhnya berhasil karena semua perubahan ini tergantung pada diri individu masing-masing, peneliti hanya bisa membantu saja seperti memberikan arahan, bimbingan, dan nasihat kepada remaja. Untuk mengetahui perubahan sikap lebih dalam, hanya remaja tersebutlah yang memahami diri mereka sendiri dan cara mereka ingin merubah pola berpikir yang baru.

3. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai dengan langkah-langkah yang ditetapkan. Namun demikian, untuk mendapatkan hasil yang sempurna dalam penelitian ini sangat sulit karena sebagai keterbatasan.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah:

1. Sikap remaja yang tertutup sehingga menyusahkan peneliti dalam melakukan penelitian untuk mengurangi perkataan buruk remaja.
2. Sikap orang tua yang mudah emosi sehingga memperlambat proses perubahan remaja.
3. Adanya obrolan tetangga yang membuat remaja segan mengikuti penerapan *cognitive behavioural therapy* ini.

Walaupun peneliti mendapatkan hambatan dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti tetap berusaha agar keterbatasan yang dihadapi tidak mengurangi hasil penelitian ini.

BAB V

PENUTUPAN

A. Kesimpulan

Dari penelitian dan pembahasan yang dilaksanakan diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Perkataan buruk ini memiliki beberapa jenis seperti hujat, berkata kasar, ejek, dan sindir. Jenis-jenis perkataan buruk inilah yang diterapkan remaja meskipun sudah nasihati dan dilarang oleh orang tua masing-masing. Akibat dari memiliki perkataan buruk ini timbul perasaan sakit hati dari orang lain, amarah, rasa tidak suka, dan muak.
2. Penerapan *cognitive behavioural therapy* (CBT) terhadap remaja yang memiliki perkataan buruk menghasilkan perubahan terhadap perilaku remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Remaja belum terlihat perubahannya dari menghujat, berkata kasar, mengejek, dan menyindir pada siklus I pertemuan pertama terdapat 12 orang (100%) yaitu: (AM, YN, RK, PJ, RZ, SH, NH, YD, MR, JI, PT, dan RN), perubahan siklus I pertemuan kedua adalah remaja yang berhenti mengejek 1(10%) dan remaja yang berhenti menyindir 1 (10%), yaitu: AM dan RZ.

Kemudian perubahan siklus II pertemuan pertama adalah remaja yang berubah dari menghujat 2(10%) yaitu: (PJ, dan JI), remaja yang berhenti berkata kasar ada 2(10%) yaitu: (NH, dan JI), remaja yang berhenti mengejek 4(30%) yaitu: (AM, PJ, SH, dan JI), remaja yang berhenti menyindir 3(20%) yaitu: (RZ, SH, dan JI). Perubahan siklus II pertemuan

kedua adalah remaja yang berubah dari menghujat 3(20%) yaitu: (PT, PJ, dan JI), remaja yang berhenti berkata kasar 3(20%) yaitu (RK, NH, dan JI), remaja yang berhenti mengejek 5(40%) yaitu: (PT, AM, PJ, SH, dan JI), dan terakhir remaja yang berhenti menyindir 3(20%) yaitu: (RZ, SH, dan JI).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan kekurangan yang memerlukan perbaikan agar bertujuan dari berbagai kegiatan yang dilakukan khususnya dalam mengurangi kebiasaan dalam perkataan buruk di kalangan remaja dapat tercapai dengan hasil maksimal. Oleh karena itu, peneliti menyarankan beberapa hal yaitu:

