

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK REBT DENGAN TEKNIK
JOURNALING UNTUK MENGURANGI
KECANDUAN PORNOGRAFI
(Penelitian Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung)**

SKRIPSI



Oleh:

Parwanti
17.0301.0004

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2020**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK REBT DENGAN TEKNIK
JOURNALING UNTUK MENGURANGI
KECANDUAN PORNOGRAFI
(Penelitian Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Candioto Temanggung)**

SKRIPSI



Oleh:
Parwanti
17.0301.0004

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2020**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK REBT DENGAN TEKNIK
JOURNALING UNTUK MENGURANGI
KECANDUAN PORNOGRAFI
(Penelitian Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam Menyelesaikan Studi
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh:
Parwanti
17.0301.0004

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2020**

PERSETUJUAN

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK REBT DENGAN TEKNIK
JOURNALING UNTUK MENGURANGI KECANDUAN PORNOGRAFI**
(Penelitian Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung)

Diterima dan Disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh:
Perwanti
17.0301.0004

Dosen Pembimbing I

Drs. Arie Supriyatno, M.Si.
NIP. 19560412 198503 1 002

Magelang, 12 Agustus 2020
Dosen Pembimbing II

Dra. Indiaty, M.Pd.
NIP. 19600328 198811 2 001

PENGESAHAN
PENGARUH KONSELING KELOMPOK REBT DENGAN TEKNIK
JOURNALING UNTUK MENGURANGI KECANDUAN PORNOGRAFI
(Penelitian Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Candierto Temanggung)

Oleh:

Parwanti

17.0301.0004

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Diterima dan disahkan oleh Penguji:

Hari : Senin

Tanggal : 24 Agustus 2020

Tim Penguji Skripsi

1. Drs. Arie Supriyatno, M.Si. (Ketua/Anggota)
2. Dra. Indiaty, M.Pd. (Sekretaris/Anggota)
3. Prof. Dr. M. Japar, M.Si., Kons. (Anggota)
4. Paramita Nuraini, M.Pd., Kons. (Anggota)

Mengetahui, 24 Agustus 2020
Dekan FKIP



Prof. Dr. M. Japar, M.Si., Kons.
NIP. 19550912 198503 1 006

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Parwanti
NIM : 17.0301.0004
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok REBT Dengan Teknik *Journaling*
Untuk Mengurangi Kecanduan Pornografi Peserta Didik Kelas XI SMA
Negeri 1 Candiroti Temanggung

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat merupakan hasil karya sendiri. Apabila ternyata dikemudian hari diketahui adanya plagiasi atau penjiplakan terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku dan bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan dan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya,

Magelang, 5 Agustus 2020
Yang membuat pernyataan,



Parwanti
17.0301.0004

MOTTO

Inna ma'al usriyusroo ...

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. (Al-Insiroh:6)

Jangan pergi mengikuti kemana jalan akan berujung. Buat jalanmu sendiri
dan tinggalkanlah jejak.

(Ralph Waldo Emerson)

Disiplin adalah jembatan antara cita-cita dan pencapaian.

(Jim Rohn)

PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Keluargaku tercinta. Terimakasih atas dukungan dan motivasinya.
2. Almamaterku tercinta, Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Muhammadiyah Magelang

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK REBT DENGAN TEKNIK JOURNALING
UNTUK MENGURANGI KECANDUAN PORNOGRAFI**
(Penelitian Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung)

Parwanti

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* dalam mengurangi kecanduan pornografi pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung .

Penelitian ini menggunakan *one grup design pretest posttest*. Subjek penelitian dipilih secara *perposiv sampling*. Sampel penelitian ini sebanyak 10 peserta didik yang masuk dalam kelompok eksperimen. Pengumpulan data menggunakan observasi dan angket kecanduan pornografi. Teknik analisis data menggunakan *uji Wilcoxon dengan bantuan SPSS for windows versi 16.0*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* berpengaruh untuk mengurangi kecanduan pornografi peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan skor rata-rata skala kecanduan pornografi kelompok eksperimen. Hasil penurunan skor *pretest* dan *posttest* skor tertinggi sebesar 54 atau (29.8 %) dan terendah sebesar 22 atau (14.2 %). Rata-rata kecanduan pornografi *pretest* dan *posttest* sebesar 33.8 atau (21.4 %). Semakin banyak penurunan skor skala kecanduan pornografi peserta didik maka membuktikan bahwa pengaruh konseling kelompok dengan teknik *journaling* dapat menurunkan kecanduan pornografi kelas eksperimen.

Kata kunci: Konseling Kelompok REBT, *Journaling*, Untuk Mengurangi Kecanduan Pornografi Peserta Didik

**THE EFFECT OF REBT GROUP COUNSELING WITH JOURNALING
TECHNIQUES TO REDUCE PORNOGRAPHIC ADDICTION
(Research on Class XI Students at Candirotto Temanggung State High School 1)**

Parwanti

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of REBT group counseling with journaling techniques in reducing pornography addiction in class XI students of SMA Negeri 1 Candirotto Temanggung.

This study used a one group pretest posttest design. The research subjects were selected by purposive sampling. The research sample consisted of 10 students who were included in the experimental group. Collecting data using observations and a questionnaire on pornography addiction. The data analysis technique used the Wilcoxon test with the help of SPSS for windows version 16.0.

The results showed that the journaling technique group counseling had an effect on pornography addiction to the XI grade students of SMA Negeri 1 Candirotto Temanggung. This is evidenced by the difference in the average score of the experimental group pornography addiction scale. The results of the decrease in the pretest and posttest scores were the highest score of 54 or (29.8%) and the lowest was 22 or (14.2%). The average pretest and posttest pornography addiction was 33.8 or (21.4%). The more the students' pornography addiction scale score decreased, it proved that the effect of group counseling with journaling techniques could reduce pornography addiction in the experimental class.

Keywords: REBT Group Counseling, Journaling, To Reduce Students'

Pornography Addiction

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, taufiq, hidayah, dan inayahNya. Hanya karena kekuatan dan bimbingan-Nya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok REBT Dengan Teknik Journaling Untuk Mengurangi Kecanduan Pornografi (Penelitian Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Candirotto Temanggung)”.

Terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa rohmat penulis menghanturkan terima kasih yang sebesar-besarnya bagi semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun materil baik langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini yang membantu kelancaran penulisan skripsi hingga selesai. Disamping itu izinkanlah penulis untuk menyampaikan terimakasih kepada:

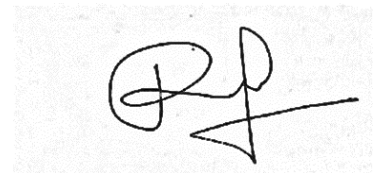
1. Dr. Suliswiyadi, M.Ag., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah mengesahkan secara resmi judul penelitian sebagai bahan penulisan skripsi sehingga penulisan skripsi berjalan dengan lancar,
2. Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memberikan ijin dan mengesahkan secara resmi penulisan skripsi kepada penulis untuk melakukan kegiatan penelitian,
3. Arif Wiyat Purnanto, M.Pd. selaku Wakil Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
4. Dewi Liana Sari, M.Pd. Kaprodi BK Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan kegiatan penelitian,
5. Arie Supriyatno, M.Si. dan Dra Indiati, M.Pd., dosen pembimbing yang telah membimbing dan memberikan masukan selama penulisan skripsi.

