



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 1 Tahun 2024 Page 7124-7131

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pandangan Cognitive Behavior Therapy Terhadap Klitih Pada Remaja

Ila Magfirah^{1✉}, Ramadhanita Mustika Sari²

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email: iilamagfirah@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan penelitian studi literature review (SLR) yang menggunakan berbagai sumber-sumber yang dijadikan sebagai bahan acuan untuk menunjang kebutuhan penelitian yang kemudian dianalisis untuk memperoleh satu kesimpulan sebagai jawaban dari rumusan masalah yang telah diajukan sebelumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa klitih adalah perilaku kejahatan yang banyak memakan korban anak remaja. seharusnya mereka berada dalam proses perkembangan yang menyenangkan namun sangat rawan terjebak dalam tindak kejahatan karena masih kurangnya kontrol diri serta pengaruh yang kuat dari lingkungan. Sehingga penulis menawarkan Cognitive behaviour therapy akan membantu konselor dalam menangani permasalahan yang dialami dengan melakukan modifikasi perilaku, perasaan dan pikiran mereka dari arah negatif menuju positif atau dengan kata lain dari perbuatan yang keliru menuju perbuatan yang lebih baik.

Kata Kunci : *CBT, Klitih, Remaja*

Abstract

This research was conducted using literature review research (SLR) which uses various sources that are used as reference materials to support research needs which are then analyzed to obtain a conclusion as an answer to the problem formulation that has been previously proposed. The results showed that klitih behavior is a criminal behavior that has many teenage victims. They should be in a pleasant development process but are very prone to being trapped in crime because of their lack of self-control and strong influence from the environment. So that the author offers Cognitive behavior therapy will help counselors in dealing with the problems experienced by modifying their behavior, feelings and thoughts from negative to positive directions or in other words from wrong actions to better actions.

Keyword: *CBT, Klitih, Youth*

PENDAHULUAN

Kenakalan remaja menjadi salah satu topik yang tidak ada habisnya, karena seringkali tindakan-tindakan yang dilakukan memberikan banyak sekali dampak negatif yang berimbas pada kerugian baik fisik maupun psikis remaja. Salah satu fenomena yang kerap menghantui adalah banyaknya kasus-kasus kenakalan remaja yang melampaui batas wajar. Salah satu bentuk kenakalan remaja yang terjadi adalah kasus klitih yang terjadi di Kota Yogyakarta.

Klitih menjadi salah satu kenakalan remaja karena termasuk dalam perilaku penyimpangan yang memberikan dampak negatif kepada pelakunya serta merugikan orang lain disekitarnya. Pada kasus-kasus yang terjadi beberapa tahun belakangan sebagaimana pemberitaan di Harian Jogja Tribunnews yang terbit pada tanggal 16 Oktober 2017, menyebutkan bahwa Kabid Humas Polda DIY, AKBP Yuliyanto menyatakan bahwa sepanjang tahun 2016 telah terjadi 43 kasus klitih di Yogyakarta dengan perincian di wilayah Sleman terdapat 21 kasus, Bantul terdapat 15 kasus, Gunung Kidul terdapat 4 kasus, Kota Jogja terdapat 2 kasus dan Kulonprogo terdapat 1 kasus, sedangkan pada tahun 2017 sampai bulan Maret sebanyak 22 kasus klitih yang tercatat di jajaran kepolisian.

Selanjutnya kasus yang terjadi di tahun 2022 lalu, yang menimpa seorang pelajar DA (18) yang mengakibatkan korban kehilangan nyawa., dimana korban dan para pelaku terlibat kejar-kejaran dan berakhir dengan penganiayaan. Kemudian kabar terbaru yang terjadi pada tahun ini di bulan maret lalu, jajaran Polresta Yogyakarta telah berhasil menangkap 22 remaja pelaku kejahatan jalanan (klitih) yang terjadi di Jl.Tentara Rakyat Mataram Bumijo Jatis Yogyakarta, yang terjadi pada Jum'at pagi tanggal 24 maret 2023 sekitar 05:30 pagi. Kasus ini terjadi berawal dari ketersinggungan di jalan antar remaja ketika hendak melakukan perang sarung diwarnai dengan adu mulut yang berisi hujatan lalu memicu terjadinya saling kejar-kejaran hingga aksi penganiayaan. Salah satu warga Kraton NH (15) menjadi korbannya bahkan sempat viral di media sosial. Pelaku pengeroyokan berjumlah sekitar 15 orang dengan memukul korban menggunakan sarung dan juga gesper diikuti dengan menginjak badan korban.