1. Kepada remaja, remaja berusaha dan mau mencoba untuk tidak mengatakan perkataan buruk lagi seperti menghujat, berkata kasar, mengejek, menyindir, dan lainnya, sehingga tidak merugikan diri sendiri dan orang lain. Membatasi pergaulan yang tidak bermanfaat seperti bergaul di kelompok yang *toxic*, kelompok yang sering mengatakan perkataan buruk. Melakukan kegiatan yang bermanfaat untuk diri sendiri seperti membaca Al – Qur'an, bersholaawat, dan berdzikir. Remaja yang tidak memiliki perkataan buruk, berusahalah untuk tidak mengikuti perkataan yang tidak baik itu, jangan bosan untuk menasehati teman, dan menjaga lisan.
2. Kepada orangtua di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu disarankan untuk lebih memperhatikan perilaku remaja dalam berbicara, serta berinteraksi dengan remaja secara tegas dan memberikan arahan agar remaja mau mengerti dan mudah memahami diri mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini D. K. (2019) "Penerapan Cognitive Behaviour Therapy dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja di Panti Asuhan", dalam Jurnal Ilmu Dakwah, Volume 39, No. 1.
- Alwisol, (2018) Psikologi Kepribadian: Edisi Revisi, Malang: UMM Press.
- Aqib Z, (2021) Psikologi Konseling dan Kesehatan Mental, Yogyakarta: Pustaka Referensi, 2021.
- Asyanti S., (2019) Cognitive Behavior Therapy: Teori dan Aplikasi, Surakarta: MUP: Muhammadiyah University Press.
- Dalimunthe S. (2012) Filsafat Pendidikan Islam, Yogyakarta: Penerbitan CV BUDI UTAMA.
- Dariyo A., (2004) Psikologi Perkembangan Remaja, Bogor Selatan: Ghalia Indonesia.
- Diananda A., "Psikologi Remaja dan Permasalahannya", dalam Jurnal Istighna, Volume 1, No.1, Januari 2018.
- Elvera, & Astarina Y., Metodologi Penelitian, Yogyakarta: Penerbit ANDI (anggota IKAPI), 2021.
- Fariyah M dan Rachma I. K., "Pendekatan Cognitive behavior Therapy Berbasis Islam untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Narapidana", dalam Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, Vol 14, No. 1, 2017.
- Geldard k, Geldard D (2011) Konseling Remaja, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gladding S. T (2015) Konseling Profesi yang Menyeluruh, Jakarta Barat: Indeks.
- <https://fidburhanuddin.wordpress.com> di Akses pada tanggal 14 Maret 2023 pukul 18.10 WIB.
- <https://idr.uin-antasari.ac.id> diakses pada tanggal 26 Maret 2023 pukul 21:48 WIB.
- <https://lhram.republika.co.id> diakses pada tanggal 30 Maret 2023 pukul 01:36 WIB.

<https://kbbi.web.id/penerapan> di Akses pada tanggal 9 Januari 2023 pukul 12:44 WIB.

<https://Sc.syekhnurjati.ac.id> diakses pada tanggal 26 Maret 2023 pukul 22:32 WIB.

Latipah E, (2017) Psikologi Dasar, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Luddin A. B, (2012) Psikologi Konseling, Medan: Citapustaka Media Perintis.

Mamik, Anwar C., (ed.), Metodologi Kualitatif, Sidoarjo: Zifatama Publisher, 2015.

Marsela R. D., & Supriatna M., "Kontrol Diri: Definisi dan Faktor", dalam Journal of Innovative Counseling, Volume 3, No. 2, Mei 2019.

Maryam Gainau, Perkembangan Remaja dan Problematika, Yogyakarta: Ikatan Penerbit Indonesia, 2021.

Mufid M., (2015) Etika dan Filsafat Komunikasi, Jakarta: Prenadamedia Group.

Muhardisyah, "Etika dalam Komunikasi islam", dalam *Jurnal Peurawi*, Volume 1, No. 1, 2017.

Neenan M., & Dryden W., (2020) Cognitive Behaviour Therapy: 100 Key Points and Techniques, Inggris: Taylor & Francis.

Nurmala (2020) Mewujudkan Remaja Sehat Fisik, Mental dan Sosial, Surabaya: Airlangga University Press.

Nurussakinah D., Darmayanti N., (ed.), Pengantar Psikologi dan Pengantar Al-Qur'an tentang Psikologi, Jakarta: Prenadamedia Group, 2014.

Octavia S. A, (2020) Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja, Cet-1, Yogyakarta: Budi Utama.