6. Dosen dan Staf Tata Usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah membantu dalam kelancaran skripsi ini.
7. Budi Hartono, M.Pd., Kepala SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung yang telah memberikan izin tempat untuk melaksanakan penelitian ini.

Semoga Allah SWT memudahkan jalan bagi hamba-hamba-Nya yang selalu menolong hamba-Nya yang lain dengan penuh keikhlasan. Akhirnya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Magelang, 11 Agustus 2020

Penulis,

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'P' followed by a series of loops and a long horizontal stroke extending to the right.

Parwanti
17.0301.0004

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENEGAS.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERNYATAAN.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
 BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kecanduan Pornografi Pada Peserta Didik.....	9
1. Pengertian Kecanduan Pornografi Pada Peserta Didik.....	9

2. Faktor-Faktor Kecenderungan Peserta Didik Mengakses Pornografi.....	24
3. Pengaruh dan Dampak Pornografi bagi Peserta Didik.....	26
4. Ciri-Ciri Kecanduan Pornografi.....	30
B. Konseling Kelompok REBT dengan Teknik <i>Journaling</i>	33
1. REBT (<i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>)	33
2. Konseling Kelompok.....	34
3. Konseling Kelompok REBT.....	46
4. Konseling Kelompok REBT dengan Teknik <i>Journaling</i>	47
C. Pengaruh Konseling Kelompok REBT Dengan Teknik <i>Journaling</i> Untuk Mengurangi Kecanduan Pornografi pada Peserta Didik.....	51
D. Penelitian yang Relevan.....	53
E. Kerangka Pikir.....	55
F. Hipotesis Penelitian.....	58

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	59
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	59
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	60
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	61
1. Populasi.....	61
2. Sampel.....	61
3. Sampling.....	61
E. Setting Penelitian.....	61
F. Metode Pengumpulan Data.....	62
1. Angket.....	62
2. Observasi.....	63
G. Instrumen Penelitian.....	64
H. Validitas dan Reliabilitas.....	66
1. Uji Validitas Instrumen.....	68
2. Uji Reliabilitas.....	68
I. Prosedur Penelitian.....	69

1. Tahap Pra Eksperimen.....	69
2. Tahap Eksperimen.....	70
3. Tahap Pasca Eksperimen.....	70
J. Metode Analisis Data.....	70
1. Uji Normalitas Sebaran.....	71
2. Uji Analisis Data.....	71
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	72
1. Pelaksanaan Penelitian.....	74
2. Analisis Diskriptif Variabel Penelitian.....	78
3. Pengujian Prasyarat Analisis.....	79
B. Pembahasan.....	83
C. Keterbatasan Penelitian.....	86
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	87
B. Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA.....	88
LAMPIRAN.....	91

DAFTAR TABEL

Judul	Halaman
Tabel 1 : Tabel <i>Group Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	59
Tabel 2 : Skoring Skala <i>Likert</i>	62
Tabel 3 : Pedoman Observasi	63
Tabel 4 : Kisi-Kisi Uji Coba Angket	65
Tabel 5 : Hasil Uji Validitas.....	67
Tabel 6 : Daftar Item Valid Kecanduan Pornografi.....	68
Tabel 7 : Hasil Uji Reliabilitas	69
Tabel 8 : Kategori Skor <i>Pretest</i> Tingkat Kecanduan Pornografi.....	73
Tabel 9 : Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen	73
Tabel 10 : Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	77
Tabel 11 : Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	78
Tabel 12 : Hasil Uji Normalitas Data	79
Tabel 13 : Hasil Analisis Statistik <i>Non Parametric Uji Wilcoxon</i> Kelompok Eksperimen.....	80
Tabel 14 : Penurunan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok Eksperimen	82

DAFTAR GAMBAR

Judul	Halaman
Gambar 1 : Kerangka Berfikir.....	51
Gambar 2 : Hubungan Variabel Bebas dan Variabel Terikat.....	60
Gambar 3 : Langkah Penyusunan Instrumen	64
Gambar 4 : Rumus Kategori	72
Gambar 5 : Grafik <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen	74
Gambar 6 : Grafik <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.	78
Gambar 7 : Grafik Penurunan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen..	82

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Penelitian.....	92
Lampiran 2	Surat Bukti Telah Melakukan Penelitian	93
Lampiran 3	Lembar Validasi Modul Penelitian	94
Lampiran 4	Angket Kecanduan Pornografi	98
Lampiran 5	Jadwal Kegiatan Konseling	102
Lampiran 6	Pedoman Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	103
Lampiran 7	Presensi <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	160
Lampiran 8	Daftar Hadir Kegiatan Konseling.....	162
Lampiran 9	Data Hasil Tryout	163
Lampiran 10	Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	164
Lampiran 11	Laporan Konseling Kelompok	165
Lampiran 12	Hasil SPSS	177
Lampiran 13	Hasil Reability Statistics	181
Lampiran 14	Buku Bimbingan	184
Lampiran 15	Dokumentasi Foto	192
Lampiran 16	Contoh Hasil Jurnal dari Peserta Didik	195
Lampiran 17	Lembar Evaluasi Kegiatan	197
Lampiran 18	Hasil Observasi	199

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehadiran internet telah mempercepat penyebaran informasi ke seluruh dunia, mengakses informasi, termasuk gambar-gambar porno dan berkirim video dengan sangat cepat dengan hitungan detik. Hal tersebut sangatlah meresahkan khususnya bagi kalangan remaja, karena pada masa remaja rasa keingintahuannya sangat besar terlebih kepada hal-hal yang baru. Salah satu stereotip yang menonjol pada remaja adalah mereka sangat berminat apabila berbicara, mempelajari atau mengamati hal-hal yang baru (Fitriasary, 2009). Menurut data yang dipublikasikan KPAI di Indonesia sejak tahun 2011-2014, jumlah anak korban pornografi dan kejahatan online mencapai 1022 anak. Secara rinci dipaparkan, anak-anak yang menjadi korban pornografi online 28%, pornografi anak online 21%, prostitusi anak online 20%, objek CD porno 15%, serta anak korban kekerasan seksual online 11% (KPAI, 2014).