Dari data yang diuraikan diatas banyak melibatkan remaja sehingga hal itu menimbulkan keresahan para orangtua khususnya dan masyarakat secara umum. Mengingat remaja yang masih dalam tahap perkembangan dan pertumbuhan itu sangat rentan terpengaruhi oleh lingkungan sekitar. Untuk itulah remaja sangat membutuhkan bimbingan dan arahan dalam menghadapi fase remaja yang cenderung mendapatkan kebingungan serta kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Pentingnya perhatian untuk remaja membuat penulis ingin mengkaji perilaku remaja yang menyebabkan terjadinya klitih dengan melihat dari sudut pandang salah satu teori

konseling yaitu cognitive behavior therapy. Adapun yang menjadi alasan mengapa penulis ingin mengkaji dari perspektif CBT karena konseling tersebut berfokus pada pikiran dan perilaku yang mana perilaku remaja yang sering mengalami kesulitan dengan memahami pikirannya sendiri mempengaruhi perilaku yang ditimbulkan baik secara positif maupun negatif tergantung pada pengendalian diri (Alomedika, 2023). Seperti keterangan dalam sebuah artikel bahwa bahwa Spielberger & David (2010) mengatakan terapi kognitif perilaku adalah suatu pendekatan yang dilakukan dengan modifikasi atas asumsi, daya pikir serta sikap manusia. Dijelaskan pula bahwa terapi ini terbentuk karena adanya proses stimulus (rangsangan), kognitif (pikiran) serta respon yang berkelanjutan dan mempengaruhi pola pikir serta perilaku manusia.

Sehingga bisa disimpulkan bahwa segala bentuk tindakan yang dilakukan tentu memiliki rangsangan atau stimulus yang diperoleh dari dalam maupun luar diri manusia itu sendiri. Begitu pula dengan tindakan para remaja yang mengalami fase kenakalan remaja dalam hal ini yang dimaksud adalah klitih, sejatinya apa yang dilakukan adalah hasil dari stimulus yang diterima dari sekitarnya. Dengan demikian penulis akan membuat satu pandangan dari konseling kognitif behavior therapy sehingga bisa dilihat secara jelas apa saja penyebab remaja terjerumus dalam perilaku klitih.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan penelitian studi literature review (SLR) yang menggunakan berbagai sumber-sumber yang dijadikan sebagai bahan acuan untuk menunjang kebutuhan penelitian yang kemudian dianalisis untuk memperoleh satu kesimpulan sebagai jawaban dari rumusan masalah yang telah diajukan sebelumnya. Adapun sumber-sumber yang digunakan diambil dari berbagai sumber dengan menggunakan kata kunci "CBT, remaja dan klitih" diakses dari Jurnal, web dan pemberitaan online. Adapun sumber-sumber ini diakses dari berbagai media online, seperti google scholar, publish or perish, dll.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Masa remaja sering dikenal dengan istilah masa pemberontakan. Pada masa-masa ini, seorang anak yang baru mengalami pubertas seringkali menampilkan beragam gejala emosi, menarik diri dari keluarga, serta mengalami banyak masalah, baik di rumah, sekolah, atau di lingkungan rumah maupun di lingkungan pertemanannya. Kenakalan remaja pada saat ini, seperti yang banyak diberitakan di berbagai media, sudah sangat berbahaya bukan hanya untuk dirinya tetapi lingkungannya. Banyak anak remaja yang sudah mengenal rokok,

narkoba, free sex, tawuran, pencurian, dan masih banyak lagi tindakan penyimpangan yang telah melanggar norma-norma yang berlaku di masyarakat (Unayah & Sabarisman, 2016).