Rizkia N D., dkk, (2022) Metodologi Penelitian, Bandung: Media Sains Indonesia.

Rukajat A., Pendekatan Penelitian Kualitatif: Qualitatif Research Aproach, Yogyakarta: Deepublish Publisher CV Budiutama, Cet-1, 2018.

Sarwono S. W, (2019) Pengantar Psikologi Umum, Depok: PT. Rajawali Pers.

Siyoto S., & Sodik A, (2015) Dasar Metodologi Penelitian, Yogyakarta: Literasi Media Publishing.

Terjesen M. D., Doyle K. A., (ed.), Terapi Perilaku Kognitif dalam Konteks Global, New York: Departemen Psik, 2022.

Wardani L, M, I. Anggadita R., (2021) Konsep Diri dan Konformitas pada Perilaku Konsumtif Remaja, Pekalongan: Penerbit NEM.

www.penelitianilmiah.com di Akses pada tanggal 30 Januari 2023 pukul 02:18 WIB.

Yusuf A. M., Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan, Jakarta: Kencana, 2017.

Zuber K., Davis J.S., (ed.), Behavioral Health, An Issue of Physician Assistant Clinics, Birmingham: Elsevier Health Sciences, 2021.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Pribadi

Nama : YULIA PUTRI PRATAMA
NIM : 1930200055
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi (FDIK)
E-mail/No. HP : yuliaputripratama3@gmail.com / 0813-3635-1474
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Tempat/Tanggal Lahir : Bandung / 26 Juli 2001
Jumlah Saudara : 4 Bersaudara
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Siabu

B. Identitas Orang Tua

Nama Ayah : MARTUA HASIBUAN
Pekerjaan : Wirausaha
Alamat : Siabu
Nama Ibu : SURYA MAHRANI SIREGAR
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Siabu

C. Pendidikan Formal

1. SD : SD NEGERI 101940 Sayur Matinggi
2. SMP : SMP N. 1 Sayur Matinggi
3. SMA : SMA N. 1 Siabu
4. Perguruan Tinggi : S-1 Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Jurusan BKI Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya.

Padangsidempuan, Desember 2023

Yulia Putri Pratama
NIM. 1930200055

LAMPIRAN I

PEDOMAN OBSERVASI

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dibutuhkan dalam penelitian ang berjudul “Penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) untuk Mengurangi Kebiasaan Dalam Perkataan Buruk Di Kalangan Remaja Di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal”. Maka peneliti membuat pedoman observasi sebagai berikut:

Observasi ini mengamati remaja yang memiliki kebiasaan dalam perkataan buruk dan berkata kasar di Kelurahan Siabu Kecamta Siabu. Mengamati perkembangan remaja yang memiliki kebiasaan dalam perkataan buruk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu untuk merubah tata bicara dan sopan santun dalam berkomunikasi.

LAMPIRAN II

WAWANCARA

Pedoman wawancara ini bertujuan untuk memperoleh data yang digunakan serta dibutuhkan dalam penyusunan skripsi yang berjudul “Penerapan *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) untuk Mengurangi Kebiasaan Dalam Perkataan Buruk Di Kalangan Remaja Di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal” sebagai berikut:

A. Wawancara dengan Remaja yang memiliki perkataan buruk

1. Apa penyebab adek sering berkata buruk?
2. Sejak kapan adek mulai berkata buruk?
3. Mengapa adek sering berkata buruk?
4. Apakah orang tua mengetahui kebiasaan adek dalam perkataan buruk?
5. Saat berada di dalam rumah, apakah kata-kata yang adek lontarkan sama seperti saat adek berada di luar rumah?
6. Apakah orang tua mengetahui kebiasaan adek dalam perkataan buruk?
7. Apakah orang tua atau tetangga pernah menegur adek saat mereka mendengar adek berkata buruk?
8. Apakah pernah terlintas dipikiran adek untuk berhenti mengatakan hal-hal buruk tersebut?
9. Apakah adek siap memberi jarak pertemanan antara adek dengan teman yang menyebabkan adek selalu berkata buruk?