Pornografi merupakan adiksi (kecanduan) baru yang tidak tampak pada mata, tidak terdengar oleh telinga, kecanduan ini sering terabaikan padahal bisa merusak sistem kerja otak, karena pornografi merusak lima bagian otak. Dari hasil observasi awal yaitu pada waktu penyitaan *handphone* oleh pihak sekolah dari 70 *handphone* yang disita di SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung, terdapat 80% *handphone* dari siswa yang didalamnya terdapat gambar dan video yang berbau pornografi. Setelah dilakukan pengecekan satu persatu oleh pihak sekolah, terdapat beberapa anak yang didalam daftar riwayat penjelajahan mengakses situs pornografi. Selain itu ada beberapa anak juga

tergabung dengan grup *whatsapp* yang didalamnya terdapat konten pornografi dengan saling berkirim video porno.

Pada waktu pengecekan *handphone* terdapat chattingan beberapa anak di *whatsapp* dengan lawan jenis dengan kata-kata mesra yang berbau pornografi. Hal yang lebih membahayakan lagi yaitu tersebar luasnya video mesum peserta didik dengan pasangannya yang menjadi viral di masyarakat. Sehingga akan yang melakukan tindakan tersebut diberikan sanksi berat yaitu pengunduran diri dari pihak sekolah. Hal tersebut terjadi salahnya satunya karena faktor dari orang tua yang kurangnya control dari orang tua terkait penggunaan *handphone* dan kebanyakan orang tua tidak bisa menggunakan *handphone* dengan aplikasi yang canggih.

Selama pembelajaran di kelas juga terdapat beberapa anak yang sering berkata ngelantur dan menjurus kearah pornografi. Dari wawancara dengan anak khususnya anak laki-laki bahwa mereka sering mengakses konten porno, ada yang satu hari sekali, ada yang dua hari sekali, ada yang satu minggu sekali dan ada juga yang setiap hari dengan waktu berjam-jam untuk melihat video yang berbau konten pornografi. Faktor yang utama yaitu konseling kelompok dengan teknik *journaling* belum pernah digunakan di SMA Negeri 1 Candioto Temanggung.

Penelitian pendahulu dilakukan Muhammad (2010) dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan kecanduan melihat situs pornografi pada remaja. Dari hasil penelitian Muhammad menunjukkan adanya hubungan antara kecanduan pornografi

dengan kecerdasan emosi. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya hubungan negative yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecanduan melihat pornografi sebesar $-0,327$ dengan $p \leq 0,004$. Artinya semakin tinggi nilai kecerdasan emosi maka kecanduan melihat situs porno semakin rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosi mempunyai peranan dalam mengontrol seseorang dalam mengakses pornografi. Penelitian oleh Muhammad hanya sebatas pada hubungan atau korelasi antara kecerdasan emosi dengan kecanduan pornografi sedangkan dalam penelitian ini menfokuskan pada penelitian eksperimen yang dilakukan konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling*. Setelah adanya perlakuan diharapkan adanya pengaruh yang signifikan untuk menurunkan kecanduan pornografi.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Fitriatun (2016) bahwa konseling kelompok dengan REBT bisa mereduksi kecanduan games online pada anak sekolah dasar. Hasil penelitian tersebut diketahui bahwa kecanduan games online pada anak bisa dikurangi dengan nilai $z = -2,201$ dan $p = 0,028$. Hal tersebut membuktikan bahwa konseling REBT bisa mengurangi kecanduan games. Kecanduan games merupakan adiksi yang bisa dilakukan terapi dengan menggunakan teori REBT dari Albert Ellies dimana prinsip dari teori tersebut yaitu merubah pemikiran irrasional menjadi rasional Fitriatun merupakan penelitian eksperimen dengan menfokuskan untuk mereduksi kecanduan games, sedangkan penelitian ini menfokuskan pada kecanduan pornografi. Antara kecanduan pornografi dan games online mempunyai korelasi yaitu

termasuk adiksi atau kecanduan. Salah satu pendekatan yang bisa mereduksi kecanduan yaitu pendekatan REBT.

Peserta didik yang sudah kecanduan pornografi pemikirannya cenderung irrasional karena mereka merasa akan nyaman dan tenang setelah mereka menonton video/film porno. Ada juga yang merasa jika mereka belum menonton video/film porno mereka belum merasa semangat dalam belajar. Pemikiran-pemikiran tersebut tentunya tidaklah irrasional. Untuk itulah perlunya konseling kelompok REBT dimana diharapkan bisa merubah pemikiran yang dahulunya irrasional menjadi pemikiran yang rasional.

Hasil yang diperoleh yaitu perlunya dilakukan tindakan pencegahan untuk menekan dan mengalihkan perhatian peserta didik untuk tidak melihat situs dan konten yang berbau pornografi. Salah satu tindakan yang dilakukan untuk menekan dan melakukan pencegahan yaitu dengan konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling*. Konseling kelompok REBT yaitu bantuan kepada anggota kelompok agar mampu pencegahan masalah, dan pengembangan-pengembangan keterampilan hidup yang dibutuhkan. Konseling kelompok REBT yang dilakukan yaitu dengan teknik *journaling* dimana teknik konseling kelompok yang dilakukan untuk mengungkapkan dan mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhannya, ekspresi-ekspresi yang disimpan diranah internal pribadi.

Penerapan konseling kelompok REBT tentunya ada dengan berapa teknik. Salah satunya yaitu dengan teknik *journaling*. Konseling kelompok dengan teknik ini dimana dengan konseling kelompok yang dilakukan dengan

cara menulis bisa mengekspresikan pikiran dan perasaan konseli ke dalam tulisan. Konseli bisa menuliskan apa yang ada dalam pikirannya yang dahulunya masih bersifat irrasional, nantinya setelah proses konseling konseli bisa menyadari bahwa pemikiran yang konseli lakukan melalui tulisan tersebut merupakan pemikiran yang irrasional dan diharapkan konseli bisa merubah menjadi pemikiran yang rasional.

Konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling*, konselor meminta konseli (anggota kelompok) untuk membuat entri-entri jurnal diantara sesi-sesi, kadang-kadang secara harian dan berbagai refleksi-refleksi itu selama sesi berikutnya menurut *Erford* (2015: 296). Teknik ini sangat cocok untuk menekan perilaku peserta didik yang suka menonton video pornografi karena dari hasil wawancara dengan para peserta didik yang suka menonton video pornografi, bahwa sebagian besar alasan peserta didik menonton itu dikarenakan karena biasanya remaja ada permasalahan di dalam keluarga atau lingkungan sekitar. Pelarian yang paling sederhana yang mereka lakukan yaitu dengan beralih ke situs-situs media sosial termasuk akses kearah pornografi. Remaja yang mengakses situs dan menontonnya pada awalnya mereka penasaran dari hal-hal yang sederhana misalnya dengan melihat video ciuman mereka akan terangsang, tetapi karena terlalu sering sering nonton maka sudah tidak terangsang lagi. Mereka menonton yang lebih ekstrim lagi misalnya video berhubungan seksual. Karena keseringan nonton mereka menjadi kecanduan yang mengakibatkan ketagihan yang yang berefek pada dirinya yaitu perasaan tidak nyaman dan gelisah yang menjadikan mereka kecanduan. .

