



PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM MEMUTUSKAN *TOXIC
RELATIONSHIP* PADA REMAJA DI DESA PANOMPIAN JAE
KECAMATAN ANGKOLA TIMUR

SKRIPSI

*Dijadikan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh:

KHOPIA ENDANG NUREL HUDA LUMBAN TOBING
NIM. 17 302 00007

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAQWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDEMPUAN
2021



**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM MEMUTUSKAN *TOXIC RELATIONSHIP* PADA REMAJA DI DESA PANOMPIAN JAE
KECAMATAN ANGKOLA TIMUR**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh:

**KHOFIA INDAH NURUL HUDA LUMBAN TOBING
NIM. 17 302 00007**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN**

2021





**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM MEMUTUSKAN *TOXIC RELATIONSHIP* PADA REMAJA DI DESA PANOMPUAN JAE
KECAMATAN ANGKOLA TIMUR**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh:

**KHOFIA INDAH NURUL HUDA
NIM. 17302 00007**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

PEMBIMBING I

Drs. H Agus Salim Lubis M.Ag
NIP. 196308211993011003

PEMBIMBING II

Siti Wahyuni Siregar S.Sos.I, M. Pd.I
NIP. 198807092015032008

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN
2021**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4.5 Sihitang 22733
Telepon (0834) 22080 Faximile (0834) 24022

Hal : Skripsi
an. Khofia Indah Nurul Huda L.Tobing

Padangsidimpuan, September 2021
Kepada Yth:

lampiran : 7 (Tujuh) Exemplar

Bapak Dekan FDIK
IAIN Padangsidimpuan
Di:
Padangsidimpuan

AssalamualaikumWr.Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n Khofia Indah Nurul Huda L.Tobing yang berjudul: "PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM MEMUTUSKAN *TOXIC RELATIONSHIP* PADA REMAJA DI DESA PANOMPUAN JAE KECAMATAN ANGKOLA TIMUR" 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 IAIN Padangsidimpuan.

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

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

WassalamualaikumWr.Wb.

PEMBIMBING I

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP. 196308211993031003

PEMBIMBING II

Siti Wahyuni Siregar S.Sos.I, M.Pd.I
NIP. 198807092015032008



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khofia Indah Nurul Huda Lumbantobing

Nim : 17 302 00007

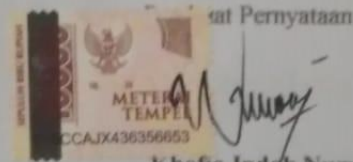
Fak/Jurusan : FDIK/BKI

Judul Skripsi : Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan *Toxic Relationship*
Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

Menyatakan menyusun skripsi sendiri tanpa meminta bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan kode etik mahasiswa pasal 14 ayat 12.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam pasal 19 ayat 4 tentang kode etik mahasiswa yaitu, pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum dan aturan yang berlaku.

Padangsidempuan, Oktober 2021



Khofia Indah Nurul Huda
NIM. 17 302 00007



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan. T. Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang Padangsidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DAN KEBENARAN DOKUMEN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

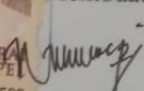
Nama : KHOFIA INDAH NURUL HUDA
Tempat/Tgl Lahir : Panompuan Jae, 12 Mei 2000
NIM : 1730200007
Fak/Jurusan : FDIK/BKI

Menyatakan dengan sesungguhnya:

1. Segala data terdapat dalam dokumen permohonan ujian munaqosyah 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.

Padangsidempuan, 23 September 2021
Membuat Pernyataan



Khofia Indah Nurul Huda
NIM. 1730200007



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
JalanTengku Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : KHOFIA INDAH NURUL HUDA LUMBANTOBING
Nim : 17 302 00007
Prodi : BIMBINGAN KONSELING ISLAM
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive) Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul **"Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan Toxic Relationship pada Remaja Di Desa Panomuan Jae Kecamatan Angkola Timur"** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti non eksklusif ini Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan 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 : Padangsidimpuan
Pada Tanggal : Oktober 2021
Yang menyatakan,



KHOFIA INDAH NURUL HUDA
NIM. 17 302 00007



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : Khofia Indah Nurul Huda
NIM : 17 302 00007
Judul skripsi : PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM
MEMUTUSKAN TOXIC RELATIONSHIP PADA
REMAJA DI DESA PANOMPIAN JAE KECAMATAN
ANGKOLA TIMUR

Ketua

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP. 19630821 199303 1 003

Sekretaris

Maslinda Daulay, MA
NIP. 19760510 200312 2 003

Anggota

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP. 19630821 199303 1 003

Maslinda Daulay, MA
NIP. 19760510 200312 2 003

Risdawati Siregar, S.Ag., M.Pd
NIP. 19760302 200312 2 001

Hasbi Ansori Hasibuan, MM
NIDN. 2018078702

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah:

Di : Padangsidempuan
Tanggal : 12 Oktober 2021
Pukul : 14.00 WIB s/d Selesai
Hasil/Nilai : 77 (B)
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) : 3,80
Predikat : Pujian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan. T. Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang Padangsidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

PENGESAHAN

Nomor: **1487**/In.14/F.7b/PP.00.9/10/2021

Judul Skripsi : Penerapan Konseling kelompok Dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Pada Remaja Di Desa Panompuan jae Kecamatan Angkola Timur
Ditulis Oleh : Khofia Indah Nurul Huda Lumbantobing
NIM : 1730200007

Telah dapat diterima untuk memenuhi salah satu tugas
Dan syarat-syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Padangsidempuan, 20 Oktober 2021



Dehan
Ali Sati, M.Ag.
NIP. 196209261993031001

ABSTRAK

Nama : KHOFIA INDAH NURUL HUDA

NIM : 17 3020 0007

Judul : Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Pada Remaja Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

Banyaknya remaja terjebak di zona *toxic relationship* yang mengakibatkan timbulnya masalah psikologis pada diri remaja, seperti merasa tertekan, tidak mampu mengekspresikan diri dan merasa rendah diri. Hal tersebut terjadi karena remaja tidak memahami hubungan interaksi yang remaja jalani, dan tidak dapat membedakan hubungan yang sehat (*health relationship*) dan hubungan yang beracun (*toxic relationship*). Ketidaktahuan tersebut banyak berpengaruh dari lingkungan sosial remaja. Oleh karena itu, penerapan konseling kelompok dibutuhkan dalam membantu permasalahan remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur. Adapun yang menjadi rumusan masalah penelitian ini yaitu bagaimana kondisi psikologis remaja yang mengalami *toxic relationship*, bagaimana penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship*, dan bagaimana hasil penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif menggunakan metode tindakan partisipatori (*Research Action Partisipatory*). Dengan informan penelitian 8 orang remaja yang mengalami *toxic relationship*, 6 orang tua remaja, 2 saudara remaja, 2 teman sebaya dan 1 kepala desa Panompuan Jae. Remaja yang mengalami *toxic relationship* sebagai sumber data primer dan orang tua remaja, saudara remaja, teman remaja dan kepala desa sebagai sumber data sekunder. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara tidak terstruktur dan dokumentasi. Penelitian lapangan dibagi ke dalam dua siklus, siklus I yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Siklus II kembali mengulangi siklus I.

Hasil penelitian penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* diketahui ada perubahan yang signifikan. Hal ini dilihat dari kondisi psikologis remaja. Penerapan yang dilakukan adalah penerapan konseling kelompok yang dilakukan dua siklus. Siklus I dengan dua pertemuan dan siklus II dengan dua pertemuan. Hal ini dilihat dari sebelum dilakukan penerapan berjumlah 8 orang (100%). Pada siklus I pertemuan satu dengan hasil Remaja merasa tertekan 8 orang (100%), remaja tidak mampu mengekspresikan diri 8 orang (100%), remaja merasa rendah diri 8 orang (100%). Pada siklus I pertemuan dua dengan hasil Remaja merasa tertekan 6 orang (75%), remaja tidak mampu mengekspresikan diri 7 orang (87%), remaja merasa rendah diri 4 orang (50%). Pada siklus II pertemuan satu dengan hasil remaja merasa tertekan 3 orang (73,5%), remaja tidak mampu mengekspresikan diri 3 orang (37,5%), remaja merasa rendah diri 4 orang (50%). Pada siklus II pertemuan dua dengan hasil remaja merasa tertekan 2 orang (25%), remaja tidak mampu mengekspresikan diri 0 (0%), remaja yang merasa rendah diri 0 (0%).

Kata Kunci: Konseling, Kelompok, *Toxic, Relationship*, Remaja.

KATA PENGANTAR



Puji serta syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan di IAIN Padangsidimpuan. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa ajaran Islam demi keselamatan dan kebahagiaan semua.

Skripsi ini berjudul:”**Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Pada Remaja Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur**”, disusun untuk memenuhi tugas dan syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.sos) pada Fakultas Dakwah dan Ilmu komunikasi, program studi Bimbingan Konseling Islam, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidimpuan.

Penulis sadar, penulisan skripsi ini tidak akan berjalan maksimal tanpa uluran tangan dan bantuan dari beberapa pihak. Dengan segala kerendahan hati, ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Ibrahim Siregar, MCL selaku Rektor IAIN Padangsidimpuan, Bapak Dr. H Mohd. Darwis Dasopang, M. Ag, selaku wakil Rektor bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Dr. Anhar, M.A, selaku wakil Rektor bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, Bapak Dr. Sumper Mulia Harahap, M.A selaku wakil Rektor Kemahasiswaan dan Kerjasama, dan seluruh civitas akademik IAIN Padangsidimpuan.
2. Bapak Dr. Ali Sati, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan, Bapak Dr. Mohd Rafiq, S.Ag., MA selaku wakil Dekan Bidang Akademik dan pengembangan Lembaga, Bapak Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag selaku wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, dan Bapak Dr. Sholeh Fikri MA selaku wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.
3. Ibu Maslina Daulay, M.A. selaku ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan.

4. Bapak Drs. H. Agus Salim Lubis M.Ag selaku pembimbing I dan Siti Wahyuni Siregar M.Pd.I selaku Ibu pembimbing II yang telah menyediakan waktunya untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan petunjuk yang sangat berharga bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Sukerman, S.Ag selaku Kasubbag Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi beserta stafnya yang telah memberikan pelayanan akademik yang baik demi kesuksesan dalam perkuliahan dan penyusunan skripsi.
6. Bapak Ali Amran M.SI selaku Penasehat Akademik penulis, yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingannya selama perkuliahan.
7. Bapak Yusri Fahmi, S. Ag., SS., M.Hum selaku kepala perpustakaan serta pegawai perpustakaan IAIN Padangsidempuan yang telah membantu penulis dalam hal mengadakan buku-buku penunjang skripsi.
8. Bapak dan Ibu Dosen IAIN Padangsidempuan yang telah membimbing, mendidik, memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.
9. Ayahanda tercinta Rahman Ali Lumbantobing dan Ibunda tercinta Siti Sahara Siregar yang telah menyayangi dan mengasahi sejak kecil, senantiasa memberikan do'a yang tiada henti-hentinya, motivasi, dorongan, semangat, jerih payah dan pengorbanan yang tidak ternilai kepada peneliti selama pendidikan sampai selesainya skripsi ini. Semoga Allah senantiasa melindungi dan membalas jasa dan perjuangan mereka dengan surga-Nya.
10. Bapak Samsul Ma'arif Hasibuan, selaku kepala desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur yang sudah membantu penulis dalam mendapatkan informasi terkait skripsi ini.
11. Bapak Zilfaroni Tanjung M. A, yang telah memotivasi, mengarahkan serta memberi semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Orang-orang terdekat peneliti Putri Diana Daulay, Rizka Amini Hrp, Marisa Apriliani Hrp, Meilinda Sari Siregar, Sepriani Nasution, Epi Juliana, Dede Suriani Siregar, Ilham Yunus Simbolon, Ambang Daulay, Minal Pahri Sauri Nasution, Khairul Husni, Fajri Wahyuda yang telah memberikan dukungan semangat dan berjuang bersama menyelesaikan pendidikan S1 dan meraih kesuksesan. Dan terkhusus Aldi Syahputra selaku teman seperjuangan sedari sem 1 yang selalu menemani, memberi arahan dan energi yang positif serta memberi suport penuh senantiasa membantu peneliti hingga akhir.

13. Rekan-rekan serta para senior dan junior Mahasiswa/Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi serta rekan-rekan mahasiswa/i Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017 terkhusus BKI-1 yang telah memotivasi, mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

14. *Last but not least, I wanna thank me for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting, for just being me at all times.*

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

Padangsidempuan, 14 Agustus 2021
Penulis

Khofia Indah Nurul Huda L.Tobing
Nim. 17 302 00007

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DAN KEBENARAN DOKUMEN

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

BERITA ACARA UJIAN MUNAQASYAH

HALAMAN PENGESAHAN DEKAN

ABSTRAK i

KATA PENGANTAR..... ii

DAFTAR ISI v

DAFTAR TABEL viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang..... 1

B. Fokus Masalah..... 8

C. Rumusan Masalah..... 8

D. Tujuan Penelitian..... 9

E. Manfaat Penelitian..... 9

F. Batasan Istilah..... 10

G. Sistematika Pembahasan..... 12

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori..... 14

1. Penerapan..... 14

2. Konseling Kelompok..... 14

a. Pengertian Konseling Kelompok..... 14

b. Tujuan Konseling Kelompok..... 17

c. Manfaat Konseling Kelompok..... 19

d. Komponen dalam Konseling Kelompok..... 19

e. Asas-asas Konseling Kelompok..... 22

f. Metode-metode Konseling Kelompok..... 23

g. Tahapan Konseling Kelompok..... 24

3. Remaja..... 26

a. Pengertian Remaja..... 26

| | |
|--|----|
| b. Usia Remaja..... | 29 |
| c. Ciri-ciri Remaja..... | 30 |
| 4. <i>Toxic Relationship</i> | 32 |
| a. Pengertian <i>toxic relationship</i> | 32 |
| b. Bentuk-bentuk <i>toxic relationship</i> | 33 |
| c. Ciri-ciri <i>toxic relationship</i> | 34 |
| d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>toxic relationship</i> | 36 |
| 5. Materi Dalam Penerapan Konseling Kelompok..... | 39 |
| B. Penelitian Terdahulu..... | 45 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| A. Lokasi Penelitian..... | 48 |
| B. Jenis Penelitian..... | 48 |
| C. Informan Penelitian..... | 49 |
| D. Sumber Data..... | 50 |
| E. Prosedur Penelitian..... | 51 |
| F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data..... | 56 |
| G. Teknik Analisis Data..... | 58 |
| H. Teknik Uji Keabsahan data..... | 58 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN | |
| A. Temuan Umum..... | 60 |
| 1. Letak Geografis Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 60 |
| 2. Jumlah Penduduk Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 61 |
| 3. Keadaan Penduduk Berdasarkan Pekerjaan..... | 61 |
| 4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Tingkat Pendidikan..... | 62 |
| 5. Sarana Prasarana Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 63 |
| B. Temuan Khusus..... | 64 |
| 1. Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami <i>toxic relationship</i> Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 64 |
| 2. Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan <i>toxic relationship</i> Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 74 |
| 3. Keberhasilan Peneliti Dari Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan <i>toxic relationship</i> Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 93 |
| C. Analisa Hasil Penelitian..... | 97 |

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....99

B. Saran-saran.....100

DAFTAR PUSTAKA
RIWAYAT HIDUP
LAMPIRAN-LAMPIRAN
DOKUMENTASI

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1 :Jumlah Penduduk Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 60 |
| Tabel 2 : Keadaan Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 61 |
| Tabel 3 : Sarana Prasarana Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur..... | 62 |
| Tabel 4 : Data Remaja Yang Mengikuti Penerapan Konseling Kelompok..... | 63 |
| Tabel 5 : Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami <i>toxic relationship</i> Sebelum Dilakukan Penerapan Konseling Kelompok..... | 73 |
| Tabel 6 : Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami <i>toxic relationship</i> Setelah Dilakukan Penerapan Konseling Kelompok Pada Siklus I Pertemuan I..... | 78 |
| Tabel 7 : Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami <i>toxic relationship</i> Setelah Dilakukan Penerapan Konseling Kelompok Pada Siklus I Pertemuan II..... | 83 |
| Tabel 8 : Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami <i>toxic relationship</i> Setelah Dilakukan Penerapan Konseling Kelompok Pada Siklus II Pertemuan I..... | 88 |
| Tabel 9 : Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami <i>toxic relationship</i> Setelah Dilakukan Penerapan Konseling Kelompok Pada Siklus II Pertemuan II..... | 91 |
| Tabel 10: Rekapitulasi Perubahan Kondisi Psikologis Remaja Dalam Memutuskan Toxic Relationship Saat Penerapan Konseling Kelompok..... | 93 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lain, saling membantu, dan selalu hidup dengan berkelompok. Sebagai makhluk sosial yang hidup berkelompok tidak terlepas dari interaksi dan komunikasi satu sama lain.¹

Sebagai makhluk sosial, tentunya remaja ingin memenuhi kebutuhannya untuk berinteraksi atau bersosialisasi dengan yang lain. Hubungan yang terjalin pun beragam dengan mulai yang terdekat yaitu keluarga, dengan teman sebaya, dan dengan pasangan atau pacar. Selain menjalin komunikasi dengan sesama individu, menjalin *romantic relationship* (hubungan romantis) dengan seseorang merupakan kebutuhan setiap umat manusia.

Masa remaja adalah usia dimana individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.²

Berdasarkan hasil observasi sementara dapat dilihat bahwa pada usia remaja baik itu remaja laki – laki atau perempuan menghabiskan waktu 2 kali lebih banyak dengan teman sebaya daripada waktu dengan orang tuanya. Bagi

¹ Ety Nur Inah, *Peranan Komunikasi dalam Pendidikan*, Jurnal Al-Ta'dib, Vol.6, No.1, Januari-Juni 2013, hlm.177.

² Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta; Erlangga, 1980), hlm. 206.

remaja hubungan teman sebaya merupakan bagian yang paling besar dalam kehidupannya. Hubungan dapat terjadi dengan eratnya, bahkan hubungan ini dapat memberikan kenyamanan serta kepercayaan antar remaja. Sebagaimana yang terjadi di daerah Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur sebagian besar remaja lebih banyak bercerita kepada teman sebayanya dibanding kepada keluarga ataupun orang tuanya.³

Remaja sering menjadi terlalu percaya diri dan biasanya hal tersebut disertai oleh emosi yang labil, remaja lebih mudah dipengaruhi teman sebaya dari pada orang tua. Hal tersebut terjadi dikarenakan remaja merasa teman sebaya mempunyai peranan yang cukup penting bagi perkembangan pergaulan remaja.⁴

Dalam menjalani hubungan, baik dalam pertemanan, hubungan pasangan, harus didasari dari interaksi dua arah. Hubungan yang baik harus ada keseimbangan. Jika tidak, maka akan ada pihak yang diuntungkan dan pihak yang dirugikan. Hubungan yang sehat secara psikologis adalah hubungan yang saling mendukung dan memelihara satu sama lain. Di dalam hubungan yang sehat, ada terpenuhinya kebutuhan rasa aman, kasih sayang, perhatian, penghormatan, kepercayaan satu sama lain.

Namun dengan alih-alih akan mendapatkan hubungan yang sehat, masih banyak remaja yang justru malah mendapatkan sebuah emosi negatif pada saat sedang menjalani hubungan. Emosi negatif yang didapatkan berupa hubungan yang hanya satu arah, mendapatkan perasaan yang tidak aman dan

³*Observasi*, di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, 19 April 2021.