Tidak jarang jika remaja menjadi rentan karena memang mereka berada di fase peralihan atau transisi, hal inilah yang membuat mereka mudah terpengaruhi oleh pengaruh dari sekitarnya. Namun, tidak bisa sepenuhnya menyalahkan remaja karena setiap perilaku yang ditimbulkan tidak sepenuhnya atas keinginan dirinya tapi juga efek dari pengaruh yang diperoleh. Salah satunya perilaku penyimpangan yang turut melibatkan remaja khususnya yang terjadi di Kota Yogyakarta adalah klitih atau biasa dikenal sebagai kejahatan yang dilakukan di jalanan dengan melakukan penyerangan kepada siapa saja yang dijadikan target

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan bahwa klitih terjadi karena didukung oleh beberapa faktor diantaranya yaitu :

1. Faktor Internal

Berasal dari dalam diri remaja itu sendiri, dimana remaja yang belum bisa mengontrol emosinya dengan baik sehingga sangat rentan terpengaruhi dan terbawa pada perilaku merugikan. Terlebih di masa remaja, akan sangat mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya. Hal ini akan berdampak positif jika dia berada di lingkungan yang tepat dan sehat, namun akan terjadi sebaliknya jika salah memilih lingkungan pergaulan (Wijanarko & Ginting, 2021). Sehingga bisa disimpulkan bahwa remaja yang belum memiliki kematangan emosional sangat rentan terhadap pengaruh-pengaruh dari luar, yang bisa saja membawa mereka pada kebaikan atau kejahatan.

2. Faktor Eksternal

Berasal dari luar, salah satu yang paling mempengaruhi adalah faktor lingkungan yang juga memegang kendali cukup besar terhadap pertumbuhan remaja, karena dari lingkungan sekitar remaja akan melihat dan mencontoh apa saja yang terjadi dengan menjadikan orang dewasa sebagai cermin untuk dijadikan contoh. Hal ini akan menjadi pengalaman yang tersimpan di memorinya dan tidak menutup kemungkinan suatu saat nanti akan bisa di praktekkan kembali.

Selanjutnya adalah keluarga, sebagaimana yang kita ketahui bahwa tempat belajar pertama bagi anak adalah keluarga. Pentingnya menanamkan pengetahuan dasar kepada anak agar memiliki pengetahuan yang menjadi penguat saat mereka berinteraksi dengan lingkungan rumah atau sekolahnya.

Terakhir, adalah media sosial yang kini sudah membumi di segala lapisan masyarakat, mulai dari kalangan anak-anak, remaja hingga orang dewasa. Kebebasan mengakses media sosial tanpa mendapat pengawasan yang tepat tentu bisa

menimbulkan pengaruh buruk terhadap perkembangan remaja. Sehingga sangat perlu ada pendampingan dan pembekalan khusus terhadap remaja agar bisa bijak dalam memanfaatkan sosial media.

Konseling Cognitive Behavior Therapy

Melihat problematika diatas, cognitive behavior therapy memiliki beberapa pandangan terkait perilaku remaja. Karena teknik konseling cognitive behavioural therapy juga adalah salah satu teknik yang paling banyak digunakan dalam menangani berbagai kasus yang melibatkan anak-anak, remaja hingga dewasa. Hal ini juga dikuatkan dengan adanya sebagian besar studi yang mengatakan bahwa 84% teori ini memiliki bagian yang penting dan sangat efektif dalam membantu penyelesaian masalah baik secara individu, keluarga dan kelompok. Dimana cognitive behavior therapy memiliki dasar pemikiran bahwa pola pemikiran manusia terbentuk melalui rangkaian stimulus kognisi respon yang memiliki keterkaitan dan membentuk jaringan dalam otak manusia, dimana proses kognisi akan menjadi faktor penentu dalam menanggapi sesuatu dan bagaimana manusia berfikir, merasa dan bertindak.