Berdasarkan latar belakang di atas bahwa konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* sangat tepat untuk mengurangi kecanduan pornografi pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut.

1. Terdapat peserta didik SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung yang membuat video mesum video tersebut tersebar di dunia maya.
2. Dari hasil penyitaan *handphone* pada peserta didik kelas XI bahwa 80 % *handphone* pada anak laki-laki menyimpan video dengan konten pornografi.
3. Banyaknya peserta didik kelas XI yang laki-laki mengakses alamat-alamat konten pornografi dari daftar *history* di riwayat penjelajahan.
4. Banyaknya chattingan mesra dengan lawan jenis di *whatsapp* dengan bahasa yang sudah menjurus kearah pornografi.
5. Terdapat peserta didik yang bergabung dengan grub *whatsapp* yang isinya mengandung konten pornografi (gambar, video porno).
6. Terdapat peserta didik kelas XI yang jawabannya ngelantur dan mengarah kearah pornografi saat ditanya guru di dalam kelas.
7. Kontrol keluarga rendah dikarenakan jarang adanya orang tua yang bisa menggunakan *handphone* dengan aplikasi yang canggih.
8. Konseling kelompok dengan teknik *journaling* belum pernah digunakan di SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas, permasalahan difokuskan pada pengaruh konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* untuk mengurangi kecanduan pornografi peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka dapat diperoleh rumusan masalah dalam penelitian ini. “Apakah konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* berpengaruh untuk mengurangi kecanduan pornografi peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui pengaruh konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* untuk mengurangi kecanduan pornografi peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

- a. Memberikan bukti empiris kepada Guru Konseling Konseling mengenai pengaruh konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* untuk mengurangi kecanduan pornografi peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto.

- b. Memberikan tampilan pustaka kepada Kepala Sekolah dan Guru Konseling tentang konseling kelompok dengan teknik *journaling*.
- c. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi kalangan akademis Konseling dan Konseling Universitas Muhammadiyah Magelang.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru Konseling dan Konseling
Diharapkan dengan penelitian ini mampu memberikan masukan kepada guru agar bisa membantu guru dalam menekan dan mencegah pornografi di kalangan remaja.
- b. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperbaiki dan mengembangkan hasil penelitian selanjutnya khususnya terkait dengan teknik *journaling* dan tindakan pornografi di kalangan remaja.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kecanduan Pornografi Pada Peserta Didik

1. Pengertian Kecanduan Pada Peserta Didik

a. Pengertian Peserta Didik

Remaja adalah suatu periode transisi atau peralihan dari masa awal anak-anak hingga awal dewasa. Perkembangan remaja sangatlah cepat dan menonjol dalam mencapai kemandirian identitas yaitu dari pemikiran, abstrak, idealistis dan waktu yang dihabiskan lebih banyak di luar keluarga. Masa remaja biasanya terjadi pertentangan dengan orangtua, guru, teman sebaya, maupun masyarakat sekitar, sehingga remaja sering dihabiskan pada beberapa kesempatan dan pilihan yang semuanya dapat memberikan dampak bagi kehidupan remaja.

Hal senada juga dikatakan oleh Gunarsa (2006: 196) bahwa remaja adalah individu yang mengalami masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak yaitu antara usia 11/13 tahun hingga usian 20-an, perubahan yang terjadi termasuk perkembangan fisik, kognitif, kepribadian dan sosial. Sedangkan menurut *Peaget* (dalam *Hurlock*, 2014: 206) remaja adalah individu dimana individu tersebut sudah berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah ikatan orang-orang yang lebih tua melainkan dalam tingkatan yang sama sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Remaja disebut juga “pubertas” yang berasal dari bahasa Latin yang berarti “usia menjadi orang” yaitu suatu periode dimana anak dipersiapkan

untuk menjadi individu yang dapat melaksanakan tugas biologis berupa melanjutkan keturunan menurut (Gunarsa, 2006: 27)

Dari berbagai pendapat di atas dapat diambil kesimpulan remaja adalah suatu masa transisi atau peralihan dari anak-anak menuju dewasa dari rentang usia 12 tahun sampai 21 tahun, dimana pada masa tersebut aspek perkembangan seperti fisik, kognitif, kepribadian dan sosial mulai berkembang secara cepat. Masa remaja juga masa dimana individu mulai bisa berinteraksi dengan masyarakat dewasa, dan anak remaja sudah tidak ingin lagi dianggap atau dikatakan anak kecil.

Secara garis besar masa remaja ditandai oleh enam ciri-ciri yaitu menurut *Hurlock* (2014: 207-209):

- 1) Remaja sebagai periode penting yang perubahan-perubahan yang dialami masa remaja memberikan dampak langsung pada individu yang bersangkutan dan akan mempengaruhi perkembangan selanjutnya.
- 2) Masa peralihan, yaitu masa peralihan dimana peralihan antara masa kanak-kanak menuju dewasa. Status remaja tidak jelas, keadaan ini memberi waktu pada remaja untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya.
- 3) Masa remaja sebagai periode perubahan, yaitu perubahan pada emosi perubahan tubuh, minat dan peran menjadi dewasa dan

mandiri, perubahan pada nilai-nilai yang dianut, serta keinginan akan kebebasan.

- 4) Masa remaja sebagai masa pencarian identitas diri, yaitu remaja berusaha menjelaskan siapa dirinya dan apa peranannya dalam masyarakat.
- 5) Masa remaja sebagai masa menimbulkan ketakutan, karena anak remaja biasanya sulit diatur, cenderung berperilaku kurang baik. Hal tersebut menjadikan orang tua merasa takut.
- 6) Remaja merupakan masa yang tidak realistik. Remaja cenderung memandang kehidupan dari kaca mata berwarna merah jambu, melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang diinginkan dan bukan sebagaimana adanya terlebih dalam cita-cita.
- 7) Remaja sebagai masa dewasa. Remaja mengalami kebingungan atau kesulitan di dalam usaha meninggalkan kebiasaan pada usia sebelumnya dan di dalam memberikan kesan bahwa mereka hampir atau sudah dewasa, yaitu dengan merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perilaku seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

Kesimpulan yang bisa diambil bahwa perubahan fisik maupun psikis pada diri remaja, kecenderungan remaja akan mengalami masalah dalam penyesuaian diri dengan lingkungan. Hal ini diharapkan

agar remaja dapat menjalani tugas perkembangan dengan baik-baik dan penuh tanggung jawab.

Menurut Sarwono (2015) tahapan perkembangan remaja dibagi menjadi tiga yaitu

1) Remaja awal (*early adolescence*) dengan usia (12-15 tahun)

Remaja pada tahap ini masih merasa heran dengan kondisi perubahan fisik yang ada dalam tubuhnya sendiri. Remaja sering mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik dengan lawan jenis dan mudah terangsang pada hal-hal yang berbau seksual. Adapun ciri pada tahap ini yaitu lebih dekat dengan teman sebaya, ingin bebas dan lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berfikir abstrak.