⁴ Elizabeth B. Hurlock, *Op. Cit.*, hlm. 205.

tidak nyaman, merasa terkekang, atau bahkan sering terjadi konflik antar individu. Selanjutnya membuat hubungan tersebut tidak bisa berkembang ke arah hubungan yang positif karena merasa terbebani oleh hal yang mengakibatkan salah satu individu menutup diri dari lingkungan luar, jika sudah mengalami hal tersebut menandakan bahwa hubungan tersebut sudah berada dalam hubungan yang tidak sehat atau beracun dan lebih populer dengan sebutan *toxic relationship*.

Besarnya pengaruh kemajuan teknologi seakan menggeser norma-norma agama dan adat yang tertanam dalam masyarakat, kebanyakan generasi muda tenggelam dalam perasaan *making love*. Mereka ter hanyut dengan perasaan yang mengatas namakan cinta sehingga tidak mengerti bahwa hubungan tersebut dapat merugikan dirinya sendiri.

Berdasarkan data dari Catatan Tahunan Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan pada tahun 2019, terdapat 13.568 kasus kekerasan yang tercatat. Berdasarkan jumlah tersebut, kekerasan dalam berpacaran mencapai 2.073 kasus. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa dengan adanya *toxic relationship* di dalam sebuah hubungan dapat menyebabkan konflik batin yang akan mengarah pada depresi atau kecemasan, sehingga dapat menimbulkan permasalahan yang baru.⁵

Toxic relationship tampak sangat sehat dari sudut pandang orang luar, akan tetapi hubungan ini termasuk ke dalam hubungan yang tidak menyenangkan karena menyebabkan seseorang merasa lebih buruk. Ciri-ciri

⁵ Primatia Yogi Wulandari, *Waspada! Toxic Relationship Semakin Meningkat Setiap Tahunnya*, Unair News, 18 Desember 2019, <http://news.unair.ac.id/2019/12/26/waspada-toxic-relationship-semakin-meningkat-setiap-tahunnya/> (Diakses pada 23 Februari 2021).

toxic relationship antara lain kemarahan, ketidak bahagiaan, frustrasi, dan gangguan yang ditunjukkan pada pasangannya, serta ada kecemburuan yang berlebihan, keegoisan, tidak adanya kejujuran, sikap merendahkan, memberi komentar atau mengkritik negatif, dan adanya rasa tidak aman dalam menjalani hubungan.⁶

Toxic relationship bisa terjadi pada setiap orang. Hubungan tidak lagi saling menguntungkan malah kepada saling merugikan. Tidak jarang dalam hubungan yang tidak sehat ini sering memicu sikap *insecure* antar individu. Situasi seperti ini dapat membuat remaja pada umumnya merasa depresi yang berlebihan, sehingga memicu adanya gangguan mental.

Meskipun *toxic relationship* dapat terjadi pada siapa saja, akan tetapi umumnya dialami oleh kalangan remaja karena pada usia ini kebanyakan remaja akan berlomba-lomba untuk memiliki pasangan. Untuk usia remaja *toxic relationship* dapat *membahayakan* karena umumnya pada usia tersebut remaja belum mampu untuk mengontrol perasaannya. Pada usia remaja karena tidak mampu untuk manajemen stress pelampiasan emosi atau perasaan akan merujuk kepada stress atau depresi dan akan melakukan sikap-sikap negatif

Maraknya *toxic relationship* tidak hanya dialami pada usia pertemanan atau *pacaran* yang baru sebentar dijalani saja, bahkan yang menjalin usia hubungan pertemanan atau *pacaran* yang bertahun-tahun

⁶ Nurlaila Efendy, *Pendekatan Psikologi Positif Pada Toxic Relationship*, (Dipersentasikan Dalam seminar Mahasiswa Psikologi UNY, 20 Desember 2019), <https://www.uny.ac.id/berita/pendekatan-psikologi-positif-pada-toxic-relationship> (Diakses pada 23 Februari 2021).

lamanya juga mengalaminya, dan sejatinya ada banyak sekali orang yang terjebak dalam hubungan yang *toxic*. Namun mereka terkadang tidak sadar bahwa hubungan yang dialaminya termasuk hubungan yang tidak sehat atau lebih populer dengan istilah *toxic relationship*. Keluar dari *toxic relationship* memang tidak mudah, kebanyakan orang yang mengalami akan mencoba mengakhiri atau memutuskan jalinan asmara yang dialami, ada juga beberapa orang kerap mengalami trauma untuk menjalin hubungan kembali dengan orang lain, dan bahkan ada juga yang sulit untuk membangun relasi baru dikarenakan dampak fisik dan psikologis yang muncul.

Penyebab *toxic relationship* juga dapat berasal dari sikap optimisme bahwa pasangan atau orang yang bersangkutan bisa berubah atau memiliki ketakutan akan sendirian (*fear of loneliness*). Hubungan beracun juga bisa muncul dari pasangan yang sifatnya timpang. Misalkan salah satunya tipe pengontrol, sedangkan pihak lainnya pengalah. Ketika sudah masuk dalam suatu *toxic relationship*, banyak orang tidak berketik atau sulit keluar dari situasi sulit tersebut karena berbagai pertimbangan.

Toxic relationship menimbulkan dampak yang beragam yaitu secara psikologis dan fisik. Dampak yang bersifat psikologis bagi orang yang mengalami *toxic relationship*, menjadi individu yang rendah diri dan pesimis. Bahkan dapat mampu membenci dirinya sendiri yang diakibatkan dari perlakuan atau perkataan negatif yang diberikan pasangannya terhadap

dirinya. Permasalahan-permasalahan yang terjadi tersebut mengakibatkan munculnya emosi negatif muncul pada diri individu.⁷

Berdasarkan hasil observasi sementara yang dilakukan bahwa banyaknya remaja yang tidak sadar sedang menjalani hubungan yang tidak sehat, atau disebut *toxic relationship*. Sebagian remaja menyadari bahwa ia sedang berada di zona *toxic relationship*, tapi kurang mampu mengambil langkah untuk keluar dari zona tersebut.⁸ Kondisi ini didukung dengan wawancara yang dilakukan pada salah satu remaja HS yang menyatakan bahwa:

“saya terkadang merasa tertekan terhadap hubungan pacaran yang saya jalani, saya sering merasa rendah diri dan tidak jarang mendapatkan komentar dan kritik negatif dari pasangan saya. Tetapi saya tetap memaksa untuk tetap menjalani hubungan pacaran dengan pasangan saya karena alasan saya sudah berhubungan lama dengannya dan yakin dia pasti berubah.”⁹

Berdasarkan hasil observasi atau wawancara sementara yang dilakukan peneliti pada remaja Desa Panompuan Jae Kecamatan Agkola Timur, remaja kurang mampu dalam memutuskan *toxic relationship* yang sedang mereka jalani. sehingga masih membutuhkan bantuan seperti layanan konseling kelompok.

Konseling merupakan layanan yang menyediakan pelayanan bagi remaja agar tumbuh secara optimal. Salah satu layanan dalam bimbingan dan

⁷Primatia Yogi Wulandari, *Waspada Toxic Relationship Semakin Meningkat Setiap Tahunnya*, Unair news, 18 Desember 2019, (Diakses pada 23 Februari 2021 di laman <http://news.unair.ac.id/2019/12/26/waspada-toxic-relationship-semakin-meningkat-setiahtahunnya>).

⁸*Observasi*, di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, Tanggal 19 April 2021.

⁹ Hasil Wawancara dengan remaja HS, Pada tanggal 19 April 2021.

konseling yang dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja adalah layanan konseling kelompok.¹⁰

Menurut Prayitno “layanan konseling kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan kepada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu”.¹¹ Layanan yang diberikan dalam suasana kelompok bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantu individu menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat, sehingga diharapkan akan berdampak positif bagi individu yang nantinya akan menumbuhkan kepribadian yang positif. Selain itu apabila dinamika kelompok dapat terwujud dengan baik maka anggota kelompok akan saling tolong-menolong, menerima dan berempati dengan tulus.

Konseling kelompok yang kondusif bisa dijadikan sebagai sarana dalam memberikan kesempatan bagi anggotanya. Misal seperti menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan, dukungan bantuan alternatif (pemecahan masalah) dan pengambilan keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru serta bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri.

Kegiatan kelompok akan berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi. konseling kelompok bisa juga diorganisasikan dengan maksud mencegah

¹⁰ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers), hlm. 80.

¹¹Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling kelompok Dasar dan Profil*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), hlm. 178.

berkembangnya masalah. Dengan tujuan menyediakan informasi akurat bagi anggota-anggota kelompok yang dapat membantu mereka membuat perencanaan dan keputusan hidup yang lebih tepat.

Sesuai fenomena yang telah dipaparkan di atas dan keterangan yang telah didapatkan dari individu yang berada dalam zona *toxic relationship*, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul: **“Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Remaja Di Desa Panompuan Jae, Kecamatan Angkola Timur”**

B. Fokus Masalah

Melihat kenyataan yang ada di lapangan masih banyak dari remaja tidak mampu memutuskan *toxic relationship*, baik itu sadar atau tidak sadar sedang dalam zona *toxic relationship* tersebut. Oleh karena itu memang membutuhkan penanganan yang serius. *Toxic relationship* yang dialami remaja akan memicu beberapa permasalahan psikologis dan dapat membuat remaja pada umumnya merasa depresi berlebihan sehingga memicu adanya gangguan mental.

Dalam penelitian ini yang dijadikan objek penelitian adalah *toxic relationship*, dan konseling kelompok dengan subjek penelitian adalah remaja yang berusia 17 sampai 21 tahun.

C. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi psikologis remaja yang mengalami *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur?
2. Bagaimana penerapan Konseling Kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur?
3. Bagaimana hasil Penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi psikologis remaja yang mengalami *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.
2. Untuk mengetahui penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.
3. Untuk mengetahui hasil Penerapan Konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa kegunaan, baik kegunaan teoritis maupun kegunaan secara praktis antara lain:

1. Secara teoritis

- a. Penelitian ini dapat memberikan penambahan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan, pengetahuan, mengenai pemutusan *toxic relationship* yang dilakukan remaja dengan menggunakan metode konseling kelompok dan dapat membantu pengembangan ilmu mengenai penanganan *toxicrelationship* dalam hubungan yang sedang dijalani remaja.
- b. Sebagai bahan informasi dan masukan bagi para peneliti selanjutnya dalam mengkaji masalah yang sama

2. Secara praktis

Memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar sarjana Sosial (S.Sos) di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Program Studi Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) padangsidempuan.

F. Batasan Istilah

Untuk menghindari terjadinya kekeliruan dan kesalah pahaman tentang ruang lingkup pembahasan skripsi ini, maka ada hal-hal yang perlu diberi penjelasan tentang istilah istilah yang digunakan yaitu;

1. Penerapan

Penerapan adalah suatu perbuatan, menerapkan, proses, cara atau bisa diartikan perbuatan dengan menggunakan sesuatu untuk mendapatkan

tujuan yang telah ditetapkan.¹² Penerapan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu proses atau pelaksanaan konseling kelompok.

2. Konseling kelompok

Konseling kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada individu melalui kegiatan kelompok.¹³ Dalam penelitian ini yang dimaksudkan konseling kelompok ialah berupa kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dalam waktu bersamaan membahas beberapa hal yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dalam memutuskan *Toxic Relationship*.

3. Remaja

Remaja adalah seseorang yang berada pada masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa atau perpanjangan masa kanak-kanak sebelum mencapai masa dewasa.¹⁴ Remaja yang dimaksud peneliti adalah seseorang yang berusia 17 tahun sampai 21 tahun yang belum menikah dan digolongkan pada remaja akhir.

4. *Toxic relationship*

Toxic relationship merupakan hubungan yang tidak sehat. Hubungan yang *toxic* memberikan efek yang tidak baik bagi kesehatan orang yang mengalaminya, karena tertekan dan tidak bahagia jadi bisa menghambat

¹² Tim Penyusun Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2011), hlm. 550.

¹³ Tohirin, *Op, Cit.*, hlm. 164.

¹⁴ Zakiah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1990), hlm. 69.

untuk menjalani kehidupan yang produktif, sehat, dan bahagia.¹⁵ Toxic relationship yang dimaksud yaitu hubungan beracun yang didasarkan karena cinta dan pertemanan.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan pembahasan dalam penelitian ini maka penulis membuat sistematika pembahasan sebagai berikut :

Bab I adalah pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, batasan istilah, dan sistematika pembahasan.

Bab II adalah kajian pustaka yang terdiri dari tinjauan pustaka dan kajian terdahulu. Pada tinjauan pustaka terdiri dari penerapan, konseling kelompok, *toxic relationship* dan remaja.

Bab III adalah metodologi penelitian yang terdiri lokasi dan waktu penelitian, jenis penelitian, informan penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik pengecekan pengabsahan data.

Bab IV adalah pembahasan tentang hasil penelitian terdiri dari temuan umum dan temuan khusus. Temuan umum adalah letak geografis Desa Panompuan Jae. Sedangkan temuan khusus berupa kondisi psikologis remaja setelah dan sebelum melakukan penerapan konseling kelompok dalam

¹⁵ Vuja Syafrianti Alhidayah, "Toxic", E-jurnal sendratasik, Vol. 8 no. 3 Sero. C, Maret 2020, hlm. 55. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/sendratasik/article/download/108197/103233>. (Diakses pada Tanggal 27 Mei 2021).

memutuskan toxic relationship di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.

Bab V adalah bagian dari penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran yang didasarkan pada temuan peneliti.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Penerapan

Penerapan adalah proses, cara perbuatan menerapkan, pemasangan dan mempraktekkan. Adapun menurut istilah penerapan adalah sebuah tindakan yang dilakukan baik secara individu maupun kelompok dengan maksud untuk mencapai tujuan yang dirumuskan.¹⁶

Adapun unsur-unsur penerapan yaitu sebagai berikut:

- a. Adanya program yang dilaksanakan
- b. Adanya kelompok target, yaitu masyarakat yang menjadi sasaran dan diharapkan akan menerima manfaat dari program tersebut.
- c. Adanya pelaksanaan, baik organisasi atau perorangan yang bertanggung jawab dalam pengelolaan, pelaksanaan maupun pengawasan dari proses penerapan tersebut.¹⁷

Penerapan adalah menggunakan semua teori yang ada untuk memperjelas suatu pengertian atau untuk memperlihatkan cara sesuatu yang baik secara lisan maupun praktek.

2. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Menurut Robinson yang dikutip oleh Abu Bakar M. Luddin menyatakan bahwa konseling adalah semua bentuk hubungan antara dua orang, dimana seseorang yaitu konseli dibantu untuk lebih mampu menyesuaikan diri secara efektif terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya. Hubungan konseling menggunakan wawancara untuk

¹⁶ Tim Penyusun Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2011), hlm. 550.

¹⁷ Wahab, *Majemen Personalialia*, (Bandung: Sinar Harapan, 1990), hlm. 45.

memperoleh dan memberikan berbagai informasi, melatih atau mengajar, meningkatkan kematangan, memberikan bantuan melalui pengambilan keputusan.¹⁸

Layanan konseling dibagi menjadi dua, yaitu:

- 1). Konseling individu merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi secara langsung antara klien dan konselor dalam rangka membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien.¹⁹
- 2). Layanan konseling kelompok merupakan bentuk usaha pemberian kepada orang-orang yang memerlukan. Suasana kelompok yaitu hubungan dari semua orang yang terlibat dalam kelompok dapat merupakan wahana dimana masing-masing anggota kelompok itu dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan, dan berbagai reaksi dari anggota kelompok lainnya untuk kepentingan dirinya yang bersangkutan dengan pengembangan diri anggota kelompok yang bersangkutan.²⁰

¹⁸Abu Bakar M. Luddin, *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*, (Cipta Pustaka: Bandung, 2010), hlm. 11.

¹⁹ Prayitno, *Buku Seri Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, (Ghalia Indonesia: Jakarta, 1995), hlm. 180.

²⁰*Ibid.*, hlm. 185.

Pengertian bimbingan kelompok menurut para ahli yaitu sebagai berikut:

- 1) Dewa Ketut Sukardi mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu teknik pelayanan bimbingan yang diberikan oleh pembimbing kepada sekelompok individu dengan tujuan membantu seseorang atau sekelompok individu yang menghadapi masalah-masalah dengan menempatkan dirinya dalam suatu kehidupan atau kegiatan kelompok yang sesuai.²¹
- 2) Patterson, sebagaimana dikutip Yeni Kamalia dan Taifik, mengemukakan bahwa konseling adalah proses yang melibatkan hubungan antar pribadi, yaitu antara seorang konselor dengan satu klien atau lebih klien dimana konselor menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan yang dimilikinya dalam rangka perubahan kepribadian klien dalam upaya meningkatkan kesehatan mentalnya.²²
- 3) Prayitno dan Erman Amti mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu proses bantuan yang diberikan kepada individu dalam suasana kelompok.²³

²¹ Dewa Ketut Sukardi, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 116.

²² Yeni Kamali dan Taupik, *Bahan Ajar Teknik Konseling*, (Padang Universitas Negeri Padang. 2002), hlm. 2.

²³ Prayitno & Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 309.

Konseling kelompok untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli dimana memiliki isi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran.²⁴

Pada umumnya aktivitas kelompok menggunakan prinsip dan proses dinamika kelompok seperti dalam kegiatan diskusi, sosiodrama dan lain-lain. Bimbingan melalui aktivitas kelompok lebih efektif karena selain peran individu lebih aktif, juga memungkinkan terjadinya pertukaran pemikiran, pengalaman, rencana dan penyelesaian masalah.

b. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok adalah memenuhi kebutuhan dan menyediakan pengalaman nilai bagi setiap anggotanya secara individu yang menjadi bagian kelompok tersebut. Prayitno membedakan tujuan konseling kelompok berdasarkan tujuan umum dan khusus. Tujuan umum konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi seseorang. Sementara tujuan khususnya adalah terfokus pada pembahasan masalah pribadi peserta kegiatan konseling.²⁵

²⁴ Mamat Supriatna, *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi Orientasi Dasar Pengembangan Profesi Konselor*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013), hlm. 98.

²⁵ Prayitno, *Op, Cit.*, hlm. 215.

Menurut Ohlsen sebagaimana dikutip oleh Namora Lumongga, tujuan konseling kelompok adalah:

- 1) Masing-masing klien memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri, lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka pada aspek-aspek positif dalam kepribadiannya.
- 2) Para klien lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan membuat mereka peka terhadap kebutuhan psikologis diri sendiri.
- 3) Masing-masing klien menetapkan dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama yang mengandung tuntutan menerima oranglain dan harapan akan diterima orang lain.
- 4) Masing-masing klien semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain.²⁶

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok memiliki tujuan untuk mengembangkan pemahaman diri sendiri maupun orang lain serta dapat menjadi sarana pemecahan masalah bagi klien dengan memanfaatkan kelompok.

²⁶Namora Lumongga, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Medan, Kencana, 2011), hlm. 210.

d. Manfaat Konseling Kelompok

Adapun manfaat bimbingan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

- 1) Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya.
- 2) Memiliki pemahaman yang cukup luas, tepat tentang berbagai hal yang dibicarakan.
- 3) Menimbulkan sifat yang positif terhadap keadaan diri, lingkungan yang berhubungan dengan hal-hal yang dibicarakan dalam kelompok.
- 4) Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik.
- 5) Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung membuahkan hasil sebagaimana yang diprogramkan semula.²⁷

e. Komponen dalam Konseling Kelompok

Komponen dalam Konseling Kelompok meliputi:

- 1) Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang berwenang menyelenggarakan praktik konseling secara profesional.

²⁷ Nidya Damayanti, *Buku Pintar Panduan Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Araska, 2012), hlm. 41.

2) Anggota Konseling

Para anggota konseling dapat beraktifitas langsung dan mandiri dalam bentuk mendengarkan, memahami, dan merespon kegiatan konseling. Setiap anggota dapat menumbuhkan kebersamaan yang diwujudkan dalam sikap antara lain pembinaan keakraban dan keterlibatan emosi, kepatuhan terhadap aturan kelompok, saling memahami, memberikan kesempatan dan bertatakrama untuk mensukseskan kegiatan kelompok.