B. Wawancara dengan Orang tua dari Remaja yang memiliki perkataan buruk

1. Apakah bapak dan ibu mengetahui bahwa anak bapak/ibu berkata buruk diluar rumah?

2. Apakah ciri-ciri atau tanda-tanda awal sehingga bapak dan ibu mengetahui bahwa anaknya memiliki kebiasaan berkata buruk?
3. Bagaimana perasaan bapak dan ibu saat mengetahui anak bapak dan ibu ternyata memiliki bahasa yang berbeda di rumah dan di luar rumah?
4. Sejauh mana bapak dan ibu mengetahui tentang anak bapak dan ibu?
5. Bagaimana kerjasama bapak dan ibu dalam mengurus anaknya yang berkata buruk?
6. Hal apa saja yang dilakukan anak bapak dan ibu dalam kegiatan sehari-hari di rumah?
7. Kendala apa yang bapak dan ibu alami selama mengasuh anaknya yang sering berkata buruk?

C. Wawancara dengan Tetangga dari Remaja yang memiliki perkataan buruk

1. Bagaimana tanggapan bapak/ibu mengenai remaja yang memiliki perkataan buruk?
2. Sejauh mana bapak/ibu mengetahui tentang remaja tersebut?
3. Apakah bapak/ibu merasa terganggu dengan adanya remaja yang memiliki perkataan buruk?
4. Bagaimana sikap teman-teman sebayanya kepada remaja yang memiliki perkataan buruk ini?
5. Bagaimana dukungan dari bapak/ibu kepada remaja yang memiliki perkataan buruk untuk mengubah perkataannya menjadi lebih baik?
6. Kebiasaan apa saja yang ditimbulkan oleh remaja tersebut di lingkungan ini?

D. Wawancara dengan Teman dekat dari Remaja yang memiliki perkataan buruk

1. Apakah adek tahu jika teman adek sering berkata buruk?
2. Apa yang adek lakukan jika mendengar teman adek berkata buruk?
3. Apakah adek pernah memberinya nasehat untuk menjaga lisan?

4. Pernahkan adek merasa sakit hati atas ucapan yang teman adek lontarkan?
5. Sejak kapan adek tahu bahwa teman adek sering berkata buruk?
6. Apakah adek pernah melihat teman adek bertengkar hanya karena ia tidak suka menjaga lisannya saat berbicara dengan lawan bicaranya?
7. Siapakah diantara teman adek yang sering bertengkar dengan remaja tersebut karena ia berkata buruk?

E. Wawancara dengan Kepala Lingkungan dari Remaja yang memiliki perkataan buruk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu

1. Bagaimana tanggapan ibu mengenai remaja di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu?
2. Bagaimana tindakan ibu terhadap remaja yang memiliki perkataan buruk?
3. Sebagai kepala lingkungan, usaha apa yang dilakukan untuk mengatasi masalah dalam perkataan buruk di Kelurahan Siabu Kecamatan Siabu
4. Bagaimana dukungan dari ibu mengenai remaja yang memiliki perkataan buruk?

DOKUMENTASI



Dokumentasi dengan orang tua remaja yang memiliki perkataan buruk



Dokumentasi di kelurahan Siabu





Dokumentasi dengan remaja yang memiliki perkataan buruk



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANG SIDEMPUNAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang Kola Padang Sidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximil (0634) 24022 Website: uinsyahada.ac.id

Nomor : 07/Un.28/F.6a/PP.00.9/01/2023
Tempat : -
Hal : -

Padang Sidempuan, 9 Januari 2023

Hal : Pengesahan Judul dan Pembimbing Skripsi

Kepada :
Th. :

Di Tempat

1. Dra. Replita, M. Si.
2. Arifin Hidayat, S.Sos.i., M.Pd.I.

Dengan hormat, disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa berdasarkan Hasil Sidang Keputusan Tim Pengkajian Judul Skripsi, telah ditetapkan judul skripsi mahasiswa/i tersebut dibawah ini sebagai berikut:

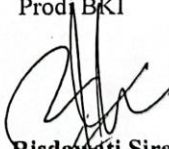
Nama : Yulia Putri Pratama
Nim : 1930200055
Judul Skripsi : PENERAPAN *COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY* (CBT) UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN DALAM PERKATAAN BURUK DI KALANGAN REMAJA DI KELURAHAN SIABU KECAMATAN SIABU KABUPATEN MANDAILING NATAL

Seiring dengan hal tersebut saya mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu menjadi Pembimbing-I dan Pembimbing-II penelitian dalam penulisan Skripsi Mahasiswa/i dimaksud.

Dekan

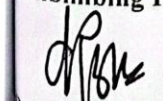
Prodi BKI


Dr. Magdalena M. Ag
NIP. 197403192000032001


Risdawati Siregar, S.Ag, M.Pd.
NIP. 197603022003122001

Pernyataan Kesediaan Sebagai Pembimbing

Bersedia/Tidak bersedia
Pembimbing I


Dra. Replita, M.Si.
NIP. 196905261995032001

Bersedia/Tidak bersedia
Pembimbing II


Arifin Hidayat, S.Sos.i., M.Pd.I.
NIDN. 2016048802



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan T. Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang Kola Padang Sidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximil (0634) 24022 Website: uinsyahada.ac.id

Amor : 782 /Un.28/F.4C/PP.00.9/08/2023
at : Penting

14 Agustus 2023

mp. : -
el : **Mohon Bantuan Informasi
Penyelesaian Skripsi**

n. Kepada Lurah Siabu Kabupaten Mandailing Natal

Tempat

engan hormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri
ekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan menerangkan bahwa :

ema : Yulia Putri Pratama
IM : 1930200055
ekultas/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
amat : Kelurahan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal

alah benar Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri
ekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yang sedang menyelesaikan skripsi
engan judul " **PENERAPAN COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY (CBT) UNTUK
ENGURANGI KEBIASAAN DALAM PERKATAAN BURUK DI KALANGAN REMAJA DI
ELURAHAN SIABU KECAMATAN SIABU KABUPATEN MANDAILING NATAL** "

hubungan dengan itu, kami bermohon kepada Lurah Siabu Kabupaten Mandailing Natal
tutuk dapat memberikan izin pengambilan data dan informasi sesuai dengan maksud judul
rsebut .

emikian disampaikan atas perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

Dekan

Dr. Magdalena, M.Ag.
NIP 197403192000032001



PEMERINTAHAN KABUPATEN MANDAILING NATAL
KECAMATAN SIABU
KELURAHAN SIABU

Jalan Imam Bonjol No. 148 Siabu Kecamatan Siabu Kode Pos 22976

SURAT KETERANGAN

Nomor : *474/1921/kel. siabu / 2023*

1. Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **DAHLIA S.Pd**
Jabatan : **KEPALA LURAH KELURAHAN SIABU**

2. Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : **YULIA PUTRI PRATAMA**
NIK : -
NIM : 1930200055
Tempat/ Tgl Lahir : Bandung, 26 Juli 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Pekerjaan : Pelajar/ Mahasiswa
Alamat : Lingkungan I Siabu, Kelurahan Siabu

3. Adalah benar Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yang sedang menyelesaikan skripsi dengan judul "PENERAPAN *COGNITIVE BEHAVIOURAL THERAPY* (CBT) UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN DALAM PERKATAAN BURUK DI KALANGAN REMAJA DI KELURAHAN SIABU KECAMATAN SIABU KABUPATEN MANDAILING NATAL"

4. Sesuai surat yang ananda bawa ke kantor Kelurahan Siabu dengan Nomor:782/Un.28/F.4C/PP.00.9/08/2023 pada tanggal Agustus 2023 tersebut. Kami dari Pemerintah Kelurahan Siabu *Benar dan Memberikan Izin* pengambilan data informasi sesuai dengan maksud judul yang diperlukan.

5. Demikian Surat Keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Kelurahan Siabu, November 2023



KEPALA LURAH SIABU