2) Remaja Madya (*niddle adolescence*) dengan usia (15-18 tahun)

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Remaja sangat senang memiliki banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan "*nareistic*" yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Adapun ciri-cirinya yaitu mencari identitas diri, timbulnya keinginan untuk mencari pasangan, mempunyai cinta yang mendalam, mengembangkan kemampuan berfikir abstrak, berkhayal tentang aktivitas seks.

3) Remaja Akhir (*late adolescence*) dengan usia (18-21 tahun)

Tahap ini adalah konsolidasi menuju periode dewasa yang ditandai oleh pencapaian lima hal yaitu (1) minatnya semakin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek, (2) egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dalam pengalaman-pengalaman baru, (3) terbentuknya identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, (4) egosentrisme yaitu terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri, (5) tumbuhnya dinding pemisah antara diri pribadi dengan masyarakat umum.

Tugas perkembangan remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku untuk bersikap dan berperilaku secara dewasa. Menurut *Hurlock* (2014: 210-211) tugas-tugas perkembangan remaja yaitu:

- 1) Mampu menerima keadaan fisiknya
- 2) Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa
- 3) Mencapai kemandirian emosional
- 4) Mampu membina hubungan baik dengan anggota keluarga yang berlainan jenis
- 5) Mencapai kemandirian ekonomi
- 6) Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.

- 7) Memahami dan menginternalisasikan orang-orang dewasa dan orang tua.
- 8) Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa
- 9) Mempersiapkan untuk memasuki perkawinan
- 10) Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab keluarga.

Tugas perkembangan fase remaja sangat berkaitan dengan perkembangan kognitif, yaitu fase operasional formal. Kematangan pencapaian fase kognitif akan sangat membantu kemampuan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan dengan baik. Agar dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangan dengan baik, dibutuhkan kemampuan kreatif remaja. Perkembangan kreatif ini banyak diwarnai oleh perkembangan kognitifnya.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa peserta didik adalah individu yang berada pada rentang usia 15-18 tahun, dimana usia rentangnya masuk dalam kategori anak remaja. Remaja pada yang ada di jenjang sekolah menengah atas masuk dalam tahapan remaja madya dimana rentang usia remaja madya yaitu berkisar 15-18 tahun. Pada masa ini anak terjadi perubahan yang pesat dari segi fisik maupun psikis, jika remaja belum bisa menyadari dan mehami perubahan yang ada pada tubuhnya dan belum bisa menerima kondisi

tubuhnya mengakibatkan remaja akan mengalihkan perhatiannya kearah hal-hal yang negatif salah satunya yaitu pornografi.

b. Pengertian Pornografi

Kata pornografi berasal dari bahasa Yunani kata "*porneia*" yang berarti seksualitas yang tidak bermoral atau tidak beretika atau yang populer disebut sebagai zina dan kata "*grafe*" yang berarti kitab atau tulisan. Kata kerja "*porneuw (porneo)*" berarti melakukan tindakan seksual tidak bermoral (*berzinal* atau *commit sexual immorality*) dan kata benda "*pornh (porne)*" berarti perzinahan atau juga prostitusi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia pornografi sebagai (1) penggambaran tingkah laku secara erotis dengan lukisan atau tulisan untuk membangkitkan birahi, (2) bahan bacaan yang sengaja atau semata-mata dirancang untuk membangkitkan nafsu birahi seks.

Menurut Hawari (2010: 24) pornografi mengandung dua arti yang itu yang pertama penggambaran tingkah laku secara erotis dengan perbuatan atau usaha untuk membangkitkan nafsu birahi seksual, misalkan dengan pakaian yang merangsang. Pengertian yang kedua pornografi adalah perbuatan seksual (*cabul*). Pornografi dapat dilakukan secara langsung misalkan hubungan seksual, ataupun melalui media cetak atau elektronik, seperti gambar atau bacaan porno yang sengaja atau dirancang untuk membangkitkan nafsu birahi.

Hal senada juga dikatakan oleh Armando (2004: 2) pornografi adalah materi yang disajikan di media tertentu yang dapat ditujukan

untuk membangkitkan hasrat seksual khalayak atau eksploitasi seks. Dari definisi Hawari dan Armando menggunakan kata kunci “membangkitkan hasrat seksual dan nafsu birahi untuk memperjelas kekhususan diri pornografi. Maka demikian, pendapat lainnya berkata bahwa penggunaan kata kunci “membangkitkan hasrat seksual khalayak atau eksploitasi seks” masih sangat relatif kecil untuk dijadikan patokan.

Sedangkan menurut UU No.44 Tahun 2008 dalam Bab 1 Pasal 1 Ayat 1: “Pornografi adalah gambar, sketsa, ilustrasi, foto, tulisan, suara, bunyi, gambar bergerak, animasi, kartun, syair, percakapan, gerak tubuh, atau bentuk pesan komunikasi lain melalui berbagai bentuk media komunikasi dan atau pertunjukan di muka umum, yang memuat kecabulan atau eksploitasi seksual yang melanggar norma kesusilaan dalam masyarakat”.

Pornografi merupakan salah satu isu hangat yang diperbincangkan masyarakat sejak munculnya wacana Undang-Undang Anti Pornografi dan Pornoaksi pada awal tahun 2006. Undang-Undang Anti Pornografi telah mendefinisikan pornografi sebagai gambar, sketsa, ilustrasi, foto, tulisan, suara, bunyi, gambar bergerak, animasi, kartun, percakapan, gerak tubuh atau bentuk pesan lainnya melalui berbagai bentuk media komunikasi dan atau pertunjukkan di muka umum yang membuat kecabulan atau eksploitasi seksual yang melanggar norma kesusilaan dalam masyarakat. (Undang-undang

Republik Indonesia Nomor Tahun 2008). Secara garis besar dalam wacana porno atau penggambaran tindakan pencabulan (pornografi) kontenporer ada beberapa varian pemahaman porno yang dapat dikonseptualisasikan menjadi pornografi pornoaksi dan pornosuara, dalam kasus tertentu semua katagori konseptual itu dapat menjadi sajian dalam satu media, sehingga melahirkan konsep baru yang dinamakan pornomedia.