3) Jumlah Kelompok

Banyak sedikitnya jumlah anggota kelompok sangat menentukan efektifitas konseling kelompok. Jumlah terlalu sedikit 2-3 orang akan mengurangi efektifitas konseling kelompok, demikian juga terlalu banyak akan membuat peserta kurang intensif dan berpartisipasi dalam dinamika kelompok, karena ideal jumlahnya tidak lebih dari 10 orang.

4) Homogenitas Kelompok

Perubahan yang intensif dan mendalam memerlukan sumber-sumber yang variatif. Dengan demikian layanan konseling kelompok memerlukan anggota kelompok yang bervariasi. Anggota yang homogen kurang efektif, sedangkan anggota yang heterogen akan menjadi sumber yang kaya untuk pencapaian tujuan layanan. Hal ini tidak ada ketentuan khusus, bisa

disesuaikan dengan kemampuan pemimpin konseling dalam mengelola konseling kelompok.

5) Sifat Kelompok

Sifat kelompok dapat tertutup dan terbuka. Terbuka jika pada suatu saat dapat menerima anggota baru dan dikatakan tertutup jika keanggotaannya tidak memungkinkan adanya anggota baru. Pertimbangan penggunaan terbuka dan tertutup bergantung pada keperluan. Kelompok tertutup maupun terbuka memiliki keuntungan dan kerugian masing-masing. Kelompok tertutup akan lebih mampu menjaga kohesivitasnya (kebersamaan) daripada kelompok terbuka.

6) Waktu Pelaksanaan

Lama waktu penyelenggaraan konseling kelompok bergantung pada kompleksitas masalah yang dihadapi kelompok. Menurut Latipun konseling kelompok jangka pendek membutuhkan 8-20 kali pertemuan dengan frekuensi pertemuan antara satu sampai tiga kali dalam seminggu dengan durasinya 60-90 menit.²⁸

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa komponen konseling kelompok adalah pemimpin kelompok, anggota konseling, jumlah kelompok, homogenitas kelompok, sifat kelompok dan waktu pelaksanaan.

²⁸ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2010), hlm. 157.

f. Asas-Asas Konseling Kelompok

1) Asas kerahasiaan

Asas ini merupakan asas kunci, karena apabila asas ini dipegang teguh konselor akan mendapat kepercayaan dari klien sehingga mereka akan memanfaatkan jasa bimbingan dan konseling sebaik-baiknya.

2) Asas Kesukarelaan

Klien diharapkan secara sukarela tanpa terpaksa, dan tanpa ragu-ragu ataupun mereka terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapinya serta mengungkapkan semua fakta data dan segala sesuatu yang berkenaan dengan masalah yang dihadapi kepada konselor.

3) Asas Keterbukaan

Dalam proses bimbingan dan konseling sangat diperlukan suasana keterbukaan baik dari pihak konselor maupun konseli. Hal ini menyangkut kesediaan menerima saran-saran dari luar dan kesediaan membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah.

4) Asas Kenormatifan

Usaha bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku baik norma agama, adat, hukum dan Negara, norma ilmu maupun norma kebiasaan sehari-hari.²⁹

g. Metode-Metode Konseling Kelompok

Adapun metode yang digunakan peneliti dalam bimbingan konseling kelompok ini yaitu:

1) Metode Nasehat

Metode nasehat adalah memberikan nasehat pada orang lain dengan cara yang baik, yaitu petunjuk-petunjuk kepada arah kebaikan dengan bahasa yang baik, dapat diterima, berkenan di hati, menyentuh perasaan, lurus dipikiran, menghindari sikap kasar dan tidak mencari atau menyebut kesalahan konseli sehingga dengan rela hati dan atas kesadarannya dapat mengikuti ajaran yang disampaikan.

2) Metode Mau'izatul Hasanah

Untuk melaksanakan metode mau'izatul hasanah secara kelompok hendaklah dilakukan dengan pengajaran dan cara yang baik. Pada tahap ini seorang konselor sebaiknya dapat menumbuhkan keyakinan kepada klien, bahwa seorang konselor menunjukkan kesungguhannya membantu klien tentu akan

²⁹ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di sekolah dan Madrasah, (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, TT), hlm. 80-85.

memberikan pemahaman bahwa konselor telah berhasil satu langkah untuk berhasil pada pertemuan berikutnya.

3) Metode Mujadalah

Pada metode ini seorang konselor atau pemberi layanan sebaiknya menumbuhkan komunikasi dua arah (diskusi), artinya seorang konselor memberikan waktu yang seluas-luasnya kepada klien untuk menyampaikan dan menceritakan masalah yang sedang dideritanya.

4) Metode Peringatan

Peringatan juga dapat dilakukan konselor sebagai salah satu usaha untuk mengembalikan pandangan dan perilaku klien yang bermasalah ke arah yang lebih baik, melalui peringatan ini diharapkan klien menyadari masalah yang pernah dihadapinya dan berusaha untuk keluar dari masalah tersebut.³⁰

1. Tahapan Konseling Kelompok

Adapun tahap pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan enam tahap yaitu:

1) Tahap Prakonseling

Tahap prakonseling dianggap sebagai tahap persiapan pembentukan kelompok. Adapun hal-hal mendasar yang dibahas pada tahap ini adalah para klien (remaja) yang telah diseleksi akan dimasukkan dalam keanggotaan yang sama menurut

³⁰ Lahmuddin Lubis, *Bimbingan Konseling Islam*, (Jakarta: Hijri Pustaka Utama), hlm. 72-82.

pertimbangan homogenitas. Pada tahap ini bimbingan konseling kelompok yang paling urgen yang terlibat adalah remaja sebagai klien untuk ikut berpartisipasi dalam keanggotaannya dan tidak sekedar hadir pertemuan kelompok akan tetapi memperhatikan kesamaan masalah sehingga semua masalah anggota dapat difokuskan kepada inti permasalahan sebenarnya.

2) Tahap Permulaan

tahap ini ditandai dengan dibentuknya struktur kelompok. Adapun manfaat dari bentuknya struktur kelompok ini adalah agar anggota kelompok dapat memahami aturan yang ada dalam kelompok. Aturan-aturan ini akan menuntut anggota kelompok untuk bertanggung jawab pada tujuan dan proses kelompok.

3) Tahap Transisi

Prayitno, sebagaimana dikutip Namora Lamungga Lubis, tahap ini disebut sebagai tahap perahlian. Pada tahap ini yang sering terjadi adalah suasa ketidak seimbangan dalam diri masing-masing anggota kelompok.

4) Tahap Kerja

Tahap ini disebut tahap kegiatan, yang dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui penyebabnya sehingga konselor dapat melakukan langkah yaitu menyusun rencana kegiatan.

5) Tahap Akhir

Tahap ini adalah tahapan di mana anggota kelompok mulai mencoba perilaku baru yang telah mereka pelajari dan dapatkan dari kelompok. Umpan baik adalah hal penting yang sebaiknya dilakukan oleh masing-masing anggota kelompok.

6) Tahap Pasca-Konseling

Jika proses konseling telah berakhir, sebaiknya konselor menetapkan adanya evaluasi sebagai bentuk tindak lanjut dari konseling kelompok. Evaluasi bahkan sangat diperlukan apabila terdapat hambatan dan kendala yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan dan perubahan perilaku anggota kelompok setelah proses konseling berakhir.³¹

3. Remaja

a. Pengertian Remaja

Istilah asing yang sering dipakai untuk menunjukkan makna remaja antara lain adalah *puberteit*, *adolescentia* dan *youth*. Dalam bahasa Indonesia sering pula dikatakan pubertitas atau remaja. Istilah *puberty* (Inggris) atau *puberteit* (Belanda) berasal dari bahasa latin. Pubertas yang berarti usia kedewasaan (*the age of menhood*) istilah ini berkaitan dengan kata lainnya *pubercere* yang berarti masa pertumbuhan rambut di daerah tulang *pusk* (wilayah kemaluan).

³¹ Namora Lumongga, *Op, Cit.*, hlm 213-216.

Pubercere sering diartikan sebagai masa tercapainya kematangan seksual ditinjau dari segi biologisnya. Remaja adalah masa yang dianggap paling penting yang dilalui setiap manusia dalam kehidupannya, mulai dari usia sebelas tahun dan biasanya sampai dua puluh empat tahun.³²

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh (*growt spurt*). Timbul ciri-ciri sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik, kognitif serta sosial. Memasuki masa remaja yang diawali dengan terjadinya kematangan seksual, maka remaja akan dihadapkan pada keadaan yang memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan-perubahan yang terjadi. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan tubuh berpengaruh pada jiwa remaja.

Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget dengan mengatakan, Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber, termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.³³

Menurut Muangman dikutip oleh Agus Rahma dalam jurnal Hubungan Pengetahuan dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas di SMP Darul Hijrah Putri Banjarbaru

³² Soegarda Poerbakawatja, *Ensiklopedi Pendidikan*, (Jakarta: Gunung Agung, 1969), hlm. 511.

³³ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 2003), hlm. 206.

Tahun 2013 menyebutkan, remaja adalah generasi penerus yang akan melanjutkan perjuangan dan cita-cita bangsa. Oleh karena itu hendaknya remaja memiliki kemampuan dan keahlian tertentu. Masa remaja adalah masa yang rentan karena memiliki kemampuan dan keahlian tertentu juga masa yang rentan karena memiliki emosi yang masih labil. Dengan emosi yang masih labil tersebut, seorang remaja akan sangat mudah terpengaruh oleh suatu hal. Pengaruh-pengaruh tersebut dapat menimbulkan akibat yang positif ataupun negatif diri remaja tersebut.³⁴

Kesimpulan yang dapat diambil dari teori di atas yang dimaksud dengan masa remaja adalah suatu masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dengan ditandai individu telah mengalami perkembangan-perkembangan atau pertumbuhan-pertumbuhan yang sangat pesat di segala bidang, yang meliputi dari perubahan fisik dan juga psikologis yang menunjukkan kematangan organ reproduksi serta optimalnya fungsional organ-organ lainnya. Selanjutnya perkembangan kognitif yang menunjukkan cara gaya berfikir remaja, serta pertumbuhan sosial emosional remaja. Seluruh perkembangan-perkembangan lainnya yang dialami sebagai masa persiapan untuk memasuki masa dewasa. Remaja akan melewati masa

³⁴ Agus Rahmadi Rika Vira Zwagery, Ariani, "Hubungan Pengetahuan dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas di SMP Darul Hijrah Putri Banjarbaru Tahun 2013", Dalam Jurnal Jurkessia, Vol. IV, No. 2 Maret 2014, hlm. 23. <https://journal.stikeshb.ac.id/index.php/jurkessia/article/view/30>, (Diakses pada Tanggal 8 Maret 2021).

pencarian identitas untuk menjelaskan tentang siapa dirinya pada masa pendewasaan.

b. Usia Remaja

Menurut Monks yang dikutip oleh Sarlito W. Sarwono remaja merupakan masa transisi dari anak-anak hingga dewasa. Fase remaja tersebut mencerminkan cara berfikir remaja masih pada koridor berpikir konkret, kondisi ini disebabkan pada masa itu terjadi suatu proses pendewasaan diri pada remaja. Masa tersebut berlangsung dari usia 12 sampai 21 tahun, dengan pembagian sebagai berikut:

1) Masa remaja awal (12-15 tahun)

Remaja pada tahap ini masih baru dalam perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan tersebut. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, memiliki kepekaan yang berlebih-lebihan serta kurangnya kemampuan dalam mengendalikan ego menyebabkan remaja awal sulit dipahami oleh orang dewasa.

2) Masa remaja pertengahan (15-18 tahun)

Remaja pada tahap ini sangat membutuhkan teman. Remaja senang dengan kehadiran banyak teman disekitarnya. Ada kecendrungan *narcistic* yaitu mencintai diri sendiri.

3) Masa remaja akhir (18-21 tahun)

Pada masa remaja akhir adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dalam pencapain lima hal, yaitu:

- a) Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- b) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dalam pengalaman baru.
- c) Terbentuknya identitas seksual.
- d) *Egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- e) Tumbuh dinding yang memisahkan pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).³⁵

c. Ciri-ciri Remaja

Untuk melihat ciri umum remaja menurut para ahli adalah kebanyakan dari aspek jasmani atau fisik, pikiran, sosial, emosi, moral dan religius. Sehingga seorang remaja dapat mencapai kedewasaannya adalah berupa kedewasaan fisik, intelektual, emosional, kedewasaan sosial, moral dan religious. Tubuh remaja kelihatan lebih dewasa, akan tetapi diperlakukan seperti orang dewasa, ia gagal menunjukkan kedewasaannya. Oleh karena itu remaja sering terlihat adanya kegelisahan, pertentangan, keinginan untuk mencoba-coba, daya khayal dan fantasi.³⁶

³⁵Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012), hlm. 30-31.

³⁶Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm. 26.

Adapun ciri-ciri pada remaja tersebut sesuai pendapat W. Starbuck adalah :

1) Pertumbuhan pikiran dan mental

Ide dan dasar keyakinan beragama yang diterima remaja dari masa kanak-kanaknya sudah tidak begitu menarik bagi mereka. Sifat kritis terhadap ajaran agama mulai timbul. Selain masalah agama mereka pun sudah tertarik pada masalah kebudayaan, sosial, ekonomi, dan norma-norma kehidupan lainnya.

2) Perkembangan perasaan

Berbagai perasaan telah berkembang pada masa remaja. Perasaan sosial, etis, dan estesis mendorong menghayati perikehidupan yang terbiasa di lingkungannya. Kehidupan religius akan cenderung mendorong dirinya lebih dekat ke arah hidup yang religius. Sebaliknya bagi remaja yang kurang mendapat pendidikan dan siraman ajaran agama akan lebih muda didominasi seksual.

3) Pertimbangan sosial

Corak keagamaan para remaja juga ditandai oleh adanya pertimbangan sosial. Dalam kehidupan keagamaan mereka timbul konflik antara pertimbangan moral dan materil. Remaja sangat bingung menentukan pilihan itu. Karena kehidupan

duniawi lebih dipengaruhi kepentingan akan materi, maka remaja lebih cenderung jiwanya untuk bersikap materialis.

4) Perkembangan moral

Perkembangan moral para remaja bertitik tolak dari rasa berdosa dan usaha untuk mencari proteksi. Tipe moral yang juga terlihat pada remaja yang mencakupi :

- a) *Sel-directive* taat terhadap agama atau moral berdasarkan pertimbangan pribadi.
- b) *Adaptive* mengikuti situasi lingkungan tanpa mengadakan kritik.
- c) *Submissive* merasakan adanya keraguan terhadap ajaran moral dan agama.⁷

4. *Toxic Relationship*

a. Pengertian *Toxic Relationship*

Toxic relationship terdiri dari dua kata yakni *toxic* artinya racun dan *relationship* yang berarti keterhubungan. Dengan demikian *toxic relationship* merupakan hubungan antar individu atau kelompok yang meracuni, bersifat merusak dan membunuh. Oleh karena itu *toxic relationship* berarti hubungan yang merusak, tidak hanya merusak hubungan individunya sendiri tetapi juga antar individu yang lain.³⁷

⁷ Jalaluddin, *Psikologi Agama Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, (Jakarta : Raja grafindo Persada, 2016), hlm. 65-66.

³⁷ Vuja Syafrianti Alhidayah, *Op. Cit.*, (Diakses pada Tanggal 27 Mei 2021).

Dapat disimpulkan bahwa *toxic relationship* merupakan hubungan yang tidak sehat, ketika sebuah hubungan yang tidak lagi menghubungkan sehingga memunculkan adanya emosi negatif yang mengendalikannya dan mengakibatkan saling menyakiti satu sama lain. Hubungan yang *toxic* memberikan efek yang tidak baik bagi kesehatan orang yang mengalaminya, karena tertekan dan tidak bahagia jadi bisa menghambat untuk menjalani kehidupan yang produktif, sehat, dan bahagia. Hal ini mengacu kepada beberapa problem diantaranya, problem pribadi, gejala batin, sosial dan percintaan.

b. Bentuk-bentuk *Toxic Relationship*

Bila dilihat dari bentuknya, *toxic relationship* ini sebenarnya memiliki 2 bentuk yaitu:

1) Bentuk verbal

Bentuk kekerasan verbal itu terjadi ketika seseorang membentak orang lain atau pasangannya. Kekerasan verbal ini terjadi tidak hanya pada saat seseorang berteriak atau berbicara dengan nada yang tinggi tetapi dapat dilakukan dengan nada halus sekalipun. Kekerasan verbal ini terjadi ketika seseorang ingin menghancurkan karakter orang lain.

2) Bentuk fisik

Bentuk kekerasan fisik itu seperti kekerasan yang melibatkan kontak langsung dan dimaksudkan untuk menimbulkan perasaan

intimidasi, cedera, atau penderitaan fisik lain atau kerusakan tubuh.³⁸

Timbulnya kekerasan baik itu dalam bentuk verbal maupun fisik dalam pertemanan atau berpacaran pada remaja pada dasarnya merupakan salah satu bentuk ketidak mampuan remaja dalam melakukan kontrol diri. Seperti yang diketahui, emosi dan mental yang dimiliki oleh remaja masih cenderung labil. Hal tersebut memungkinkan mereka melakukan sesuatu hal tanpa berpikir panjang seperti melakukan tindakan kekerasan baik fisik maupun verbal. Hal seperti ini membuat permasalahan yang dialami remaja terkesan menjadi rumit dan semakin tidak ada jalan keluar.

c. Ciri-ciri *Toxic Relationship*

Banyak dari *toxic relationship*, satu pasangan sebagai pemimpin atau mendominasi sementara yang lain tampak mengikuti. Pasangan yang menganggap dirinya sebagai pemimpin biasanya akan mencoba untuk mendominasi pasangannya untuk mengikuti aturan yang dibuat. Hal tersebut mengakibatkan pasangan yang terdominasi akan merasa dikendalikan, ketidak bahagiaan dan rasa kehilangan.

Gale. J dan Tartakovsky, menulis tentang beberapa ciri-ciri umum *toxic relationship*, yang dikutip dalam buku Abu Sayed Zahiduzzaman, yaitu:

- 1) Secara emosional akan mempengaruhi orang-orang disekitarnya.

³⁸ Evendi, I, *Op. Cit.*, (Diakses pada Tanggal 21 April 2021).

- 2) *Toxic relationship* tidak menghormati kata ‘Tidak’.
- 3) Mengabaikan nilai-nilai orang lain.
- 4) Memiliki perasaan dikendalikan.³⁹

Toxic relationship membuat orang-orang didalamnya merasa terpenjara, tidak berdaya dan merasa sering diabaikan. Individu yang terjebak dalam zona *toxic relationship* akan merasa tidak dapat menikmati saat-saat indah atau menjadi diri sendiri. Dari observasi dan wawancara sementara yang dilakukan peneliti, ada beberapa ciri umum *toxic relationship*, yaitu:

- 1) Terdapat kekerasan dan pelecehan baik fisik maupun mental dalam suatu hubungan
- 2) Selalu meremehkan pasangannya
- 3) Seseorang yang berada dalam toxic relationship merasa tidak aman jika pasangannya tidak ada didekatnya. Serta khawatir dan curiga pada hal yang tidak perlu
- 4) Tidak mau disalahkan
- 5) Posesif
- 6) Tidak ada kebahagiaan dalam suatu hubungan, sebaliknya merasa sedih, marah, *anxious* dll
- 7) Tidak mampu mengakhiri hubungan dengan pasangannya karena ada ancaman atau merasa masih menyayangnya walaupun hubungan itu memberikan dampak negatif.