Konseling Cognitiv behavior therapy memandang bahwa segala sesuatu yang merupakan tindakan seseorang adalah hasil dari bagaimana orang tersebut berfikir, merespon dan menanggapi sesuatu yang kemudian di wujudkan dalam bentuk suatu tindakan. Kemudian Bush menyatakan bahwa CBT adalah perpaduan dari dua pendekatan psikoterapi yaitu terapi kognitif dan tingkah laku. Dimana pada terapi kognitif lebih berfokus pada pikiran, anggapan, keyakinan dan juga mengajarkan individu untuk mengetahui dan mengubah kesalahan. Sedangkan terapi tingkah laku mengarah pada individu untuk menciptakan hubungan antar permasalahan dan cara untuk merespon sebuah permasalahan (Wibisono dkk, 2022).

Jika dilihat dari konteks klitih, remaja yang terlibat dalam penyimpangan tersebut karena stimulus yang lebih kuat mengarahkan mereka pada perbuatan menyimpang (klitih).

Adapun yang menjadi tujuan pendekatan cognitive behavioural therapy (CBT) adalah mengarahkan konseli untuk menolak pikiran dan emosi yang menyimpang dengan penguatan bukti-bukti tentang keyakinan mereka terkait masalah yang dialami (Azhari & Sulistianingsih, 2020).

Penggunaan pendekatan CBT da lam membantu menangani masalah klitih pada remaja dengan menggunakan model konseling kelompok yang melibatkan beberapa orang anak remaja. Dibuat dalam kelompok dengan mengklasifikasikan setiap anak remaja yang memiliki permasalahan sama dalam hal ini yang dimaksud oleh penulis adalah melakukan

klitih. Sebelumnya itu akan ada lima tahapan yang dilalui diantaranya :

Tahap pertama, melakukan perkenalan dengan melakukan pendekatan untuk membangun sebuah hubungan yang baik dan nyaman antara konselor dan konseli agar bisa menumbuhkan rasa percaya satu sama lain. Di tahap ini konselor bisa mengajukan pertanyaan-pertanyaan terbuka dan terarah agar bisa menemukan fokus masalahnya. Tahap ini juga akan sedikit memakan waktu, karena kepribadian konseli yang berbeda-beda baik dari agama, keluarga ataupun lingkungan budaya yang mempengaruhinya sehingga proses penyesuaian membutuhkan waktu. Di tahap ini hendaknya seorang konselor bisa lebih peka dan menyesuaikan bagaimana lingkungan atau budaya yang di pegang oleh konseli serta agama yang di percayai. Sehingga, dalam berperan sebagai seorang konselor harus bisa bersikap netral pada semua konselinya.

Tahap kedua, setelah hubungan antara konselor dan konseli sudah terbangun dengan baik maka selanjutnya konselor memberikan kesempatan kepada konseli secara bebas mengungkapkan apa yang menjadi alasannya melakukan kejahatan klitih, serta apa yang dia rasakan terhadap tindakan yang sudah dilakukan. Di sini akan lebih memfokuskan kepada masalah yang melatarbelakangi alasan-alasan yang mempengaruhi tindakannya dalam melakukan klitih. Hal ini bisa saja berbeda disetiap alasan konseli karena tergantung bagaimana lingkungan budaya dan agama yang mempengaruhinya.

Perlu diingat, ketika konselor sudah mengetahui masalah yang dialami konseli maka jangan sampai memberikan tanggapan yang mengarah pada menyalahkan si konseli. Karena hal tersebut, akan menghambat proses selanjutnya.

Tahap ketiga, sebagaimana lanjutan dari tahap sebelumnya sudah ditemukan masalah yang dialami konseli, maka selanjutnya adalah menggali lebih dalam latar belakang mengapa si konseli melakukan hal tersebut. Apa yang membuat dia terdorong dan memotivasi dalam melakukan kejahatan klitih. Namun, tidak memfokuskan pada masa lalunya, tetapi fokus pada perubahan masa depan konseli.

Tahap keempat, merupakan penyelesaian masalah yang berdasarkan dari hasil analisis sebelumnya dan konselor memberikan kesempatan kepada konseli dalam menemukan solusi dan mengambil sebuah langkah yang melibatkan fikiran dan perasaan yang sudah dialami konseli sebelumnya. Dengan tetap memperhatikan dan mempertimbangkan segala konsekuensi yang akan diterima untuk setiap keputusan yang diambil.