Bungin (2005: 124) menjelaskan bahwa pornografi adalah gambar-gambar perilaku pencabulan yang lebih banyak menonjolkan tubuh dan alat kelamin manusia. Sifatnya yang senonok, jorok dan vulgar membuat orang yang melihatnya terangsang. Konsep porno media meliputi realita yang diciptakan oleh media seperti gambar-gambar dan teks-teks porno yang dimuat melalui media cetak, film-film porno yang ditayangkan di televisi, cerita-cerita cabul yang disiarkan di radio, provider telepon yang menjual jasa-jasa suara rayuan porno dan sebagainya serta proses penciptaan realitas porno sendiri. Seperti proses rayuan yang mengandung rangsangan seksual melalui sambungan telepon, penerbitan teks-teks porno, dan sebagainya.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pornografi yaitu penggambaran tingkah laku secara erotis melalui media seperti gambar, teks-teks, video porno, cerita-cerita cabul maupun melalui media langsung dengan tujuan untuk merangsang hasrat seksual seseorang atau merangsang hasrat birahi seseorang.

c. Kecanduan Pornografi Pada Peserta Didik

Menurut *Hovart* (1989) kecanduan berarti suatu aktivitas atau substansi yang dilakukan berulang-ulang dan dapat menimbulkan dampak negatif. *Hovart* menjelaskan contoh kecanduan bisa bermacam-macam, bisa ditimbulkan akibat zat tertentu seperti judi, overpending, shoplifting, aktivitas seksual dan sebagainya. Salah satu jenis kecanduan yaitu kecanduan pornografi.

Kecanduan atau *addiction* menurut *Chaplin* (2009:145) yaitu keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius. Pada umumnya, kecanduan tersebut menambah toleransi terhadap obat bius, ketergantungan fisik psikologis, dan menambah gejala pengasingan diri dari masyarakat apabila obat bius dihentikan. Sedangkan menurut Lance Dodes (dalam Lahallo, 2014: 7) ada dua jenis kecanduan yaitu *physical addiction* adalah kecanduan yang berhubungan dengan *alkohol* atau *kokain* dan *non physical addiction* yaitu kecanduan yang tidak melibatkan alkohol dan kokain.

Kesimpulan yang dapat diambil bahwa kecanduan adalah suatu aktivitas atau substansi yang dilakukan secara berulang-ulang yang dapat menimbulkan dampak negatif bisa efek pornografi atau pengaruh obat tertentu. Salah satu jenis kecanduan yang sering terjadi yaitu kecanduan pornografi.

Kecanduan pornografi merupakan kecanduan dalam kategori *non physical addiction*. Menurut *Goodman* (2001) menyampaikan

bahwa kecanduan pornografi dapat ditandai dua hal yaitu kegagalan yang berulang-ulang dalam mengontrol perilaku (ketidakmampuan untuk mengontrol) dan berlanjutnya perilaku berulang-ulang tersebut walaupun menimbulkan dampak yang tidak baik.

Kartolo (2007: 252) kecanduan pornografi yaitu merupakan perilaku abnormal dimana seseorang lebih banyak mendapatkan kepuasan seks dengan melalui literatur dan gambar pornografis. Kecanduan pornografis mendorong pecandunya terbawa dalam aktifitas melihat pornografi sehingga pecandu akan merasakan sensasi seperti kegairahan, kesenangan yang membuat mereka bergantung secara psikologis (Halgin, 2011: 274).

Dari pendapat di atas kecanduan pornografi yaitu perilaku yang diluar batas kewajaran yang dilakukan oleh individu, dimana individu tersebut tidak bisa mengontrol dirinya untuk mendapatkan kepuasan seksual melalui buku, teks-teks, video ataupun sumber lain yang ada konten porno.

Konsep kecanduan pornografi dari segi neurologi menurut Struthers (2012: 95-117) yakni ketika seseorang melihat pornografi secara berulang-ulang maka saraf otak akan melebar. Adapun hormon-hormon yang sangat terkait dengan hal seksual dan hormon terkait dengan kecanduan pornografi yaitu *dopamine*, *testeron*, *nerepinephrin*, *serotonin* dan *oksitosin*. *Dopamine* merupakan *neurotransmitter* yang membantu membawa sinyal saraf ke sinaps. Ketika diaktifkan

dopamine akan merangsang perasaan senang dan kepuasan yang kemudian akan disimpan dalam ingatan. Keadaan inilah yang kemudian membuat otak yang terpapar pornografi mengalami kenikmatan tertinggi sehingga menimbulkan efek kecanduan sama halnya seperti yang dirasakan pada kecanduan oleh obat-obatan.

Hormon yang kedua yaitu *testeron*, hormon ini penting dalam perkembangan seksual pada orang dewasa, hormon ini penting untuk memunculkan minat dan motivasi seksual. Pornografi menyebabkan otak terus menerus menghasilkan *testeron* dan meningkatkan keinginan seksual sehingga dengan dorongan ini, otak bersiap-siap menafsirkan sinyal terkait gambar porno apapun. Kehadiran pasangan seksual, maupun fantasi seksual dan memberikan jalan bagi kebutuhan akan pemuasan seksual. Ketiga yaitu *norepinephrin*, yaitu hormon yang berperan penting dalam merespon rangsangan seksual dan merangsang rangsangan pada seluruh tubuh sebagai persiapan bagi aktifitas seksual. Rangsangan inilah yang membuat bersemangat terhadap pecandu dalam melihat materi pornografi dan pada bagian ini, hormon ini akan selalu menyimpan rangsangan emosional dalam diri pecandu, sehingga membuat ia akan selalu mengingat materi pornografi tersebut. Keempat, yaitu *serotonin* yaitu hormon pemberi rasa senang dan dalam kaitannya dengan kecanduan pornografi, ketika jumlah serotonin meningkat maka terjadi disfungsi seksual khususnya pria. Tetapi ketika hormon tersebut ditekan oleh *dopamine* maka hormon ini menjadi

penting dalam merangsang hasrat seksual sehingga menjadikan munculnya perilaku impulsif dan agresif. Hormon kelima yaitu *oksitosin* yaitu dilepaskan ke dalam otak dan terdeteksi pada beberapa bagian yang terlibat dalam pengalaman seksual. Hal tersebut mengakibatkan kelekatan sosial pecandu dengan pasangan seksual namun ketika perilaku seksual berulang-ulang dilakukan tanpa kehadiran pasangan maka pecandu akan terikat pada gambar atau materi pornografi (Struthers, 2012: 95-117).

Menurut Cline (dalam Armando, 2004: 3) tahapan dari efek pornografi yang dialami konsumen pornografi adalah sebagai berikut:

1) Tahap *Addiction* (Kecanduan)

Sekali seseorang menyukai materi yang berkonten porno, maka akan mengalami ketagihan. Kalau yang bersangkutan tidak mengkonsumsi pornografi maka ia akan mengalami kegelisahan. Sedangkan jika menurut *Conner* dan *Campbell* (dalam Hasan, 2008: 15) aktifitas melihat konten pornografi menjadi kebiasaan yang sulit untuk dihentikan bagi pecandu karena mereka membiarkan diri terpikat olehnya.