³⁹Abi Ased Zahiduzzaman, *Toxic Relationship A Psychological Point Of View*, (TT: Bloomington IN, 2017), hlm. 88.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Toxic Relationship*

Fenomena *toxic relationship* dapat dilihat dari pandangan teori *Transactional Analysis* dari Eric Berne. Filosofi manusia menurut Eric Berne sebagai seorang individu manusia memiliki 3 *ego state* diantaranya:

1) *Parent ego*

Perilaku, pikiran, pandangan, dan perasaan biasa ditiru dari orang tua atau figur orang tua.

2) *Adult ego*

Perilaku, pikiran, dan perasaan adalah tanggapan atau respon langsung, *here and now*. Jadi dapat diartikan bahwa seorang individu bisa lebih berpikir yang logis dan praktis karena keadaan ego mereka yang sudah dewasa.

3) *Child ego*

Merupakan ego yang kekanak-kanakan hal tersebut terjadi dikarenakan perilaku, pikiran, dan perasaannya diulang seperti pada masa kecilnya.⁴⁰

Ketiga ego tersebut yang penting untuk ditonjolkan seorang individu ialah *adult ego* karena disini seseorang dapat memaknai situasi yang dihadapi. Biasanya individu yang dominan *adult ego* akan menyikapi masalahnya dengan bijak. Bila *child ego* yang dominan maka ketika dihadapkan dengan masalah ia akan marah-marah,

⁴⁰ Niarti, R, Yuline, Y, & Astuti, I. Khatulistiwa, *Op. Cit.*, (pada Tanggal 21 April 2021).

Kemudian apabila *parent ego* yang dominan ia akan cenderung arogan dalam menghadapi suatu masalah. Hal itu bisa terjadi karena orang *parent ego* lebih berpatok pada benar atau salahnya suatu situasi atau tindakan.

Manusia yang sehat adalah manusia yang dapat memilih *ego state* yang tepat ketika berinteraksi dengan orang lain. Pada *toxic relationship* maka mereka menjadi individu yang *toxic* karena ketidakmampuannya memilih *ego state* yang tepat karena sebenarnya yang memegang kendali terhadap *ego state* itu adalah diri kita sendiri. Inilah yang memicu orang menjadi *toxic person* dan ketika menjalani suatu hubungan pacaran maka tidak menutup kemungkinan hubungannya akan menjadi *toxic* juga. Dari penelitian yang dilakukan lingkungan pergaulan dapat mempengaruhi seseorang menjadi *toxic*.

Individu yang tergolong patologi atau tidak sehat, dan tidak bahagia terhadap dirinya sendiri dan orang lain itu dapat dianalisis atau dilihat dari *life script*. Seseorang tidak bisa serta-merta mengecap atau menjudge individu lain bahwa ia tumbuh dengan *parent ego* atau bahkan terlalu dominan *childish*. Hal itu tentu dikarenakan pada dasarnya *ego* itu bisa bergantung pada *life-script* yang dialami seorang individu semasa kecilnya hingga tumbuh dewasa. Dengan demikian ketika ingin memahami orang lain maka haruslah mengetahui *background* orang tersebut. Oleh karena itu untuk menganalisis perilaku atau *ego* yang muncul dari diri seseorang maka perlu

menganalisisnya dengan melihat dan memahami *life-script* dengan tujuan memutuskan *toxic relationship*.

Ada 3 hal yang mempengaruhi terjadinya *toxic relationship*, yaitu:

- 1) Diawali dengan hal-hal yang dianggap sepele namun bila terus dibiarkan hal itu dapat menjadi permulaan *toxic relationship*.
- 2) Mengakui, jadi ketika sudah menyadari bahwa hubungan yang dijalani itu termasuk dalam ciri-ciri *toxic relationship* segeralah mengakui atau menyadari bahwa hubungan yang dijalani memanglah *toxic*. Apabila sudah menyadari namun tidak berani mengakui pada diri sendiri dan pasangan bahwa hubungan yang dijalani itu *toxic* maka akan sangat berpotensi untuk berdampak pada kesehatan mental diri sendiri dan pasangan.
- 3) Mengakhiri, bila sudah berani untuk mengakui hubungan yang dijalani itu *toxic* maka seorang individu harus berani mengakhiri. Mengakhiri yang dimaksud disini adalah berani mengambil keputusan yang dianggap paling baik untuk kedepannya.⁴¹

Namun setiap individu tentu memiliki pilihan masing-masing mau memperbaiki diri dan hubungannya yang *toxic* atau justru mengakhiri hubungannya. *Toxic relationship* ini menimbulkan konflik dalam hubungan berpacaran.

⁴¹ Nisa, S., & Sedjo, P. *Konflik pacaran jarak jauh pada individu dewasa muda*. Jurnal Psikologi, Vol. III, 2011, hlm. 23, <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/229>, (Diakses pada Tanggal 21 April 2021).

Secara disadari maupun tidaknya sebenarnya *toxic relationship* ini sangat memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental seseorang. Semakin lama berada dalam suatu hubungan yang *toxic* maka akan semakin besar kemungkinan seseorang akan mengalami stress, depresi, dan gangguan kecemasan. Cinta memberikan berbagai dampak dari positif hingga negatif. Ketika kebutuhan antar pasangan terpenuhi, maka cenderung memberikan dampak yang positif bahkan membantu pasangan untuk mengatasi permasalahan adaptifnya. Dalam keadaan lain, ketika kebutuhan akan cinta antar pasangan tidak terpenuhi, maka cenderung akan menimbulkan banyak permasalahan yang memberikan banyak dampak bagi fisik maupun dari psikologis.

4. Materi Dalam Penerapan Konseling Kelompok

1) Pengertian *Toxic Relationship*

Toxic relationship terdiri dari dua kata yakni *toxic* artinya racun dan *relationship* yang berarti keterhubungan. Dengan demikian *toxic relationship* merupakan hubungan antar individu atau kelompok yang meracuni, bersifat merusak dan membunuh. Oleh karena itu *toxic relationship* berarti hubungan yang merusak, tidak hanya merusak hubungan individunya sendiri tetapi juga antar individu yang lain.⁴²

⁴² Vuja Syafrianti Alhidayah, *Toxic*, E-jurnal sendratasik, Vol. 8 no. 3 Sero. C, Maret 2020, hlm. 55. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/sendratasik/article/download/108197/103233>. (Diakses pada Tanggal 27 Mei 2021).

Toxic relationship tampak sangat sehat dari sudut pandang orang luar, akan tetapi hubungan ini termasuk ke dalam hubungan yang tidak menyenangkan karena menyebabkan seseorang merasa lebih buruk. Ciri-ciri *toxic relationship* antara lain kemarahan, ketidakbahagiaan, frustrasi, dan gangguan yang ditunjukkan pada pasangannya, serta ada kecemburuan yang berlebihan, keegoisan, tidak adanya kejujuran, sikap merendahkan, memberi komentar atau mengkritik negatif, dan adanya rasa tidak aman dalam menjalani hubungan.⁴³

Toxic relationship bisa terjadi pada setiap orang. Hubungan tidak lagi saling menguntungkan malah kepada saling merugikan. Tidak jarang dalam hubungan yang tidak sehat ini sering memicu sikap *insecure* antar individu. Situasi seperti ini dapat membuat remaja pada umumnya merasa depresi yang berlebihan, sehingga memicu adanya gangguan mental.

2) Ciri-Ciri *Toxic Relationship*

Toxic relationship membuat orang-orang didalamnya merasa terpenjara, tidak berdaya dan merasa sering diabaikan. Individu yang terjebak dalam zona *toxic relationship* akan merasa tidak dapat menikmati saat-saat indah atau menjadi diri sendiri. Ada beberapa ciri umum *toxic relationship*, yaitu:

⁴³ Nurlaila Efendy, *Pendekatan Psikologi Positif Pada Toxic Relationship*, (Dipersentasikan Dalam seminar Mahasiswa Psikologi UNY, 20 Desember 2019), <https://www.uny.ac.id/berita/pendekatan-psikologi-positif-pada-toxic-relationship> (Diakses pada 23 Februari 2021).

- a) Terdapat kekerasan dan pelecehan baik fisik maupun mental dalam suatu hubungan
- b) Selalu meremehkan pasangannya
- c) Seseorang yang berada dalam toxic relationship merasa tidak aman jika pasangannya tidak ada didekatnya. Serta khawatir dan curiga pada hal yang tidak perlu
- d) Tidak mau disalahkan
- e) Posesif
- f) Tidak ada kebahagiaan dalam suatu hubungan, sebaliknya merasa sedih, marah anxious dll
- g) Tidak mampu mengakhiri hubungan dengan pasangannya karena ada ancaman atau merasa masih menyayangnya walaupun hubungan itu memberikan dampak negatif.

3) Bentuk-bentuk *Toxic Relationship*

Bila dilihat dari bentuknya, *toxic relationship* ini sebenarnya memiliki 2 bentuk yaitu:

- a) Bentuk verbal

Bentuk kekerasan verbal itu terjadi ketika seseorang membentak orang lain atau pasangannya. Kekerasan verbal ini terjadi tidak hanya pada saat seseorang berteriak atau berbicara dengan nada yang tinggi tetapi dapat dilakukan dengan nada halus sekalipun. Kekerasan verbal ini terjadi ketika seseorang ingin menghancurkan karakter orang lain.

b) Bentuk fisik

Bentuk kekerasan fisik itu seperti kekerasan yang melibatkan kontak langsung dan dimaksudkan untuk menimbulkan perasaan intimidasi, cedera, atau penderitaan fisik lain atau kerusakan tubuh.⁴⁴

4) Faktor yang Mempengaruhi *Toxic Relationship*

Individu yang tergolong patologi atau tidak sehat, dan tidak bahagia terhadap dirinya sendiri dan orang lain itu dapat dianalisis atau dilihat dari *life script*. Seseorang tidak bisa serta-merta mengecap atau menjudge individu lain bahwa ia tumbuh dengan *parent ego* atau bahkan terlalu dominan *childish*. Hal itu tentu dikarenakan pada dasarnya *ego* itu bisa bergantung pada *life-script* yang dialami seorang individu semasa kecilnya hingga tumbuh dewasa. Dengan demikian ketika ingin memahami orang lain maka haruslah mengetahui *background* orang tersebut. Oleh karena itu untuk menganalisis perilaku atau *ego* yang muncul dari diri seseorang maka perlu menganalisisnya dengan melihat dan memahami *life-script* dengan tujuan memutuskan *toxic relationship*.

⁴⁴ Evendi, I, *Kekerasan Dalam Pacaran (Studi pada Siswa SMAN 4 Bombana)*, Jurnal Neo Societal, Vol. 3, No. 2, 2018, hlm. 389-399. <http://ojs.uho.ac.id/index.php/NeoSocietal/article/view/4026>. (Diakses pada Tanggal 21 April 2021).

Fenomena *toxic relationship* dapat dilihat dari pandangan teori *Transactional Analysis* dari Eric Berne. Filosofi manusia menurut Eric Berne sebagai seorang individu manusia memiliki 3 *ego state* diantaranya:

- a) *Parent ego*
- b) *Adult ego*
- c) *Child ego*⁴⁵

5) **Dampak *Toxic Relationship***

Ada beberapa dampak *toxic relationship* yang tidak baik untuk kesehatan, yaitu:

- a) Manipulasi emosional
- b) Kreativitas menurun
- c) Merusak harga diri
- d) Kehilangan jati diri
- e) Memburuk seiring waktu

⁴⁵ Niarti, R., Yuline, Y., & Astuti, I. Studitentang Status Egodalam Analisis Transaksional di Sekolah Menengah Pertama Negeri 24 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, vol. 7, <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdp/article/view/28118/0>. (Diakses pada Tanggal 21 April 2021).

Dampak toxic relationship meliputi dampak psikis, fisik, sosial, dan finansial sebagai berikut:

a) Dampak psikis

Toxic relationship dapat memberikan dampak berupa distorsi kognitif, sulit berkonsentrasi, cemas depresi, motivasi beraktivitas dan produktif berkurang.

b) Dampak fisik

Toxic relationship dapat berdampak pada luka ringan hingga berat, bahkan kematian.

c) Dampak sosial

Toxic relationship juga berdampak pada kehidupan sosial seseorang. Adanya perilaku posesif dalam suatu hubungan menciptakan batasan pada pergaulan yang lebih luas. *Toxic relationship* juga dapat menciptakan depensi atau ketergantungan pada seseorang. Akibatnya seseorang menjadi terbatas pergerakannya dan menghambat kesempatannya untuk berkembang.

d) Dampak finansial

Toxic relationship berdampak pada banyaknya pengeluaran pada aspek yang tidak *esensial*. Karena tidak adanya kekuatan untuk mengontrol peran dalam hubungan yang dijalani.

B. Penelitian Terdahulu

Melalui penelitian terdahulu, maka peneliti mengamati penelitian yang sudah ada, skripsi tersebut mirip dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti. Adapun skripsi tersebut adalah sebagai berikut:

1. Skripsi yang disusun oleh Vivi Riski Alviani, NIM: 1617101044, mahasiswi Program Studi Bimbingan Konseling Islam Tahun 2017 di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto yang berjudul *Upaya Resiliensi pada remaja dalam mengatasi toxic relationship yang terjadi dalam hubungan pacaran.*

Menurut penelitian beliau zona *toxic relationship* dapat memberikan dampak negatif pada perkembangan remaja serta berdampak pada kesehatan mental remaja. Karena *toxic relationship* merupakan hubungan yang berdasarkan pada adanya emosi negatif dari pasangannya seperti keegoisan, ketidaknyamanan, ketidakpercayaan, tekanan, menutup ruang gerak dalam bersosial dan mengembangkan potensi yang dimiliki, adanya rasa cemburu dan posesif yang berlebihan, menjadikan sebagai pelampiasan atas permasalahan yang dihadapi dan selalu menyalahkan,

dan bahkan mendapatkan ancaman jika tidak memenuhi semua keinginan dari pasangannya tersebut.⁴⁶

Berdasarkan hasil penelitian tersebut adapun persamaan antara peneliti adalah sama-sama meneliti tentang *toxic relationship*, sedangkan perbedaannya peneliti terdahulu melakukan penelitian dengan metode *resiliensi*, sedangkan peneliti melakukan penelitian dengan menggunakan metode konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.

2. Skripsi yang disusun oleh Dermila Yanti, NIM: 14 302 00029, mahasiswa Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Tahun 2018 di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidempuan yang berjudul “Penerapan Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Permasalahan Keagamaan Sholat Remaja Di Desa Patialo Kecamatan Kotanopan Kabupaten Madina. Peneliti mengumpulkan remaja sekaligus membagi remaja menjadi tiga kelompok, peneliti melaksanakan bimbingan kelompok kepada remaja 34 dengan memberikan materi tentang sholat, peneliti mengobservasi remaja sebelum dan setelah diterapkan bimbingan kelompok, peneliti melihat sejauh mana perubahan terhadap sholat remaja setelah diterapkan bimbingan kelompok.dan melihan perubahan sebelum dan setelah penerapan bimbingan kelompok”⁴⁷

⁴⁶ Vivi Riski alviani, *Upaya Resiliensi pada Remaja dalam Mengatasi Toxic relationship yang Terjadi dalam Hubungan Pacaran*, (Skripsi, IAIN Purwokerto, 2017), <http://repository.iainpurwokerto.ac.id/8716/>, (Diakses pada Tanggal 23 Februari 2021).

⁴⁷ Dermila Yanti, *Penerapan Bimbingan Kelompok dalam Mengatasi Permasalahan Keagamaan Sholat Remaja di Desa Patialo Kecamatan Kotanopan Kabupaten Madina*, (Skripsi,

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, adapun persamaan antara peneliti yaitu sama-sama meneliti masalah penerapan bimbingan kelompok. Perbedaannya yaitu penelitian ini dengan peneliti meneliti tentang penerapan bimbingan konseling kelompok terhadap remaja dalam memutuskan *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan. Adapun alasan peneliti memilih lokasi ini karena di Desa tersebut peneliti menemukan kasus *toxic relationship* di kalangan remaja. Selain itu masalah ini belum pernah diteliti. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2021 sampai dengan bulan September 2021.

B. Jenis Penelitian

Berdasarkan masalah yang diajukan dalam penelitian ini, jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan lapangan (*action research*). Penelitian ini menekankan kepada kegiatan (tindakan) dengan menguji cobakan suatu ide ke dalam suatu praktik atau situasi nyata, yang diharapkan mampu memperbaiki tingkah laku remaja.⁴⁸ Melakukan tindakan harus juga terlibat dalam proses penelitian dari awal tujuan penelitian ini adalah untuk memecahkan masalah yang terkait dengan kemampuan remaja untuk memutuskan *toxic relationship*. Empat hal yang harus dilakukan dalam proses penelitian tindakan yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi.

Karakteristik penelitian tindakan antara lain:

1. Problem yang diucapkan merupakan persoalan praktis yang dihadapi peneliti.

⁴⁸ Sukardi, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2003), hlm. 211.

2. Penelitian tindakan ini merupakan tindakan yang terencana untuk memecahkan permasalahan.
3. Langkah-langkah penelitian yang direncanakan selalu dalam bentuk siklus tingkatan atau daur yang memungkinkan terjadinya kerja kelompok atau kerja sendiri.
4. Adanya langkah berpikir reflektif atau *reflektif thinking* dari peneliti baik sesudah maupun sebelum tindakan. *Reflektif thinking* ini bertujuan untuk melakukan pengkajian ulang terhadap tindakan yang telah diberikan.⁴⁹

C. Informan Penelitian

Dalam memperoleh data atau informasi maka dibutuhkan suatu informan. Informan adalah orang yang diwawancarai, diminta informasi untuk mendapatkan data oleh peneliti. Informan penelitian adalah orang yang memberikan informasi tentang masalah atau informasi yang sebenarnya untuk memperoleh data dari informasi.

Penetapan unit analisis dilaksanakan secara *Purposive Sampling*. Subyek peneliti adalah sasaran penelitian dan dianggap relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. *Purposive sampling* adalah salah satu teknik dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian, seperti remaja yang mengalami beberapa kondisi psikologi seperti merasa tertekan, tidak mampu mengekspresikan diri, dan merasa rendah diri.

⁴⁹ Sukardi, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2003), hlm. 211.

Adapun informan dalam penelitian ini adalah sebanyak 19 orang yang berada di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur. 19 orang yaitu 8 orang remaja yang mengalami *toxic relationship*, 6 orang tua remaja, 2 teman sebaya remaja, 2 saudara remaja dan 1 kepala Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

D. Sumber Data

Yang dimaksud dengan sumber data dalam penelitian adalah subjek dari mana data dapat diperoleh.⁵⁰ Adapun sumber data dalam penelitian ini dibagi kepada dua jenis yaitu sebagai berikut:

1. Sumber Data primer

Data primer adalah data yang diperoleh peneliti secara langsung dari sumber asli dan berhubungan dengan permasalahan yang diteliti.⁵¹ Adapun sumber data primer yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah remaja yang berada dalam zona *toxic relationship* sebanyak 8 orang remaja, karena 8 orang ini adalah orang yang memiliki masalah yang menjadi fokus dalam penelitian.