Tahap kelima, ditahap ini sudah dibuat sebuah kesimpulan mengenai hal apa saja yang akan dilakukan konseli nantinya dalam menanggapi sebuah kasus atau masalah yang dihadapinya. Dengan mempertimbangkan sesuai dengan apa yang sudah di putuskan olehnya sendiri, dan akan dipantau oleh konselor bagaimana penerapannya nanti kedepan.

Hal ini sejalan dengan tujuan pendekatan CBT yang memfokuskan pada masa yang akan datang agar bisa menjadi lebih baik.

Berbagai proses dan tahapan diatas bisa disimpulkan bahwa menggunakan pendekatan CBT dengan model konseling kelompok, dianggap cocok dan efektif untuk persoalan yang dialami oleh anak remaja pelaku klitih. Karena teknik tersebut lebih menekankan bagaimana perasaan dapat mempengaruhi perilaku remaja, dalam hal yang dimaksud adalah perilaku klitih yang dilakukan tentu memiliki keterkaitan antara perasaan dan tindakan yang mempengaruhi anak remaja bisa terjebak dalam tindak kejahatan tersebut.

SIMPULAN

Perilaku klitih adalah perilaku kejahatan yang banyak memakan korban anak remaja. Seharusnya mereka berada dalam proses perkembangan yang menyenangkan namun sangat rawan terjebak dalam tindak kejahatan karena masih kurangnya kontrol diri serta pengaruh yang kuat dari lingkungan. Dalam hal ini sangat dibutuhkan peran orang tua, serta lingkungan sekitar sangat dibutuhkan dalam menjaga anak remaja terjerumus pada pergaulan yang salah.

Cognitive behaviour therapy akan membantu konselor dalam menangani permasalahan yang dialami dengan melakukan modifikasi perilaku, perasaan dan fikiran mereka dari arah negatif menuju positif atau dengan kata lain dari perbuatan yang keliru menuju perbuatan yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- .Elin & Erfan, 2023. Kronologi Klitih yang dilakukan 22 Remaja Jogja, Kapolda DIY Berawal Ketersinggungan, <https://yogya.inews.id/berita/kronologi-klitih-yang-dilakukan-22-remaja-kapolda-diy-berawal-ketersinggungan>.
- Fuadi A dkk, 2019. Faktor-faktor Determinasi Perilaku Klitih, *Jurna Spirit* 9 (2).
- Hartanto, 2020. Klitih Sebagai Kejahatan Disertai Kekerasan (Extraordinary Juvenile Delinquency), *Juris Humanity : Jurnal Riset dan Kajian Hukum Hak Asasi Manusia* 1 (1).
- Kuswatun E dkk, 2021. Konseling Islam Dengan Pendekatan Cognitive Behavioural Therapy (CBT) Untuk Mengatasi Kenakalan Remaja, *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1 (1), 5.
- Pratiwi Y A, 2018. Rasa Bersalah Pada Remaja Pelaku Klitih, *Jurnal Riset Mahasiswa dan Konseling* 4.(7).
- Sulistianingsih & Azhari, 2020. Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Cognitive Behavior

Therapy (CBT) Untuk Meningkatkan Kesadaran Pendidikan, Jurnal At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam 3 (1), 50-52.

Wijarnako dkk, 2021. Kejahatan Jalanan Klitih Oleh Anak di Yogyakarta, Jurnal Hukum Pidana dan Penanggulangan Kejahatan 10 (1).

Alomedika, 2023. Teknik Cognitive Behavioral Therapy, Teknik Cognitive Behavioral Therapy (CBT), <https://www.alomedika.com/tindakan-media/psikiatri/cognitive-behavioral->

Isnaini I & Alfi P, 2022. Cognitive Behavior Therapy Untuk Mereduksi Pikiran Negatif Pada Individu Dengan Episode Depresi Berat Tanpa Gejala Psikotik, Jurnal: Sudut Pandang (JSP) 2 (12), 32.

Wibisono A L dkk, 2022. Analisis Pemanfaatan Teknik Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Terhadap Kecemasan Matematis Siswa, MEGA: Jurnal Pendidikan Matematika 3 (2), 401-402.