2) Tahap *Escalation* (eskalasi)

Setelah sekian lama mengkonsumsi media porno, selanjutnya ia akan mengalami efek eskalasi, akibatnya seseorang akan membutuhkan materi seksual yang lebih eksplisit, lebih sensasional, lebih menyimpang dari sebelumnya yang biasa

dikonsumsi. Bila pecandu semula sudah merasa puas menyaksikan gambar wanita telanjang, selanjutnya ia ingin melihat film yang memuat adegan seks. Setelah sekian lama ia merasa jenuh dan ingin melihat adegan yang lebih eksplisit lagi atau lebih liar, misalnya adegan seks berkelompok. Perlahan-lahan hal itupun akan menjadi nampak biasa, dan menginginkan lebih berani dan seterusnya. Efek kecanduan dan eskalasi menyebabkan timbulnya peningkatan permintaan terhadap pornografi. Akibatnya kadar kepornoan dan keeksplisitan produk meningkat. Kedua efek ini berpengaruh terhadap perilaku seks seseorang.

3) Tahap Desentization (Desensitisasi)

Pada tahap ini materi yang tabu, immoral, mengejutkan pelan-pelan akan menjadi sesuatu yang biasa. Kecanduan pornografi bahkan menjadi cenderung tidak sensitif terhadap kekerasan seksual. Sebuah studi menunjukkan bahwa pelaku masuk dalam katagori “*hard core*” menganggap bahwa pelaku pemerkosaan hanya perlu diberikan hukuman ringan.

4) Tahap Act-out

Pada tahap ini seseorang pecandu pornografi akan meniru atau menerapkan perilaku seks yang selama ini ditontonnya di media. Ini menyebabkan mereka yang kecanduan pornografi akan menjadi sulit menjalin hubungan seks yang sesungguhnya yang penuh kasih sayang dengan pasangan. Ini terjadi karena film-film porno

biasa menyajikan adegan-adegan seks yang sebenarnya tidak lazim atau sebenarnya dianggap menjijikkan atau menyakitkan oleh wanita dalam keadaan normal. Ketika pria berharap pasangannya melakukan meniru aktifitas semacam itu, keharmonisan hubungan itupun retak. Menurut Connel & Campbell (dalam Hasan, 2008: 15) pada titik ini pecandu mulai mewujudkan obsesi dan fantasinya. Mereka ingin membuat terealisasi di dunia nyata, misalnya dengan bentuk pencabulan dan mulai melakukan aktifitas seksual sebenarnya.

Aktifitas melihat pornografi bermula dari munculnya minat untuk melakukan aktifitas tersebut dan berlanjutnya intensitas mengakses pornografi. Menurut Soekadji dan Twiford (dalam Ahmadi, 2007) aspek minat menonton video porno dapat dilihat dari frekuensi yaitu ukuran untuk mengetahui sejauh mana seseorang sering atau tidak melakukan perbuatan tersebut dalam bentuk jumlah pemakaian, durasi yaitu lamanya aktivitas itu berlangsung yang diukur melalui rentang waktunya, menunjukkan waktu yang diperlukan oleh seseorang untuk melakukan setiap tindakan dan intensitas yaitu menjelaskan sejauh mana seseorang melakukan terjadinya suatu tindakan.

Kesimpulan dari beberapa pendapat di atas bahwa kecanduan pornografi pada peserta didik yaitu merupakan perilaku abnormal yang dilakukan oleh peserta didik, dimana peserta didik lebih banyak mendapatkan kepuasan seks dengan melalui media gambar, teks, suara

atau video yang bisa mendorong pecandunya terbawa dalam aktifitas melihat pornografi sehingga pacandu akan merasakan sensasi seperti kegairahan, kesenangan yang membuat mereka bergantung secara psikologis. Adapaun hormon yang mempengaruhi seseorang untuk kecanduan pornografi yaitu *dopamine*, *testeron*, *nerepinephrin*, *serotonin* dan *oksitosin*. Sedangkan tahapan-tahapan peserta didik untuk kecanduan pornografi ada empat tahap yaitu tahap kecanduan, tahap eskalasi, tahap desensitisasi dan tahap *act out* (meniru).

2. Faktor-Faktor Kecenderungan Peserta Didik Mengakses Pornografi

Kecenderungan perilaku mengakses situs porno menurut *Young* (dalam Rahmawati, 2002: 4-5) dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang berasal; dari kondisi personal individu dibagi kedalam dunia bagian yaitu faktor kepribadian dan kontrol diri, dan faktor situasional yang merujuk pada riwayat kesehatan dan kehidupan seks. Kontrol diri yang rendah menjadikan seseorang untuk mengakses konten negatif berupa pornografi, karena perhatiannya hanya tertuju pada internet dan berharap untuk segera online dan mengakses situs yang berbau konten porno. Pengguna internet yang mempunyai kontrol diri rendah akan menghabiskan waktu sampai berjam-jam untuk mengakses konten pornografi atau konten negatif lainnya.

Bagi yang sudah merasa nyaman dengan internet, maka ia akan melupakan kegiatan yang seharusnya dilakukan seperti belajar, bekerja hingga sosialisasi dengan orang lain bahkan mereka menjadikan internet sebagai tempat untuk melarikan diri dari masalah kehidupan (Dwiputra, 2017: 21).

Pada pengguna internet yang mempunyai kontrol diri rendah tidak mampu memadu, mengarahkan dan mengatur perilaku online. Mereka tidak mampu menginterpretasi stimulus yang dihadapi, tidak mempertimbangkan konsekuensi atau memikirkan akibat yang akan dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat dalam perilaku online (Hidayat, 2004: 9).

b. Faktor Eksternal

Pada tahap ini faktor berasal dari luar diri individu berupa faktor interaksional dan lingkungan. Faktor interaksional berasal dari aspek interaktif aplikasi internet. Ditemukan bahwa aplikasi komunikasi yang bersifat dua arah berbentuk *email*, *chatting room*, dan *new group* lebih bersifat adiktif karena didalamnya pengguna dapat membangun interaksi yang kondusif dan dapat membentuk persahabatan, kesenangan seksual dan perubahan identitas. Faktor Lingkungan berasal dari pendidikan seks formal maupun informal maupun lingkungan subjek sendiri.

3. Pengaruh dan Dampak Pornografi bagi Peserta Didik

Menurut Abdurrahman (2005: 101) pengaruh pornografi bagi peserta didik diantaranya:

- a. Pornografi akan mendorong seseorang untuk berfantasi tentang hubungan seks. Ketika birahi tinggi, seseorang ingin memuaskan hal itu, namun jika tidak adanya sarana-sarana untuk menyalurkan hasrat birahnya, maka akan disalurkan lewat fantasi (khayalan)

- b. Pornografi mendorong praktek seks bebas.

Remaja yang gemar mengkonsumsi media-media pornografi baik laki-laki maupun perempuan, besar kemungkinan dapat terlibat melakukan hubungan seks bebas.

- c. Pornografi akan memicu kekerasan seksual

Dalam kondisi tertentu, pornografi dapat memicu tindak kekerasan seks khususnya pada perempuan yaitu tindakan pemerkosaan.