2. Sumber Data Sekunder

Adapun data sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumentasi. Sumber data sekunder atau data pendukung dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh dari orangtua remaja, masyarakat, tokoh adat, buku-buku, serta dokumen yang dianggap relevan dengan

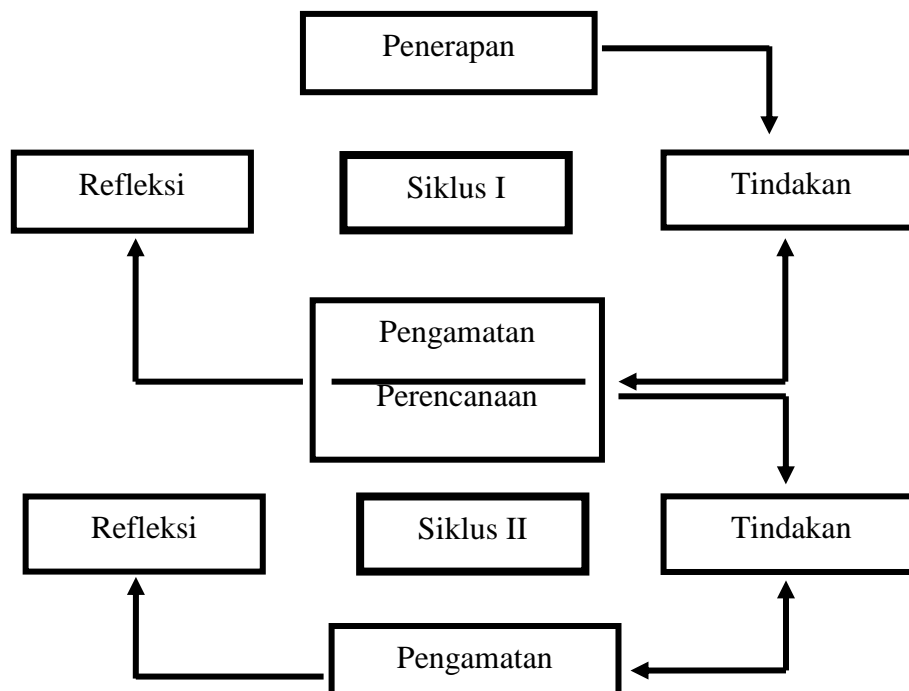
⁵⁰ Suharsimin Arikunto, *Manajemen Penelitian, cet ke VII*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2005), hlm. 129.

⁵¹ Ahmad Nizar Rangkuti, *Op. Cit.*, hlm. 155.

masalah yang sedang diteliti. Adapun informan dalam penelitian ini adalah orang tua remaja, teman remaja, saudara remaja dan kepala Desa Panompuan Jae.

E. Prosedur Penelitian

Kemmis dan Mc Taggart sebagaimana yang dikutip oleh Ahmad Nizar Rangkuti penelitian tindakan ini berlangsung dalam beberapa siklus, yang mana tiap siklus terdiri dari 4 (empat) tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Keempat tahapan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar: Desain Pelaksanaan PTL Menurut Stephan Kammis

Secara umum, prosedur atau langkah-langkah penelitian tindakan yang akan dilakukan sebagai berikut:

1. Prosedur Pelaksanaan Siklus I

Siklus satu dilakukan dengan dua kali pertemuan (tatap muka). Lokasi waktu tiap pertemuan, yaitu 2 jam. Adapun tahapan pada siklus I:

a. Tahap Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan peneliti yaitu:

- 1) Memberikan surat izin penelitian kepada kepala Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur
- 2) Melakukan observasi awal ketempat penelitian
- 3) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuannya kepada remaja
- 4) Mempersiapkan rencana/materi penerapan konseling kelompok melalui metode konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship*
- 5) Menetapkan jadwal pelaksanaan konseling kelompok. Remaja dipanggil untuk melaksanakan konseling kelompok dalam ruangan yang sudah dipersiapkan
- 6) Menjelaskan materi yang akan disampaikan kepada remaja

b. Tahap *Acting* (tindakan)

Tahap kedua adalah pelaksanaan, pelaksanaan kegiatan yaitu menerapkan apa yang telah direncanakan pada tahap I yaitu bertindak di lokasi penelitian. Langkah pelaksanaan adalah sebagai berikut:

- 1) Tahap pembentukan
 - a) Menerima secara terbuka anggota kelompok.

- b) Perkenalan peneliti dengan anggota kelompok.
 - c) Menjelaskan pengertian bimbingan kelompok.
 - d) Menjelaskan tujuan bimbingan kelompok.
 - e) Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok.
 - f) Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok.
- 2) Tahap peralihan
- a) Menjelaskan kembali bimbingan kelompok.
 - b) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
 - c) Mengamati apakah anggota kelompok menjalani kegiatan kelompok selanjutnya
 - d) Memberi contoh topik bahasan yang dikemukakan dalam kelompok.
- 3) Tahap kegiatan
- a) Membahas masalah remaja tentang *toxic relationship*
 - b) Memperkuat komitmen anggota kelompok.
- 4) Tahap pengakhiran
- a) Kesimpulan akhir sesuai dengan proses bimbingan kelompok.

c. Observasi

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

d. Refleksi

Refleksi adalah suatu jenis teknik konseling yang penting dalam hubungan konseling. Yaitu upaya untuk menangkap perasaan, pikiran dan pengalaman remaja, kemudian merefleksikan kepada remaja kembali. Setelah diadakan tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan layanan konseling kelompok tersebut. Jadi, jika 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 konseling kelompok pada siklus berikutnya.

2. Prosedur pelaksanaan siklus II

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 di tingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Adapun tahapan siklus II ini yaitu:

a. Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan dalam memberi nasehat terhadap remaja adalah sebagai berikut:

- 1) Melanjutkan materi konseling dan kelompok selanjutnya.
- 2) Peneliti melakukan observasi dari hasil pertemuan pertama.
- 3) Menjelaskan materi yang akan disampaikan kepada remaja.
- 4) Menyiapkan lembar observasi terhadap remaja.

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, serta menghubungkan materi dengan kehidupan sehari-hari.
- 2) Peneliti memberikan arahan atau masukan terhadap pemutusan *toxic relationship*.
- 3) Peneliti memberikan nasehat-nasehat atau bagaimana cara bergaul dengan remaja lainnya di lingkungan masyarakat.
- 4) Peneliti membuat remaja menjadi mampu untuk memutuskan *toxic relationship*.

c. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan rangkaian tindakan yang dihadapkan pada remaja. Observasi ini bertujuan untuk melihat keadaan remaja dalam mencapai keberhasilan

d. Refleksi

Setelah diadakan tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari konseling kelompok tersebut. Jadi, 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 metode bimbingan kelompok pada siklus berikutnya.⁵²

F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang dapat digunakan dalam pengumpulan data yang dibutuhkan dalam penyusunan skripsi sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi adalah penelitian yang mengharuskan peneliti turun ke lapangan untuk melihat dan mengamati hal-hal yang terjadi di lapangan seperti kegiatan, waktu, dan peristiwa. Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan secara sengaja, sistematis mengenai fenomena sosial dengan gejala-gejala untuk kemudian dilakukan pencatatan.⁵³ Adapun observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi partisipan. Observasi ini dilakukan dengan mengamati dan mencatat langsung bagaimana penerapan bimbingan konseling kelompok terhadap remaja yang mengalami *toxic relationship*.

⁵² Ahmad Nizar Rangkuti, *Op. Cit.*, hlm. 221-223.

⁵³ Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hlm. 63.

Dari pengertian ini penulis memahami bahwa instrument observasi ini dilakukan dengan tujuan untuk memudahkan peneliti dan melihat langsung bagaimana kondisi psikologis remaja yang mengalami *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan.

2. Wawancara

Suharsimi Arikunto berpendapat bahwa interview atau wawancara adalah: Sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara. Interview digunakan oleh peneliti untuk menilai keadaan seseorang, misalnya untuk mencari data tentang variabel latar belakang murid, orang tua, pendidikan, perhatian, sikap terhadap sesuatu.⁵⁴

Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis wawancara tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur adalah wawancara hanya membuat garis besar yang akan ditanyakan dengan melakukan serangkaian komunikasi atau tanya jawab langsung dengan sumber data.⁵⁵

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan atau karya seseorang tentang sesuatu yang sudah belalu. Dokumen tentang orang atau sekelompok orang, peristiwa, atau kejadian dalam situasi sosial yang sesuai dan terkait dengan

⁵⁴ Suharsimin Arikunto, *Manajemen Penelitian, cet. ke VII*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2005), hlm. 198.

⁵⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm.197.

fokus penelitian adalah sumber informasi yang sangat berguna dalam penelitian kualitatif. Dokumentasi itu dapat berbentuk teks tertulis, gambar, maupun foto.¹⁰

G. Teknik Analisis Data

Adapun teknik analisa data yang digunakan adalah teknik analisa data yang di kemukakan oleh Miles dan Huberman sebagaimana yang dikutip oleh Ahmad Nizar Rangkuti yaitu:

1. Reduksi data yaitu berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting untuk mencari data yang masih kurang dan mengesampingkan yang tidak relevan.
2. Penyajian data yaitu menampilkan data yang telah direduksi dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori dan sejenisnya.
3. Kesimpulan yaitu merangkum beberapa uraian-uraian yang mengandung suatu pengertian secara singkat dan padat.⁵⁶

H. Teknik Uji Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif diperlukan keabsahan data. Adapun teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai perbandingan.⁵⁷

¹⁰ Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Prenadamedia, Group 2016), hlm. 391.

⁵⁶ Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Padangsidempuan: Perdana Mulya Sarana, 2013), hlm. 156-158.

⁵⁷ Sugiyono, *Op. Cit.*, hlm. 178.

Triangulasi yang dilakukan peneliti dengan cara:

1. Membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara.
2. Membandingkan apa yang disampaikan remaja puber yang mengikuti bimbingan konseling kelompok.
3. Membandingkan hasil penelitian dengan fakta di lapangan.¹⁶

Setelah hasilnya diketahui yang harus dilakukan peneliti adalah membandingkan hasil yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian dengan fakta atau nyata yang terjadi di lapangan, untuk mengetahui apakah hasil penelitian sudah sesuai secara fakta atau nyata serta meningkatkan derajat keabsahan data peneliti.

¹⁶ Ahmad Nijar, *Op. Cit.*, hlm. 148.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum

1. Letak Geografis Desa Panompuan Kecamatan Angkola Timur

Penelitian ini berlokasi di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan. Daerah tersebut merupakan sebuah kecamatan yang berada di Provinsi Sumatera Utara yang berjarak 385 km dari kota Medan, sedangkan dari kota Padangsidimpuan ke Desa Panompuan Jae adalah berjarak 16 km. Tepatnya letak Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan berada dalam jalur lintas dan merupakan jalur utama yang menghubungkan pulau Sumatera dengan pulau Jawa. Luas wilayah Dusun Panompuan Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan 1.500 km²⁵⁸

Letak lokasi di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan secara geografis sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan ladang masyarakat.
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan ladang masyarakat.
- c. Sebelah Timur berbatasan dengan desa Aek Godang.
- d. Sebelah Barat berbatasan dengan desa Panompuan Tonga.⁵⁹

⁵⁸ Data Administrasi dan Peta Desa Panompuan Jae, 2020.

⁵⁹ Samsul Hasibuan, Kepala Desa, Wawancara, di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 03 Juli 2021.

2. Jumlah Penduduk Desa Panompson Jae

Jumlah penduduk di Desa Panompson Jae yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 647 orang sementara jumlah perempuan berjumlah 571 orang. Jadi, total untuk keseluruhan jumlah penduduk Desa Panompson Jae adalah 1.218 orang. jenis kelamin laki-laki mempunyai persentase paling tinggi, yaitu 647 jiwa.

Tabel 1.
Jumlah Penduduk Desa Panompson Jae

| No | Jenis Kelamin | Jumlah | Persentase |
|--------------|---------------|--------------|-------------|
| 1 | Laki-laki | 647 | 53,1% |
| 2 | Perempuan | 571 | 46,9% |
| Total | | 1.218 | 100% |

Sumber data: Kantor Kepala Desa Panompson Jae.

3. Keadaan Penduduk Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan merupakan salah satu hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Karena tanpa adanya pekerjaan yang tetap maka tidak akan dapat atau sulit untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Berdasarkan data yang diperoleh dari Kepala Desa Panompson Jae Kecamatan Angkola Timur Adapun mata pencaharian warga Desa Panompson Jae Kecamatan Angkola Timur adalah bertani dan berkebun. Masyarakat Desa Panompson Jae jika selesai panen padi di sawah mereka melanjutkan pekerjaannya dengan menanam tanaman

muda atau palawija, seperti cabai, kacang tanah, kacang panjang, jagung dan lain sebagainya.⁶⁰

4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Bila ditinjau dari tingkat pendidikan di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur dapat diketahui bahwa tingkat pendidikan mulai dari tingkat tamatan Sekolah Dasar (SD), Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP), Sekolah Lanjutan Tingkat Akhir (SLTA) dan Sarjana. Untuk lebih jelasnya berikut ini adalah jumlah penduduk Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur berdasarkan tingkat pendidikan yaitu :

Tabel 2.
Keadaan Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan
Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

| No | Tingkatan Pendidikan | Jumlah | Persentase |
|----|----------------------|--------|------------|
| 1 | Belum Sekolah | 174 | 14,3% |
| 2 | Tidak Tamat SD | 206 | 16,9% |
| 3 | SD | 206 | 16,9% |
| 4 | SLTP/SMP | 233 | 19,1% |
| 5 | SLTA/SMA | 289 | 23,7% |
| 6 | Sarjana | 105 | 8,6% |

⁶⁰ Samsul Hasibuan, Kepala Desa, Wawancara, di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, Pada Tanggal 03 Juli 2021.

| | | |
|---------------|--------------|-------------|
| Jumlah | 1.218 | 100% |
|---------------|--------------|-------------|

Sumber data: Kantor kepala Desa Panompuan Jae

Jumlah penduduk berdasarkan latar belakang pendidikan masyarakat Desa Panompuan Jae kebanyakan tingkat pendidikannya adalah SLTA yaitu sebanyak 289 jiwa orang (23,7%) dari jumlah penduduk. Oleh karena itu dapat dikategorikan masyarakat Desa Panompuan Jae adalah masyarakat yang sedang berkembang atau dalam tahap pendidikan.

5. Sarana Prasarana Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

a. Sarana Prasana sosial keagamaan

Sarana dan prasarana merupakan pendukung dalam proses pelaksanaan kegiatan bimbingan agama ataupun tempat beribadah masyarakat Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur. Masyarakat di Desa Panompuan Jae mayoritas Islam. Jadi untuk sarana masyarakat Desa Panompuan Jae untuk beribadah adalah Masjid.⁶¹

⁶¹ Samsul Hasibuan, Kepala Desa, Wawancara, di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 03 Juli 2021.

Tabel 3.
Sarana Prasarana
Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

| No | Fasilitas Ibadah | Jumlah |
|---------------|------------------|----------|
| 1 | Mesjid | 3 |
| 2 | Surau | 2 |
| Jumlah | | 5 |

Sumber data: Kantor Kepala Desa Panompuan Jae.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa sarana ibadah di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur dapat dikatakan cukup memadai.

b. Sarana Prasana Pendidikan

Tabel 4.
Sarana Prasarana
Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

| No | Fasilitas Ibadah | Jumlah |
|---------------|------------------|----------|
| 1 | SD | 1 |
| 2 | MDA | 1 |
| 2 | SMP | 1 |
| 4 | SMA | - |
| 5 | Perguruan tinggi | - |
| Jumlah | | 3 |

Sumber data: Kantor Kepala Desa Panompuan Jae.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa sarana pendidikan di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur belum dapat dikatakan cukup memadai.

B. Temuan Khusus

1. Kondisi Psikologis Remaja yang Mengalami *Toxic Relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

Tanpa disadari *toxic relationship* ini sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur. Semakin lama berada dalam suatu hubungan yang *toxic* maka akan semakin besar kemungkinan seseorang akan mengalami stress, depresi, dan gangguan kecemasan.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dapat diambil kesimpulan bahwa masalah psikologis yang dialami remaja yang terjebak di zona *toxic relationship* adalah sebagai berikut:

a. Merasa Tertekan

Alih-alih mendapatkan hubungan yang baik dari pertemanan atau pacaran tersebut, banyak dari remaja yang malah terjebak di zona *toxic relationship*. Hal tersebut dapat dilihat dari ketidakseimbangan antar individu yang berada dalam hubungan tersebut.

Toxic relationship tampak sangat sehat dari sudut pandang orang luar, akan tetapi hubungan ini termasuk ke dalam hubungan yang tidak menyenangkan dan menyebabkan seseorang merasa lebih buruk. Remaja yang terjebak di zona *toxic relationship* tidak

jarang memicu sikap *insecure* (rendah diri) antar individu. Situasi seperti ini juga dapat membuat remaja pada umumnya merasa depresi yang berlebihan, sehingga memicu adanya gangguan mental. Seperti yang dialami oleh remaja di Desa Panompuan Jae yaitu merasa tertekan dengan hubungan yang remaja tersebut jalani.

Sebagaimana wawancara peneliti dengan Murni selaku remaja yang berada di zona *toxic relationship*, yaitu:

“Saya takut jika putus dengan pasangan yang sekarang saya merasa kesepian dan tidak memiliki teman berbagi dalam tanda kutip pacar, karena saya sudah cukup memiliki ketergantungan terhadap pasangan. Jadi walaupun dalam hubungan yang saya alami saya sering merasa ketimpangan atau ketidak seimbangan, akan tetapi saya tetap berusaha mempertahankan hubungan ini karena memang mencintai pasangan saya”⁶²

Selanjutnya wawancara peneliti dengan Hamonangan selaku remaja yang berada di zona *toxic relationship*, yaitu:

“Saya merasa tidak nyaman dengan pertemanan yang saya jalani. Karena dari pertemanan tersebut saya tidak banyak mendapatkan hal positif dan tidak berkembang menjadi lebih baik, malah dari pertemanan tersebut saya maaf cakup tahu dan mengikuti video-video porno, kecanduan game online, begadang di lopo setiap malam, bahasa komunikasi yang tidak beretika. Saya sering merasa ingin keluar dari lingkaran pertemanan tersebut tapi saya tidak tahu caranya agar setelah keluar saya masih tetap berteman sebiasa mungkin dengan mereka tanpa mengikuti kebiasaan kebiasaan buruk mereka”⁶³

Berdasarkan wawancara di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa yang melatar belakangi penyebab perasaan tertekan yang dialami

⁶² Murni, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 06 Juli 2021.

⁶³ Hamonangan, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 06 Juli 2021.

remaja ialah perasaan yang timbul dari hubungan tidak sehat yang dijalani remaja itu sendiri. Misalnya takut menyudahi hubungan karena takut kesepian atau tidak punya teman lagi, alasan terlalu cinta. Hal tersebut menjadi alasan dasar para remaja untuk tetap mempertahankan *toxic relationship* yang remaja tersebut jalani.

Hal tersebut juga dibenarkan oleh Ibu Siti dan Ibu Bibah pada saat wawancara.

”Saya sering mendapatkan anak saya pulang larut malam, apalagi malam Minggu. Pernah sekali hampir jam tengah dua belas dia belum pulang ke rumah, saya khawatir dan mencarinya kemana-mana, rupanya dia sedang bermain dengan kawan-kawannya, dan itu membuat saya kesal, dan saya takut semakin lama anak saya akan terjerumus kepada perilaku yang akan mempermalukan saya nantinya.”⁶⁴

Selain wawancara peneliti juga melakukan observasi di lapangan. Berdasarkan observasi, remaja yang berada dalam zona *toxic relationship* khususnya yang memiliki masalah psikologis merasa tertekan, sering terlihat murung dan raut wajahnya sering berkerut tampak seperti banyak pikiran. Selain itu peneliti melihat pada saat remaja berinteraksi dengan pasangannya atau teman remaja tersebut terlihat tidak nyaman akan tetapi berusaha tetap memperlihatkan perasaan senang bersama pasangannya. Hal tersebut mengakibatkan remaja merasa tertekan karena tidak bisa menjadi diri sendiri pada saat bersama pasangannya atau temannya.⁶⁵

⁶⁴Siti, Bibah, Orang tua Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 08 Juli 2021.

⁶⁵ Observasi, di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, 06 Agustus 2021.

Secara disadari maupun tidak, sebenarnya *toxic relationship* ini sangat memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental seseorang. Semakin lama berada dalam suatu hubungan yang *toxic* maka akan semakin besar kemungkinan seseorang akan mengalami stress, depresi, dan gangguan kecemasan.

Sebagaimana wawancara peneliti dengan Anna selaku remaja yang berada di zona *toxic relationship*, yaitu:

“Saya merasa terganggu dan tidak jarang merasa stres ketika pacar saya membuat saya jauh dari teman-teman saya. Bisa dikatakan saya tidak memiliki banyak teman setelah saya berpacaran dengan pacar saya. Hal tersebut terjadi karena pacar saya selalu meminta saya menghabiskan semua waktu saya dengannya. Hal tersebut membuat saya merasa tergantung pada pacar saya untuk masalah pertemanan dan cinta. Saya tidak jarang meminta pacar saya untuk memperbaiki hubungan kami tapi sampai saat ini saya merasa yang saya jalani tetap *toxic relationship*.”⁶⁶

Selanjutnya wawancara peneliti dengan Minta Ito selaku remaja yang berada di zona *toxic relationship*, yaitu:

“Pacar saya memiliki sikap *possessiveness* (rasa cemburu yang berlebihan), saya cukup terganggu dengan sikap pacar tersebut. Tetapi meski sikap pacar saya sering membuat saya stres, saya tetap berusaha memahami pacar saya karena saya mencintainya”⁶⁷

Selanjutnya wawancara dengan Ibu Hayati, ibu Hana dan ibu Sarifah selaku orang tua remaja yang mengalami *toxic relationship* bahwa:

“Saya sering mendapati anak saya berbohong kepada saya untuk menutupi hubungan yang ia jalani, misal berbohong

⁶⁶Anna, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 04 Juli 2021.

⁶⁷Minta Ito, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 06 Juli 2021.

izin pergi bersama teman sejenisnya tapi nyatanya pergi dengan pacarnya. Saya khawatir dengan hubungan yang dijalani anak saya, karena menurut saya apabila laki-laki tersebut serius dengan putri saya maka ia akan terang-terangan meminta izin datang ke rumah. Saya takut semakin lama anak saya akan terjerumus kepada perilaku yang akan merusak dirinya nantinya. Diluar itu saya juga sering mendapati anak saya merasa tertekan dan stress tidak jelas setelah pergi dengan pacarnya.⁶⁸

Selanjutnya wawancara peneliti dengan Annisa selaku teman sebaya dari Minta Ito, yaitu:

“Teman saya sering curhat kepada saya tentang hubungannya dengan pacarnya. Tidak jarang dia stres hanya karena masalah sepele yang dianggap besar oleh pacarnya. Saya sering memberi saran untuk menyudahi hubungannya dan mencoba dengan orang baru, tapi sampai saat ini teman saya tetap bersikeras untuk tetap bersama pasangan *toxicnya* yang sekarang.”⁶⁹

Selanjutnya wawancara peneliti dengan Rahmi selaku saudara dari Anna, yaitu:

“Dia sering mengomel di depan layar hp nya karena kesal dengan pasangannya, tetapi dia jarang memberitahu pasangannya tentang rasa kesalnya karena takut pasangannya marah padanya. Jadi dia sering memendam emosinya hanya untuk hubungannya tidak jelasnya. Tidak jarang dia terlihat begitu tertekan dan stres.”⁷⁰

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan remaja, orang tua remaja, teman dan saudara remaja peneliti dapat menyimpulkan remaja terjebak dipemahaman remaja tentang cinta itu sendiri. Karena cinta memberikan berbagai dampak dari positif hingga negatif. Ketika

⁶⁸ Hayati, Hana, Dkk, Orang tua Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 08 Juli 2021.

⁶⁹ Annisa, Teman Sebaya Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 06 Juli 2021.

⁷⁰ Rahmi, Saudara Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 06 Juli 2021.

kebutuhan akan cinta tidak terpenuhi, maka cenderung akan menimbulkan banyak permasalahan yang memberikan banyak dampak bagi fisik maupun dari psikologis. sama seperti yang remaja Anna dan Minta Ito rasakan.

Berdasarkan observasi peneliti remaja yang berada dalam zona *toxic relationship* khususnya yang memiliki masalah kondisi psikologis merasa stres sering terlihat tidak fokus dengan sekitarnya, dan tidak banyak berinteraksi dengan teman-teman sebayanya. Hal tersebut diakibatkan karena remaja terfokus pada pasangan dan masalah hubungannya.⁷¹

b. Tidak Mampu Mengekspresikan Diri

Pada usia ini, remaja menghabiskan waktu 2 kali lebih banyak dengan teman sebaya daripada dengan orang tuanya. Bagi remaja, hubungan teman sebaya merupakan bagian yang paling besar dalam kehidupannya, oleh karena itu di usia ini banyak dari remaja berusaha mencari teman atau pasangan untuk memenuhi hal tersebut.

Dalam menjalani hubungan, baik dalam pertemanan, hubungan pasangan harus didasari dari interaksi dua arah. Harus ada keseimbangan. Jika tidak, maka akan ada pihak yang 'diuntungkan' dan pihak yang 'dirugikan'. Remaja yang berada di zona *toxic relationship* akan selalu merasa dirugikan terlebih jika pasangan dari remaja tersebut lebih

⁷¹ Observasi, di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, 06 Agustus 2021.

mendominasi. Tidak jarang karena hal tersebut korban dari *toxic relationship* banyak yang tidak mampu mengekspresikan diri. Seperti yang dirasakan oleh beberapa remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.

Sebagaimana wawancara peneliti dengan Nurlaila dan Juhria Hasibuan selaku remaja yang berada dalam *toxic relationship*, yaitu:

”Saya lebih merasa baik-baik saja dengan hubungan yang saya jalani, hanya saja di beberapa kesempatan saya merasa terkekang menjalani hubungan tersebut. Saya merasa sering didominasi oleh pasangan saya tapi saya merasa tidak masalah dengan hal itu, karena yang saya rasa dalam menjalani hubungan itu harus saling melengkapi dan memaklumi. Tapi tidak jarang karena hal tersebut saya sering dikatai bodoh oleh teman-teman saya karena mereka merasa saya terlalu naif untuk mengatakan itu karena cinta mereka lebih dominan mengatakan pasangan saya memanfaatkan saya dengan sadar dan terencana.”⁷²

Selanjutnya wawancara peneliti dengan Asri selaku remaja yang berada dalam *toxic relationship*, yaitu:

“Saya merasa saling melengkapi dalam dunia pertemanan merupakan hal yang wajar. Saya termasuk pada golongan *people plesuer* (tidak enakan), karena hal tersebut tidak jarang teman-teman saya malah memanfaatkan saya.”⁷³

Selanjutnya wawancara peneliti dengan Mufti selaku teman sebaya remaja Asri, yaitu:

“Dia sering lebih mementingkan perasaan orang lain daripada perasaannya sendiri. Sering merasa tidak enakan karena takut

⁷² Nurlaila, Juhria, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 04 Juli 2021.

⁷³ Asri, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 04 Juli 2021.

membuat temannya sakit hati tapi lupa kalo sering dia dibuat sakit hati”⁷⁴

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan peneliti dapat menyimpulkan bahwa, di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur ada beberapa remaja yang tidak menyadari mereka sedang berada di zona *toxic relationship* karena alasan cinta semata. Sebagian dari remaja juga menyadari terjebak di zona *toxic relationship* tapi tidak tahu cara keluar dan tidak mampu memutuskan *toxic relationship* yang sedang mereka alami.

Hal tersebut juga dibenarkan oleh bapak Samsul selaku kepala Desa Panompaun Jae pada saat wawancara

“Saya sering mendapati remaja laki-laki di Desa ini sering keluar pada malam hari. Tidak jarang sampai dengan pukul 12 malam belum pulang ke rumah masing-masing. Menurut saya hal tersebut tidak selayaknya dibudidayakan, karena akan banyak dampak negatif. Banyak dari remaja tersebut hanya terikut-ikut dengan temannya yang lain. Saya tidak sekali dua kali menghimbau kepada remaja tersebut untuk pulang seminimalnya pukul 0.00 WIB tapi masih banyak belum dilaksanakan oleh mereka. Saya rasa itu termasuk *toxic relationship* karena sebagian dari remaja tersebut hanya takut dikatai cupu atau stigma-stigma lainnya oleh teman-temannya.”⁷⁵

Dari hasil observasi peneliti remaja yang tidak mampu mengekspresikan dirinya itu karena adanya ketimpangan dalam hubungan yang remaja tersebut jalani, tidak mampu memberi pendapat karena tidak ada ruang untuk diskusi, tidak ingin mengambil resiko awal

⁷⁴ Mufti, Teman Sebaya , Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 07 Juli 2021.

⁷⁵ Samsul Hasibuan, Kepala Desa, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 08 Juli 2021.

sebuah perpisahan. contoh dari lapangan ketika Juhria bersama dengan pasangannya ia lebih memilih menuruti apa yang pasangannya katakan, meskipun sebenarnya Juhria tidak menyukai hal tersebut.⁷⁶

c. Merasa Rendah Diri

Masa remaja adalah masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan meliputi segala segi kehidupan manusia, yakni jasmani, rohani, pikiran, perasaan dan sosial. Remaja tidak mempunyai posisi yang jelas ia tidak termasuk golongan anak-anak dan tidak termasuk anak dewasa.

Seperti wawancara peneliti dengan Juwita selaku remaja yang berada dalam *toxic relationship*, yaitu:

“Saya sering merasa insecure, karena merasa tidak mampu menyeimbangi pasangan saya. karena hal tersebut saya lebih memilih memahami semua sikap *possesivness* (Cemburu yang berlebihan), kekangan dan kontrol dari pacar saya sebagai sikap biasa karena dia mencintai saya.”⁷⁷

Selanjutnya wawancara peneliti dengan vinni selaku saudara remaja yang berada dalam *toxic relationship*, yaitu:

“Kakak saya pernah curhat kepada saya tentang hubungannya. Ia sering merasa insecure dan tidak pantas untuk pasangannya. Ia sering merasa seperti hanya beban dihubungannya. karena perasaan tersebut kakak saya sering menarik diri dari lingkaran pertemanan pasangannya.”⁷⁸

⁷⁶ Observasi, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, Pada Tanggal 07 Agustus 2021.

⁷⁷juwita, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 06 Juli 2021.

⁷⁸ Vinni, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 07 Juli 2021.

Dari wawancara di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa remaja tidak memiliki konsep diri sehingga mudah dimanipulasi oleh pasangannya. Ia merasa tidak masalah dengan perlakuan pasangannya dan tidak menunjukkan ada perlawanan.

Berdasarkan observasi, remaja dengan kondisi psikologis merasa rendah diri dapat dilihat dari interaksi antara remaja dengan pasangannya. Contoh remaja Juwita merasa *insecure* karena merasa tidak setara dengan pasangannya. Karena hal tersebut Juwita sering menarik diri dari lingkaran pertemanan yang melibatkan pasangannya, karena takut dinilai tidak sepadan dengan pasangannya.⁷⁹

Untuk itu dalam hal ini maka peneliti berencana untuk melakukan tindakan-tindakan untuk dapat memberikan perubahan pada remaja agar mampu memutuskan *toxic relationship*. Dalam penelitian ini peneliti sudah menyiapkan materi yang akan disampaikan kepada remaja dengan dua siklus dengan empat kali pertemuan. Pertemuan dilakukan sebanyak dua kali pada setiap siklus.

2. Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

Setelah peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan remaja dan orang tua remaja yang sedang menjalani *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, peneliti berusaha untuk menerapkan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* yang

⁷⁹ Observasi, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, Pada Tanggal 07 Agustus 2021.

sedang dialami oleh para remaja. Berikut Kondisi Psikologis remaja yang mengalami *toxic relationship* sebelum dilaksanakan penerapan konseling kelompok.

Tabel 5.
Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami *Toxic Relationship* Sebelum Dilaksanakan Penerapan Koseling Kelompok

| NO | Nama Remaja | Kondisi Psikologis | | | | | |
|---------------|-------------|--------------------|-------|----------------------------------|-------|--------------------|-------|
| | | Merasa tertekan | | Tidak mampu mengekspresikan diri | | Merasa rendah diri | |
| | | Iya | Tidak | Tidak mampu | Mampu | Iya | Tidak |
| 1 | Anna | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 2 | Asri | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 3 | Hamonangan | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 4 | Juhriah | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 5 | Juwita | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 6 | Minta Ito | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 7 | Murni | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 8 | Nurlaila | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| Jumlah | | 8 orang | | | | | |
| % | | 100% | | | | | |

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi awal untuk mengetahui kondisi psikologis remaja yang berada di zona *toxic relationship*.

a. Siklus I Pertemuan ke-1 (Materi Pengenalan *Toxic Relationship* Dan Bentuk-Bentuk *Toxic Relationship*)

Sebelum dilaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan wawancara dengan remaja yang berada dalam hubungan

beracun (*toxic relationship*) di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur. Dengan tujuan untuk mengetahui informasi atau kondisi remaja yang berada dalam *toxic relationship*. Setelah memperoleh data peneliti berinisiatif akan membantu remaja paham dan mampu dalam memutuskan *toxic relationship* yang sedang remaja alami. Oleh karena itu peneliti terlebih dahulu memberikan materi-materi yang akan disampaikan kepada remaja agar remaja paham ketika pelaksanaan konseling kelompok.

1) Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan peneliti yaitu:

- a) Peneliti melakukan observasi awal di tempat penelitian.
- b) Peneliti mengumpulkan remaja.
- c) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kepada remaja.
- d) Mempersiapkan rencana pelaksanaan bimbingan melalui penerapan konseling kelompok terhadap remaja yang tidak mampu keluar dari zona *toxic relationship*.
- e) Menjelaskan materi-materi yang akan dilaksanakan, yaitu informasi pengenalan *toxic relationship* dan bentuk-bentuk *toxic relationship* melalui teknik-teknik konseling kelompok.
- f) Menyiapkan perencanaan observasi kepada remaja yang mengikuti kegiatan konseling kelompok tentang *toxic relationship*.

g) Melakukan kesepakatan pertemuan peneliti dengan remaja yang berada di zona *toxic relationship* untuk melakukan konseling kelompok.

2) Tindakan

Peneliti melaksanakan bimbingan dengan cara memberikan materi yang telah dirancang atau disusun. Pada siklus I pertemuan I yang dilaksanakan pada tanggal 3 Juli 2021, waktu yang digunakan 1 jam 30 menit pada saat setelah melaksanakan kegiatan keagamaan wirid yasin mingguan NNB (Naposo Nauli Bulung) Panompuan Jae dengan materi yang akan disampaikan yaitu informasi pengenalan *toxic relationship* dan bentuk-bentuk *toxic relationship*. Materi disampaikan melalui kegiatan konseling kelompok.

Setelah perencanaan disusun maka langkah selanjutnya adalah melakukan perencanaan tersebut dalam bentuk tindakan-tindakan nyata, tindakan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- a) Peneliti membangun hubungan dengan remaja, mengajak remaja berbicara dengan mengawali menanyakan kabar dan bersikap *attending*, yaitu perilaku menghampiri klien, bahasa tubuh dan bahasa lisan.
- b) Peneliti mulai memberikan pertanyaan mengenai *toxic relationship* yang dirasakan atau dijalani oleh remaja.
- c) Peneliti mulai menanyakan masalah yang dialami oleh remaja.

- d) Peneliti memberikan materi tentang informasi pengenalan *toxic relationship* dan bentuk-bentuk *toxic relationship* melalui pelaksanaan penerapan konseling kelompok.
- e) Selanjutnya membuat kesepakatan untuk kontrak atau pertemuan berikutnya.

3) Observasi

Observasi ini bertujuan untuk melakukan pengamatan pada remaja disaat proses pemberian materi tentang informasi pengenalan *toxic relationship* dan bentuk-bentuk *toxic relationship*. Pada siklus I tahap ke-1 yang dilakukan, dengan mengamati sejauh mana remaja yang hasilnya remaja belum memahami penjelasan peneliti.

Adapun masalah yang dialami oleh remaja yaitu: ketidakpahaman remaja mengenai hubungan yang remaja jalani, ketakutan dalam mengakhiri hubungan *toxic* tersebut. Masalah remaja ini pada tahap awal sama-sama berdiskusi untuk menyelesaikannya, namun penyelesaian masalah yang remaja sampaikan tidak terarah dan bahkan tidak ditemukan secara jelas penyelesaiannya, sehingga peneliti mengarahkan penyelesaian masalah yang dialami remaja.

4) Refleksi

Refleksi adalah suatu jenis teknik konseling yang penting dalam hubungan konseling. Yaitu upaya untuk menangkap

perasaan, pikiran dan pengalaman remaja, kemudian merefleksikan kepada remaja kembali. Beberapa hal yang perlu direflesikan adalah dengan adanya perubahan terhadap perilaku remaja dengan diadakannya konseling kelompok setelah tindakan, observasi dilaksanakan maka langkah selanjutnya melakukan refleksi.

Untuk mencari persentasi dalam perubahan perilaku remaja dalam mengikuti kegiatan keagamaan dengan memakai rumus sebagai berikut:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{hasil}}{\text{jumlah informan}} \times 100 \%$$

Adapun hasil observasi pada siklus I pertemuan ke II dilihat setelah satu minggu dilakukannya tindakan bimbingan konseling kelompok terhadap remaja sebagai berikut:

Tabel 6.
Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami *Toxic Relationship*
Setelah Dilakok Penerapan Konseling Kelompok
Pada Siklus I Pertemuan Ke-1

| NO | Nama Remaja | Kondisi Psikologis | | | | | |
|---------------|-------------|--------------------|-------|---------------------------------|-------|--------------------|-------|
| | | Merasa tertekan | | Tidak mampu mengekpresikan diri | | Merasa rendah diri | |
| | | Iya | Tidak | Tidak mampu | mampu | Iya | Tidak |
| 1 | Anna | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 2 | Asri | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 3 | Hamonangan | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 4 | Juhriah | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 5 | Juwita | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 6 | Minta Ito | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 7 | Murni | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 8 | Nurlaila | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| Jumlah | | 8 orang | | | | | |

| | |
|---|-------------|
| % | 100% |
|---|-------------|

Berdasarkan table di atas dapat diketahui bahwa hasil penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja, siklus I pertemuan I berjumlah 8 orang dengan 100% (tidak ada yang berubah pada siklus I pertemuan I). Oleh karena itu dalam memahami penjelasan atau materi yang disampaikan peneliti belum terlihat perubahan yang signifikan.

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa remaja masih mengalami hambatan dan kesulitan dalam memutuskan *toxic relationship*, hal tersebut terjadi karena remaja masih bingung dengan materi yang diberikan peneliti sehingga belum ada perubahan pada diri remaja.

Untuk hasil tindakan maka perlu dilakukan rencana dalam memperbaiki kesalahan-kesalahan pada siklus I pertemuan ke-1 diantaranya yaitu :

- 1) Peneliti harus mampu membuat remaja lebih tertarik dalam pemberian materi, dengan cara mengungkit kembali masalah-masalah yang ada menjadi lebih sederhana, sehingga mudah dipahami oleh remaja, menjadi lebih mendengarkan materi yang diberikan oleh peneliti kepada remaja.
- 2) Peneliti harus mampu memberikan perhatian kepada remaja ketika peneliti memberikan materi.

- 3) Peneliti harus mampu memberikan contoh, agar remaja lebih mudah memahami dan mengingat materi yang disampaikan sehingga memudahkan remaja dalam memahami materi.
- 4) Sebelum pertemuan selanjutnya peneliti memberikan materi yang akan disampaikan pada pertemuan berikutnya agar remaja dapat merubah perilakunya, perilaku menjadi lebih baik lagi daripada pertemuan sebelumnya.

b. Siklus I Pertemuan ke-II (Materi Tentang Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Toxic Relationship*)

Siklus I pertemuan ke-II ini merupakan lanjutan dari siklus I pertemuan ke-I. Dalam hal ini peneliti melanjutkan penelitian pada pertemuan kedua sebagai akhir dari siklus pertama, dengan membuat perencanaan pertemuan ke-II ini sebagai berikut:

1) Perencanaan

Perencanaan pada pertemuan kedua untuk memberikan materi terhadap remaja yang tidak mampu memutuskan *toxic relationship* sebagai berikut :

- a) Membuat perencanaan pelaksanaan bimbingan melalui penerapan konseling kelompok pada remaja yang tidak mampu memutuskan *toxic relationship* sesuai dengan materi yang akan disampaikan.

- b) Penumbuhan sikap saling mempercayai dan saling menerima dengan meluangkan waktu untuk saling bercerita tentang masalah yang di hadapi oleh masing-masing remaja.
 - c) Menjelaskan materi yang telah dipersiapkan peneliti.
 - d) Lebih mengefektifkan pemantauan terhadap materi yang akan disampaikan dan pembimbing intensif dan merata kepada remaja dengan cara memberikan bimbingan terhadap kesulitan yang dihadapi oleh remaja. Kemudian lebih menekankan remaja bertanya mengenai materi yang kurang paham dan peneliti menjelaskannya kembali.
 - e) Menyimpulkan hasil observasi kepada remaja.
- 2) Tindakan

Dari perencanaan yang telah dibuat, maka dilakukan tindakan pada tanggal 10 Juli 2021, waktu yang digunakan 1 jam 30 menit pada saat setelah melaksanakan kegiatan keagamaan wiris yasin mingguan NNB (Naposo Nauli Bulung) Panompuan Jae.

Adapun tindakan yang dilakukan pada pertemuan kedua adalah sebagai berikut:

- a) Membuka pertemuan dengan membaca doa bersama remaja.
- b) Melaksanakan kegiatan konseling kelompok dalam mengatasi *toxic relationship* yang dialami oleh remaja.
- c) Peneliti menggali kembali masalah remaja dengan menanyakan hal tentang permasalahan yang dialami dengan lebih dalam lagi.

Setelah mengetahui bahwa masalah remaja yang tidak mengetahui penyebab dan bentuk-bentuk *toxic relationship*.

- d) Kemudian peneliti langsung memberikan materi yang sudah dipersiapkan yang sesuai dengan masalah yang dialami remaja. Yaitu materi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *toxic relationship* pada remaja yang tidak mampu memutuskan *toxic relationship*, sehingga nantinya remaja mampu memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *toxic relationship*.
- e) Menanyakan hambatan-hambatan yang dialami oleh remaja dalam memutuskan *toxic relationship* yang sedang remaja alami.
- f) Membantu remaja dengan memberikan solusi dan arahan.
- g) Menyampaikan kesimpulan dari hasil pertemuan kepada remaja.

3) Observasi

Berdasarkan tindakan yang dilakukan pada pertemuan kedua oleh peneliti, peneliti melakukan kembali pengamatan kondisi psikologis remaja yang tidak mampu memutuskan *toxic relationship*.

Berdasarkan observasi menunjukkan bahwa remaja mengalami perubahan sikap dari sebelumnya. Ini sudah mulai terlihat bahwa remaja sudah memahami materi yang disampaikan peneliti, dan remaja mulai memahami tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *toxic relationship*. Remaja juga menyadari bahwa bahaya *toxic relationship* tersebut, dapat merugikan diri sendiri dan orang lain, seperti, terjadinya depresi sampai gangguan mental.

4) Refleksi

Setelah tindakan, observasi telah dilaksanakan maka langkah selanjutnya adalah melakukan refleksi. Refleksi yang dilakukan adalah adanya perubahan yang telah dilakukan remaja setelah dilakukannya konseling kelompok. Berdasarkan hasil yang diberikan pada siklus I pertemuan II setelah dilakukannya konseling kelompok adalah sebagai berikut:

Tabel 7.
Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami *Toxic Relationship*
Setelah Dilakukan Penerapan Konseling Kelompok
Pada Siklus I Pertemuan Ke-II

| NO | Nama Remaja | Kondisi Psikologis | | | | | |
|---------------|-------------|--------------------|-------|----------------------------------|-------|--------------------|-------|
| | | Merasa tertekan | | Tidak mampu mengekspresikan diri | | Merasa rendah diri | |
| | | Iya | Tidak | Tidak mampu | Mampu | Iya | Tidak |
| 1 | Anna | ✓ | - | - | ✓ | ✓ | - |
| 2 | Asri | - | ✓ | - | ✓ | ✓ | - |
| 3 | Hamonangan | - | ✓ | - | ✓ | ✓ | - |
| 4 | Juhriah | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 5 | Juwita | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 6 | Minta Ito | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 7 | Murni | ✓ | - | ✓ | - | ✓ | - |
| 8 | Nurlaila | ✓ | - | ✓ | - | - | ✓ |
| Jumlah | | 6 | 2 | 5 | 3 | 7 | 1 |
| | | Orang | Orang | Orang | Orang | Orang | Orang |
| % | | 75% | 25% | 62,5% | 37,5% | 87,5% | 12,5% |

Berdasarkan table di atas dapat diketahui hasil penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada

remaja, pada siklus I pertemuan ke-II yang peneliti lakukan, dapat dilihat remaja yang merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani sebanyak 6 orang (75%), remaja yang tidak merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani sebanyak 2 orang dengan keberhasilan (25%), remaja yang tidak mampu mengekspresikan diri sebanyak 5 orang (62,5%), remaja yang mampu mengekspresikan diri sebanyak 3 orang dengan keberhasilan (37,5%), remaja yang merasa rendah diri sebanyak 7 orang (87,5%), remaja yang tidak merasa rendah diri sebanyak 1 orang dengan keberhasilan (12,5%).

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa adanya perubahan pada remaja setelah diterapkan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship*, karena sudah tumbuh kepercayaan dan keterbukaan antar anggota kelompok dan peneliti.

Untuk hasil tindakan maka perlu dilakukan rencana untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan pada siklus I pertemuan ke II diantaranya yaitu:

- 1) Remaja harus dapat lebih tertarik dalam pemberian bimbingan, dengan cara mengungkit kembali masalah-masalah yang ada menjadi lebih sederhana, sehingga mudah dipahami oleh remaja, menjadi lebih sangat dalam mendengarkan pemberian nasehat yang diberikan oleh peneliti kepada remaja.

- 2) Remaja harus dapat memberikan perhatian kepada diri sendiri ketika peneliti atau teman yang lain memberikan bimbingan atau nasehat.
- 3) Peneliti harus dapat memberikan contoh, agar remaja lebih mudah memahami dan mengingat nasehat yang disampaikan peneliti sehingga memudahkan remaja dalam menyelesaikan masalahnya.
- 4) Sebelum pertemuan selanjutnya peneliti memberikan materi yang akan disampaikan pada pertemuan berikutnya agar remaja memberikan bimbingan untuk bisa merubah perilaku remaja menjadi lebih baik lagi daripada pemberian bimbingan sebelumnya.

c. Siklus II Pertemuan ke-I (Materi Tentang Dampak Dari *Toxic Relationship*)

Masalah pada siklus I diusahakan untuk meminimalisir masalah pada siklus II dan semua keberhasilan pada siklus I akan diusahakan untuk terus ditingkatkan perubahan perilaku pada siklus II.

1) Perencanaan

Menyusun rencana pelaksanaan bimbingan mengenai materi yang disampaikan yaitu dampak *toxic relationship* dan dengan menerapkan teknik-teknik konseling kelompok pada siklus II pertemuan I ini, yaitu :

- a) Sebelum proses pemberian materi dimulai terlebih dahulu peneliti membuat remaja lebih semangat untuk mendengarkan penjelasan dan pemberian materi dengan bermain game bersama remaja agar tidak merasa bosan dan jenuh.
- b) Peneliti memberikan nasehat dan memberikan contoh perilaku yang baik, setelah itu memberikan materi yang akan disampaikan.
- c) Peneliti lebih menegaskan dalam pemberian materi dengan cara memberikan bimbingan terhadap kesulitan dalam kondisi psikologi yang dialami oleh remaja.
- d) Peneliti memberikan kesempatan remaja untuk bertanya dan memberi jawaban atas pertanyaan tersebut.
- e) Peneliti membantu remaja dengan memberikan solusi dan arahan.
- f) Peneliti menyimpulkan dan menyampaikan hasil pertemuan dengan remaja.

2) Tindakan

Tindakan pada siklus II pertemuan I dilaksanakan pada tanggal 17 Juli 2021. Peneliti melaksanakan pemberian materi berdasarkan perencanaan yang telah disusun dan tidak jauh berbeda dengan siklus I, dengan alokasi waktu 1 jam 30 menit

pada saat setelah melaksanakan kegiatan keagamaan wirid yasin mingguan NNB (Naposi Nauli Bulung) di desa Panompuan jae.

Berdasarkan perencanaan yang telah dibuat maka dilakukan tindakan kepada remaja sebagai berikut:

- a) Membuka pertemuan dengan membaca doa.
- b) Menggali kembali masalah remaja secara mendalam.
- c) Peneliti menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling kelompok sebelumnya.
- d) Memberikan materi tentang dampak *toxic relationship*.
- e) Melakukan wawancara dengan remaja mengenai materi yang peneliti sampaikan kepada remaja, untuk mengetahui apakah ada perubahan yang dirasakan oleh remaja.
- f) Menanyakan faktor penghambat kepada remaja dalam memutuskan *toxic relationship*.
- g) Menyimpulkan hasil pertemuan.

3) Observasi

Berdasarkan tindakan yang dilakukan pada siklus II pertemuan I, peneliti kembali memberikan materi sebagaimana dilakukan seperti biasa. Perubahan perilaku remaja dalam proses pemberian bimbingan yang disampaikan mulai menunjukkan respon positif dan sudah memperlihatkan perubahan terkait kondisi psikologis remaja. Serta remaja yang berada di zona *toxic relationship* mulai

menyadari dampak dan bahaya dari zona *toxic relationship* tersebut dan sudah terstimulasi untuk keluar dari *toxic relationship*.

4) Refleksi

Hal yang perlu direfleksikan adalah adanya perubahan yang telah dilakukan remaja setelah dilakukannya bimbingan konseling kelompok. Berdasarkan hasil yang diberikan pada siklus II pertemuan I seminggu setelah dilakukannya bimbingan konseling kelompok maka hasil tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 8.
Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami *Toxic Relationship*
Setelah Dilakukan Penerapan Konseling Kelompok
Pada Siklus II Pertemuan Ke-I

| NO | Nama Remaja | Kondisi Psikologis | | | | | |
|---------------|-------------|--------------------|-------|----------------------------------|-------|--------------------|-------|
| | | Merasa tertekan | | Tidak mampu mengekspresikan diri | | Merasa rendah diri | |
| | | Iya | Tidak | Tidak mampu | Mampu | Iya | Tidak |
| 1 | Anna | ✓ | - | - | ✓ | ✓ | - |
| 2 | Asri | - | ✓ | - | ✓ | - | ✓ |
| 3 | Hamonangan | - | ✓ | ✓ | - | - | ✓ |
| 4 | Juhriah | - | ✓ | ✓ | - | ✓ | - |
| 5 | Juwita | - | ✓ | ✓ | - | ✓ | - |
| 6 | Minta Ito | - | ✓ | - | ✓ | - | ✓ |
| 7 | Murni | ✓ | - | - | ✓ | ✓ | - |
| 8 | Nurlaila | ✓ | - | - | ✓ | - | ✓ |
| Jumlah | | 3 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 |
| | | Orang | Orang | Orang | Orang | Orang | Orang |
| % | | 37,5% | 62,5% | 37,5% | 62,5% | 50% | 50% |

Dari hasil penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja, pada siklus II pertemuan ke-1 yang peneliti lakukan, dapat dilihat remaja yang merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani sebanyak 3 orang (37,5%), remaja yang tidak merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani sebanyak 3 orang dengan keberhasilan (37,5%), remaja yang tidak mampu mengkspresikan diri sebanyak 3 orang (37,5%), remaja yang mampu mengkspresikan diri sebanyak 3 orang dengan keberhasilan (37,5%), remaja yang merasa rendah diri sebanyak 4 orang (50%), remaja yang tidak merasa rendah diri sebanyak 4 orang dengan keberhasilan (50%).

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa sudah banyak perubahan pada remaja dalam menerapkan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship*. Remaja mulai antusias dalam mengikuti proses kegiatan penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship*. Sudah mulai mendengarkan dan menerima arahan yang diberikan oleh peneliti.

d. Siklus II Pertemuan ke-II

Siklus II pertemuan ke-II merupakan pertemuan terakhir yang dilaksanakan. Pada pertemuan ini peneliti mengadakan tanya jawab terkait dengan materi yang telah disampaikan oleh peneliti. Pada Siklus II pertemuan ke-II peneliti melaksanakannya sesuai dengan siklus yang sebelumnya yaitu sebagai berikut:

1) Perencanaan

- a) Peneliti menjelaskan kelanjutan materi yang akan disampaikan peneliti kepada remaja.
- b) Peneliti memberikan solusi kepada remaja yang mengalami hambatan dalam memutuskan *toxic relationship*.
- c) Peneliti memberi bantuan solusi dan arahan agar remaja mampu dalam memutuskan *toxic relationship*.
- d) Peneliti menyimpulkan hasil materi yang disampaikan kepada remaja.
- e) Peneliti menyimpulkan hasil observasi.

2) Tindakan

Tindakan pada siklus II pertemuan ke-II dilaksanakan pada tanggal 24 Juli 2021 dengan alokasi 1 jam 30 menit pada saat setelah melaksanakan kegiatan keagamaan wirid yasin di desa Panompuan Jae. Setiap pertemuan dengan materi bertujuan untuk merubah perilaku remaja agar mampu memutuskan *toxic relationship* yang ia jalani.

- a) Peneliti membuka pertemuan dengan membaca doa.
- b) Peneliti bersama remaja membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling kelompok.
- c) Peneliti melanjutkan pendalaman materi tentang memutuskan *toxic relationship* yang dialami remaja, khususnya materi pengenalan

toxic relationship, bentuk-bentuk *toxic relationship*, faktor-faktor yang mempengaruhi *toxic relationship* serta bantuan solusi dalam memutuskan *toxic relationship*.

- d) Peneliti mewawancarai remaja apakah ada perubahan dalam hubungan yang remaja jalani.
- e) Peneliti bersama remaja membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling.

3) Observasi

Berdasarkan tindakan yang dilakukan pada siklus II pertemuan ke-II pada pembahasan tentang cara konseling kelompok merubah perilaku remaja yang tidak mampu memutuskan *toxic relationship*. Peneliti bertindak sebagai pemberi nasehat dan mengamati jalannya proses pemberian materi dengan menggunakan penerapan konseling kelompok.

Perubahan perilaku remaja dalam proses pemberian bimbingan yang disampaikan sudah menunjukkan respon positif dan sudah memperlihatkan perubahan terkait kondisi psikologis remaja. Serta sudah terstimulasi untuk keluar dari *toxic relationship*. Dari penerapan yang dilaksanakan peneliti pada siklus II pertemuan ke II 3 remaja sudah mampu keluar dari zona *toxic relationship* dengan cara memutuskan hubungan yang remaja jalani dan 5 remaja lagi mampu keluar dari zona *toxic relationship* tetapi tetap berada dalam hubungan yang sama.

4) Refleksi

Setelah tindakan observasi dilaksanakan langkah selanjutnya adalah refleksi. Adapun hasil refleksi pada siklus II pertemuan II adalah sebagai berikut:

Tabel 9.
Kondisi Psikologis Remaja Yang Mengalami *Toxic Relationship*
Setelah Dilakukan Penerapan Konseling Kelompok
Pada Siklus II Pertemuan Ke-II

| NO | Nama Remaja | Kondisi Psikologis | | | | | |
|---------------|-------------|--------------------|-------|----------------------------------|-------|--------------------|-------|
| | | Merasa tertekan | | Tidak mampu mengekspresikan diri | | Merasa rendah diri | |
| | | Iya | Tidak | Tidak mampu | Mampu | Iya | Tidak |
| 1 | Anna | ✓ | - | - | ✓ | - | ✓ |
| 2 | Asri | - | ✓ | - | ✓ | - | ✓ |
| 3 | Hamonangan | - | ✓ | - | ✓ | - | ✓ |
| 4 | Juhriah | - | ✓ | - | ✓ | - | ✓ |
| 5 | Juwita | - | ✓ | - | ✓ | - | ✓ |
| 6 | Minta Ito | - | ✓ | - | ✓ | - | ✓ |
| 7 | Murni | - | ✓ | - | ✓ | - | ✓ |
| 8 | Nurlaila | ✓ | - | - | ✓ | - | ✓ |
| Jumlah | | 2 | 6 | 0 | 8 | 0 | 8 |
| | | Orang | Orang | Orang | Orang | Orang | Orang |
| % | | 25% | 75% | 0% | 100% | 0% | 100% |

Dari hasil penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja, pada siklus II pertemuan ke-II yang peneliti lakukan, dapat dilihat remaja yang merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani menjadi 2 orang (25%), remaja yang tidak merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani menjadi 6 orang (75%), remaja yang tidak mampu mengekspresikan diri menjadi tidak ada (0%), remaja yang mampu mengekspresikan diri menjadi tidak ada (100%), remaja yang merasa rendah

diri menjadi tidak ada (0%), remaja yang tidak merasa rendah diri menjadi tidak ada (100%).

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa sudah banyak perubahan pada remaja setelah diterapkan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship*. Remaja sudah mampu memutuskan *toxic relationship* yang remaja tersebut jalani. Dari data di atas Remaja sudah sepenuhnya memiliki perubahan penurunan perilaku kearah yang lebih baik lagi.

3. Keberhasilan Peneliti dari Penerapan Konseling Kelompok dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

Dari hasil penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja, pada siklus II pertemuan ke-II. Dapat disimpulkan bahwa remaja yang merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani menjadi 2 orang (25%), remaja yang tidak mampu mengkspresikan diri menjadi tidak ada (0%), remaja yang merasa rendah diri menjadi tidak ada (0%).

Berdasarkan wawancara dengan saudara Hamonangan selaku remaja yang berada dalam *toxic relationship*, mengatakan:

“Setelah mengikuti penerapan konseling kelompok saya bisa mengambil sikap untuk memutuskan *toxic relationship*, saya mampu memutuskan *toxic relationship* tersebut dengan cara memahami dan mengetahui konsep diri saya.⁸⁰

Selanjutnya wawancara dengan saudara Juhria Hasibuan selaku remaja yang berada dalam *toxic relationship*, mengatakan:

⁸⁰ Hamonangan, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 05 Agustus 2021.

“Dengan materi yang diberikan peneliti selama melaksanakan konseling kelompok seperti bentuk, faktor, sampai dampak dari *toxic relationship*. Saya bertekad untuk keluar dari *zona toxic relationship* dan akhirnya saya berhasil.⁸¹

Dari siklus I dan siklus II dapat kita lihat adanya perubahan dalam kondisi psikologis remaja. Perubahan kondisi psikologis remaja dari pertemuan siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 10

Rekapitulasi siklus I dan hasil siklus II

| No | Kondisi Psikologis remaja yang berada dalam <i>zona toxic relationship</i> | Kondisi psikologis remaja setelah dilaksanakan penerapan konseling kelompok dalam memutuskan <i>toxic relationship</i> | | | | | | | | |
|----|--|--|--------------|----|---------------|-----|---------------|-----|----------------|------|
| | | Siklus I | | | | | Siklus II | | | |
| | | Pra sik | Sik I Pert I | % | Sik I Pert II | % | Sik II Pert I | % | Sik II Pert II | % |
| 1 | Tidak Merasa tertekan | 0 | 0 | 0% | 2 | 25% | 5 | 63% | 6 | 75% |
| 2 | Mampu mengekspresikan diri | 0 | 0 | 0% | 3 | 37% | 5 | 63% | 8 | 100% |
| 3 | Tidak rendah diri | 0 | 0 | 0% | 2 | 25% | 4 | 50% | 8 | 100% |

Dari hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa perubahan kondisi psikologis remaja sudah menjadi lebih baik. Hal ini dapat dilihat dari kondisi psikologis remaja sebelum dilakukan penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship*. Remaja merasa tertekan dalam menjalani hubungan berjumlah 8 orang (100%), yaitu: (Anna, Asri, Hamonangan, Juhriah, Juwita, Minta Ito, Murni dan Nurlaila). Remaja merasa tertekan dalam menjalani hubungan pada siklus I pertemuan ke-I berjumlah 8 orang

⁸¹ Juhria Hasibuan, Remaja, Wawancara, Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur Pada Tanggal 05 Agustus 2021.

(100%), yaitu: (Anna, Asri, Hamonangan, Juhriah, Juwita, Minta Ito, Murni dan Nurlaila).

Remaja merasa tertekan dalam menjalani hubungan pada siklus I pertemuan ke-II berjumlah 6 orang (75%), yaitu: (Anna, Juhriah, Juwita, Minta Ito, Murni dan Nurlaila). Remaja merasa tertekan dalam menjalani hubungan pada siklus II pertemuan ke-I berjumlah 3 orang (37,5%), yaitu: (Anna, Murni dan Nurlaila). Remaja merasa tertekan dalam menjalani hubungan pada siklus II pertemuan ke-II berjumlah 2 orang (25%), yaitu: (Anna dan Nurlaila).

Remaja yang tidak mampu mengekspresikan diri sebelum dilakukan penerapan konseling kelompok berjumlah 8 orang (100%), yaitu: (Anna, Asri, Hamonangan, Juhriah, Juwita, Minta Ito, Murni dan Nurlaila). Remaja yang tidak mampu mengekspresikan diri pada siklus I pertemuan ke-I berjumlah 8 orang (100%), yaitu: (Anna, Asri, Hamonangan, Juhriah, Juwita, Minta Ito, Murni dan Nurlaila). Remaja yang tidak mampu mengekspresikan diri pada siklus I pertemuan ke-II berjumlah 5 orang (62,5%), yaitu: (Juhriah, Juwita, Minta Ito, Murni dan Nurlaila). Remaja yang tidak mampu mengekspresikan diri pada siklus II pertemuan ke-I berjumlah 3 orang (37,5%), yaitu: (Hamonangan, Juhriah, Juwita). Remaja yang tidak mampu mengekspresikan diri pada siklus II pertemuan ke-II sudah tidak ada lagi (0%).

Remaja yang merasa rendah diri sebelum dilakukan penerapan konseling kelompok berjumlah 8 orang (100%), yaitu: (Anna, Asri, Hamonangan, Juhriah, Juwita, Minta Ito, Murni dan Nurlaila). Remaja yang

merasa rendah diri pada siklus I pertemuan ke-I berjumlah 8 orang (100%), yaitu: (Anna, Asri, Hamonangan, Juhriah, Juwita, Minta Ito, Murni dan Nurlaila). Remaja yang merasa rendah diri pada siklus I pertemuan ke-II berjumlah 7 orang (87,5%), yaitu: (Anna, Asri, Hamonangan, Juhriah, Juwita, Minta Ito dan Murni). Remaja yang merasa rendah diri pada siklus II pertemuan ke-I berjumlah 4 orang (50%), yaitu: (Anna, Juhriah, Juwita dan Murni). Remaja yang merasa rendah diri pada siklus II pertemuan ke-II sudah tidak ada lagi (0%).

Keberhasilan penerapan bimbingan konseling kelompok melalui siklus I dan siklus II dapat dilihat dari beberapa tabel di atas yang menunjukkan tahapan pemberian konseling dan perubahan pada remaja di Desa Panompuan Jae, yang awalnya remaja tidak mampu memutuskan *toxic relationship* akhirnya mampu memutuskan *toxic relationship*.

Oleh karena itu, peneliti menggunakan penerapan konseling kelompok pada remaja di Desa Panompuan Jae dengan memberikan konseling dan melakukan pertemuan siklus I dan siklus II. Awal pertemuan siklus I yang dilakukan peneliti belum mendapatkan hasil perubahan pada remaja, setelah dilakukan tahap demi tahap pertemuan selanjutnya siklus II ada perubahan pada pemahaman remaja tentang pengenalan *toxic relationship*, dampak serta faktor-faktor yang mempengaruhi *toxic relationship* yang lebih baik dari sebelumnya.

4. Analisis Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi langsung yang peneliti lakukan pada penelitian di Desa Panompuan Jae ini menemukan bahwa Remaja tidak mampu memutuskan *toxic relationship* disebabkan karena ketidak pahaman remaja tentang *toxic relationship* baik itu bentuk, faktor-faktor penyebab, dampak serta bahaya dari *toxic relationship* tersebut. Serta menemukan beberapa faktor yang mempengaruhi *toxic relationship* seperti konsep pemahaman diri remaja yang tidak matang, ketidak mampuan remaja dalam menentukan *ego state* sesuai kondisi dan

situasi yang dialami remaja, tidak terpenuhinya kebutuhan kasih sayang dari keluarga, dan tidak mampu mengenali hubungan seperti apa yang sedang ia jalani. Apakah hubungan tersebut hubungan yang sehat (*healthy relationship*) atau hubungan yang beracun (*toxic relationship*).

Hal tersebut beberapa ciri-ciri remaja yang berada di zona *toxic relationship* ditandai seperti *Narsistic* (selalu merasa benar), bermuka dua, iri, dengki, berbicara tanpa berpikir, *playing victim*, egois, posesif dan selalu berpikir negatif. Dan menyebabkan beberapa masalah psikologis yang dialami remaja seperti merasa tertekan, tidak mampu mengekspresikan diri dan merasa rendah diri.

Melakukan penerapan konseling kelompok dalam mengatasi remaja yang tidak mampu memutuskan *toxic relationship* dengan melaksanakan penerapan 2 siklus dan 4 kali pertemuan, penerapan di Desa Panompuan Jae agar merubah perilaku remaja lebih baik lagi dalam mengatasi masalah memahami hubungan yang remaja tersebut jalani. Serta memiliki perubahan yang signifikan sebelum dan sesudah melakukan penerapan konseling kelompok, perubahan tersebut berupa remaja lebih memahami konsep diri, tidak merasa tertekan lagi dalam menjalani hubungan, lebih mampu dalam mengekspresikan diri kepada pasangan dan lingkungan sekitar, tidak merasa rendah diri dan lebih percaya diri.

Seluruh rangkaian peneliti telah dilaksanakan oleh peneliti sesuai dengan langkah-langkah yang ditetapkan dalam metodologi peneliti. Hal ini dilakukan agar hasil penelitian yang diperoleh benar-benar maksimal dan objektif, meskipun berbagai upaya telah dilakukan untuk mendapatkan hasil yang sempurna itu karena adanya berbagai keterbatasan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilaksanakan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi psikologis remaja yang mengalami *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur sebagai berikut:
 - a. Merasa tertekan
 - b. Tidak mampu mengekspresikan diri
 - c. Merasa rendah diri
2. Penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur yaitu menggunakan dua siklus. Siklus I meliputi perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Siklus II mengulangi kembali siklus I. Setiap siklus dilakukan 2 kali pertemuan. Materi yang diberikan adalah pengenalan *toxic relationship*, ciri-ciri *toxic relationship*, bentuk-bentuk *toxic relationship*, faktor-faktor yang mempengaruhi *toxic relationship*, dampak dari *toxic relationship*.
3. Keberhasilan dalam melaksanakan penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur dapat dilihat dari perubahan psikologis remaja sebelum dan sesudah mengikuti

penerapan konseling kelompok. Remaja yang merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani sebelum dilakukan penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja berjumlah 8 orang (100%). Pada siklus I pertemuan satu dengan hasil Remaja merasa tertekan 8 orang (100%), remaja tidak mampu mengekspresikan diri 8 orang (100%), remaja merasa rendah diri 8 orang (100%). Pada siklus I pertemuan dua dengan hasil Remaja merasa tertekan 6 orang (75%), remaja tidak mampu mengekspresikan diri 7 orang (87%), remaja merasa rendah diri 4 orang (50%). Pada siklus II pertemuan satu dengan hasil remaja merasa tertekan 3 orang (73,5%), remaja tidak mampu mengekspresikan diri 3 orang (37.5%), remaja merasa rendah diri 4 orang (50%). Pada siklus II pertemuan dua dengan hasil remaja merasa tertekan 2 orang (25%), remaja tidak mampu mengekspresikan diri 0 (0%), remaja yang merasa rendah diri 0 (0%).

B. Saran-Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian, peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada remaja yang mengikuti kegiatan penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* pada remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, disarankan agar senantiasa:

- a. Remaja mampu memahami dan mengenali hubungan yang beberapa ciri-ciri mereka jalani.
 - b. Remaja bisa membedakan bagaimana hubungan yang sehat dan bagaimana hubungan yang beracun (*toxic relationship*).
 - c. Memahami bagaimana mengatasi *toxic relationship*.
2. Kepada orang tua disarankan agar memberikan bimbingan yang intensif kepada anak remaja karena masa remaja adalah masa yang sangat membutuhkan pengawasan dari orang terdekat seperti orang tua. Pemberian bimbingan orang tua dapat membantu remaja memahami hubungan seperti apa yang seharusnya remaja jalani dengan baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, Bandung: PT. Refika Aditama, 2011.
- Agus Rahma di Rika Vira Zwagery, Ariani, *Hubungan Pengetahuan dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas di SMP Darul Hijrah Putri Banjarbaru Tahun 2013*, Dalam Jurnal Jurkessia, Vol. IV, No. 2 Maret 2014.
- Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK, dan Penelitian Pengembangan* Bandung: Cipta Pustaka Media, 2016.
- Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan*, Padangsidempuan: Perdana Mulya Sarana, 2013.
- Andi Prastowo, *Memahami Metode-Metode Penelitian*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014.
- Cahyo Purnomo, *Meningkatkan Pemahaman Studi Lanjut Melalui Metode Debat Aktif dalam Layanan Bimbingan Kelompok*, Dalam Jurnal Pendidikan Penabur-No. 22 /Tahun ke 14/ Juni 2014.
- Dedy Mulyana. *Methodology Penelitian Kualitatif*, Bandung; Remaja Rosdakarya, 2003.
- Dermila Yanti, *Penerapan Bimbingan Kelompok dalam Mengatasi Permasalahan Keagamaan Sholat Remaja di Desa Patialo Kecamatan Kotanopan Kabupaten Madina*, Skripsi, IAIN Padangsidempuan, 2018.
- Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Edisi Kelima)*, Jakarta: Erlangga, 1980.
- Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama, 1980.
- Ety Nur Inah, *Peranan Komunikasi dalam pendidikan*, Jurnal Al-Ta'dib, Vol. 6, No.1, Januari-Juni 2013.
- Evendi, I. *Kekerasan Dalam Pacaran (Studi pada Siswa SMAN 4 Bombana)*. Jurnal Neo Societal. Vol. 3, No. 2, 2018.
- Galuh Hartinah, *Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Metode Problem Solving*, Dalam Jurnal Konseling Gusjigang, Vol. 2, No. 2, Juli-Desember 2016.

- Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2010.
- M. Alisuf Sabri, *Psikologi Umum dan Perkembangan*, Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1993.
- Mamat Supriatna, *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi Orientasi Dasar Pengembangan Profesi Konselor*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013.
- Namora Lumongga, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, Medan, Kencana, 2011.
- Niarti, R., Yuline, Y., & Astuti, I. Studi tentang Status Ego dalam Analisis Transaksional di Sekolah Menengah Pertama Negeri 24 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, vol. 7.
- Nidya Damayanti, *Buku Pintar Panduan Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Araska, 2012.
- Nisa, S., & Sedjo, P. *Konflik pacaran jarak jauh pada individu dewasa muda*. *Jurnal Psikologi*, Vol. III, 2011.
- Nurlaila Efendy, *Pendekatan Psikologi Positif Pada Toxic Relationship*, Dipresentasikan Dalam seminar Mahasiswa Psikologi UNY, 20 Desember 2019.
- Prayitno, *Layanan Bimbingan Dan Konseling kelompok Dasar Dan Profil*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995
- , *Buku Seri Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, Ghalia Indonesia: Jakarta, 1995.
- Primatia Yogi Wulandari, *Waspada! Toxic Relationship Semakin Meningkat Setiap Tahunnya*, Unair News, 18 Desember 2019.
- Samsul Munir Amin, *Ilmu Dakwah*, Jakarta: AMZAH, 2009.
- Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012.
- Soegarda Poerbakawatja, *Ensiklopedi Pendidikan*, Jakarta: Gunung Agung, 1969.

- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Manajemen Penelitian*, cet. Ke VII, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2005.
- Sukardi, *Metode Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Bumi Aksara, 2003.
- Syukur Kholil, *Metode Penelitian Komunikasi*, Bandung: Citapustaka Media, 2006.
- Tim Penyusun Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2011.
- Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Disekolah Dan Madrasah, (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Vivi Riski alviani, *Upaya Resiliensi pada Remaja dalam Mengatasi Toxic relationship yang Terjadi dalam Hubungan Pacaran*, Skripsi, IAIN Purwokerto, 2017.
- Vuja Syafrianti Alhidayah, *Toxic*, E-jurnal sendratasik, Vol. 8 no. 3 Sero. C, Maret 2020.
- Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Zakiah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1990.

Tabel 1. Materi Pemutusan *Toxic Relationship* Pada Remaja di Desa Panompuan Jae, Kecamatan Angkola Timur

| No | Indikator Perilaku | Tindakan | Hasil yang di harapkan |
|----|---|---|--|
| 1 | Merasa tertekan dengan hubungan yang dijalani | a. Memberikan materi pengenalan terkait <i>toxic relationship</i> . b. Memberikan materi tentang ciri-ciri <i>toxic relationship</i> . | a. Remaja paham apa dan bagaimana <i>toxic</i> tersebut. b. Remaja mampu membedakan mana hubungan yang sehat dan mana hubungan yang <i>toxic</i> dengan mengenali bentuk-bentuk <i>toxic relationship</i> . |
| 3 | Merasa tidak mampu mengekspresikan diri | a. Memberikan materi tentang dampak dari <i>toxic relationship</i> . | a. Remaja terstimulasi untuk keluar dari zona <i>toxic</i> yang sedang ia jalani. |
| 4 | Remaja merasa rendah diri | a. Memberikan materi tentang | a. Remaja mampu memutuskan <i>toxic</i> |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | faktor-faktor yang mempengaruhi <i>toxic</i> <i>relationship</i> . | <i>relationship</i> yang sedang ia jalani. |
|--|--|--|---|

PEDOMAN OBSERVASI

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dibutuhkan dalam penelitian yang berjudul “Penerapan Konseling Kelompok dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Pada Remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur” maka peneliti membuat pedoman observasi sebagai berikut:

1. Mengobservasi secara langsung di lokasi penelitian di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.
2. Mengamati remaja yang terlibat dalam *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.
3. Mengamati perubahan pada remaja setelah peneliti melakukan penerapan konseling kelompok di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.

PEDOMAN WAWANCARA

A. Wawancara dengan remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

1. Apakah saudara/i tahu tentang *toxic relationship*?
2. Apakah saudara/i rasa hubungan anda sedang dalam keadaan yang tidak baik/*toxic*?
3. Bagaimana perasaan saudara/i dalam menjalani hubungan *toxic* tersebut?
4. Apakah alasan "terlalu/terlanjur cinta" membuat saudara tetap bertahan dalam hubungan yang *toxic*?
5. Menurut saudara/i seberapa besar pengaruh hubungan *toxic relationship* bagi kesehatan mental ?
6. Apakah pengalaman masa lalu mempengaruhi saudara/i terjebak dalam *toxic relationship*?
7. Dampak apa saja yang timbul dari hubungan yang *toxic*?
8. Menurut saudara/i, bagaimana cara keluar dari hubungan yang *toxic* ?
9. Setelah melakukan konseling kelompok langkah apa yang saudara/i akan lakukan dalam memutuskan *toxic relationship* yang sedang saudara/i jalani?

B. Wawancara dengan orangtua dari remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

1. Apakah bapak/ibu memahami kondisi remaja serta bagaimana hubungan sosial yang sedang ia jalani?

2. Apakah bapak/ibu mengetahui hubungan seperti apa yang anak bapak/ibu jalani?
3. Apakah bapak/ibu sering mendengarkan curhatan dari anak bapak/ibu tentang keadaan dirinya? Jika ya, bagaimana respon bapak/ibu terhadap curhatan remaja tersebut?
4. Apakah bapak/ibu pernah bertanya tentang keadaan diri anak remaja bapak/ibu seperti contoh keadaan dirinya saat mengambil keputusan? Jika ya, solusi apa yang bapak/ibu berikan kepada anak dalam menyelesaikan masalahnya terkhusus dalam hubungan pertemanan atau pacaran yang ia jalani?

C. Wawancara dengan saudara/i dari remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

1. Apakah saudara/i mengetahui hubungan seperti apa yang dijalani remaja A?
2. Apakah remaja A pernah curhat terkait hubungan yang sedang ia jalani? Jika ya, solusi apa yang saudara/i berikan?
3. Bagaimana kondisi remaja A dalam kehidupan sehari-hari terkhusus pada saat remaja A memiliki masalah dengan pasangannya?

D. Wawancara dengan teman sebaya dari remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

1. Apakah saudara/i mengetahui hubungan seperti apa yang dijalani remaja A?

2. Apakah remaja A pernah curhat terkait hubungan yang sedang ia jalani?
Jika ya, solusi apa yang saudara/i berikan?
3. Bagaimana kondisi remaja A dalam kehidupan sehari-hari terkhusus pada saat remaja A memiliki masalah dengan pasangannya?

E. Wawancara dengan Kepala Desa Panompuan Jae di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur

1. Bagaimana tanggapan bapak terkait remaja yang menjalani *toxic relationship* ini?
2. Sebagai tokoh adat apa solusi yang akan berikan dalam meminimalisir remaja yang terkena *toxic relationship* ini?

DOKUMENTASI



Pemberian surat izin riset sekaligus wawancara terkait masalah tentang judul yang penulis teliti pada tanggal 06 Juli 2021



kegiatan konseling kelompok pada tanggal
pada tanggal
10 Juli 2021



kegiatan konseling kelompok
17 Juli 2021



Kegiatan konseling kelompok pada tanggal
pada tanggal
24 juli 2021



kegiatan konseling kelompok
31 Juli 2021



wawancara dengan remaja Juhria pada tanggal
Nurlaila pada 04 Juli 2021
Juli 2021



wawancara dengan remaja
tanggal 04



Wawancara dengan remaja Anna pada tanggal
Hamonangan pada
04 Juli 2021



Wawancara dengan remaja
tanggal 10 Juli 2021



Wawancara dengan remaja Minta Ito pada
Juwita pada tanggal
tanggal 06 Juli 2021



Wawancara dengan remaja
06 Juli 2021



Wawancara dengan Orangtua remaja pada
remaja pada
tanggal 08 Juli 2021



Wawancara dengan Orangtua
tanggal 08 Juli 2021



Wawancara dengan Orangtua remaja pada
tanggal 08 Juli 2021