- d. Pornografi mendorong perilaku penyimpangan seksual

Melalui media pornografi terdapat materi-materi tentang pedofilia, sodomi, homoseksual, lesbian, bahkan hubungan seks dengan binatang.

Adanya penelitian tentang dampak biologis dan psikologis yang disebabkan oleh pornografi disampaikan oleh Hawari (2010: 90) tentang penelitian yang dilakukan oleh Hilton tahun 2009 dari rumah sakit San Fransisco di Amerika Serikat, menyatakan bahwa adiksi (kecanduan) pada manusia termasuk anak-anak dan remaja bermuara pada perubahan sirkuit

otak. Orang yang kecanduan tertentu (misalnya kecanduan pornografi) hormon tersebut akan digunakan secara terus menerus yang menjadikan jumlahnya menjadi sangat kecil. Sel otak yang memproduksi *domamin* menjadi mengecil, sehingga sel itu mengkerut dan tidak mampu berfungsi secara normal. Hal tersebut menjadikan sel pengantar saraf atau pengirim pesan ke otak terganggu. Hal tersebut menjadikan kontrol diri individu terganggu, dan terus berupaya mencari kepuasan secara berulang-ulang dan intensitasnya semakin meningkat. Adiksi atau kesenangan tertentu juga dapat mempengaruhi kekuatan sumber belajar dan memori. Padahal otak ringan rangkaian listrik berjalan dengan sangat cepat, sedangkan bagi pecandu rangkaian listrik itu berjalan dengan lambat.

Menurut *Cooper* (1999) intensitas mengakses situs porno merupakan ukuran dari jumlah kegiatan dalam mengunjungi atau lamanya mengakses situs porno untuk mengetahui serta mencari hiburan dalam jaringan internet yang menyediakan dan menyajikan gambar-gambar yang memuat adegan erotik baik yang pasif maupun yang bergerak dan bersifat porno yang terdiri dari aspek-aspek aktivitas, aspek refleksi, aspek kesenangan dan aspek kegairahan.

Dari pendapat di atas dampak dan pengaruh pornografi yaitu mendorong seseorang untuk berfantasi (berkhayal), mendorong seseorang untuk melakukan seks bebas, memicu kekerasan seksual dan mendorong terjadinya penyimpangan seksual. Hal tersebut dikarenakan seseorang yang pecandu pornografi hormon dalam otaknya (*domanine*) akan terus menerus

terpakai sehingga kerja sel otak menjadi lambat dan tidak berjalan dengan normal. Pornografi memberikan dampak yang tidak baik bagi peserta didik. Semakin sering peserta didik mengakses konten yang berbau pornografi, maka efeknya semakin buruk. Adapun dampak dari pornografi bagi peserta didik yaitu:

a. Ketagihan (kecanduan)

Pornografi juga membuat penikmatnya ketagihan atau kecanduan. Bagi remaja, kecanduan situs porno akan berdampak negatif terhadap karakter seseorang.

b. Terjebak pergaulan bebas

Karena terinspirasi oleh film yang mereka tonton, maka kegiatan seks bebas mulai mereka lakukan. Dampak dari hal tersebut yaitu rusaknya mental dan moral yang berakibat pada kejahatan-kejahatan seksual seperti maraknya pemerkosaan, hamil diluar nikah dan penyakit kelamin.

c. Perilaku seksual yang menyimpang

Pornografi yang mengeksploitasi seks secara vulgar akan merangsang nafsu seks yang berkobar-kobar. Awalnya akan terasa cukup dengan melihat, namun semakin lama untuk memenuhi rangsangan nafsu seks dibutuhkan sesuatu yang lebih intens dan kuat. Ketika nafsu seks sudah tidak bisa dibendung lagi, maka dibutuhkan pelampiasan. Pelampiasan bisa dengan melakukan masturbasi, pelecehan maupun kekerasan seksual pada orang lain.

Kesimpulan yang bisa diambil bahwa dampak pornografi bagi peserta didik yaitu kecanduan, pergaulan bebas, dan perilaku seks yang menyimpang (disorientasi seksual). Dampak tersebut dikarenakan peserta didik belum memahami pentingnya pendidikan seks. Jika dilihat dari segi psikologis pornografi dapat berakibat pada melemahnya fungsi pengendalian diri terutama terhadap naluri agresivitas fisik maupun seksual. Pornografi dapat memicu tindakan-tindakan diluar kontrol diri. Menurut Hawari (2010: 25-26) pornografi yang dilakukan secara terus-menerus akan berdampak pada:

- a. Perzinahan
- b. Pergaulan bebas
- c. Perselingkuhan
- d. Kehamilan diluar nikah
- e. Aborsi
- f. Anak yang dilahirkan diluar pernikahan
- g. Kekerasan seksual (pemeriksaan)
- h. Perilaku seksual menyimpang (homoseksual, lesbian, phedofilia)
- i. Penyakit kelamin termasuk HIV/AIDS

Hal senada juga dikemukakan oleh Djubaedah (2009: 121) bahwa pornografi dan pornoaksi tidak hanya mencemarkan nama baik serta merugikan kehormatan orang lain. Perbuatan yang menodai diri sendiri dan mencemarkan orang lain yaitu pembunuhan, perzinahan, pemerkosaan dan aborsi. Secara umum bahaya pornografi meliputi (1) merusak kepribadian, (2) terjadi pergeseran norma-norma di masyarakat, (3) meningkatnya kasus asusila, (4) kerusakan otak dan gangguan kejiwaan, (5) anak bisa menjadi korban pelecehan seksual/kekerasan seksual.

Sikap remaja mengenai permasalahan yang bernuansa seks cukup antusias dan bahkan ada yang kuat sekali. Isi dari konten pornografi mendorong remaja untuk melakukan seks bebas. Adapun sikap remaja untuk melakukan pornografi dipengaruhi oleh (1) komponen kognisi yang berhubungan dengan pemikiran, (2) komponen afeksi yang menyangkut kehidupan emosional seseorang dan (3) komponen konasi yang merupakan kecenderungan bertingkah laku.

4. Ciri-Ciri Kecanduan Pornografi

Kecanduan pornografi menurut Hasan (2008: 15) mempunyai ciri-ciri yaitu (1) tidak memiliki keterampilan sosial yang memadai, (2) bergelut dengan fantasi-fantasi yang bersifat seksual, (3) mengkhayal dengan figur-figur imajinasinya, (4) tidak bisa menahan diri untuk tidak bisa mengendalikan diri, (5) jika diajak bicara menghindari kontak mata, (6) sulit berkonsentrasi dengan belajar, (7) kurang bergairah dalam melakukan kegiatan sehari-hari, (8) perilaku mulai impulsif, (9) suka berbohong dan

emosi naik turun, (10) sulit menjalin hubungan dengan teman dekat, (11) tidak mau disalahkan, (12) empati menurun.

Sedangkan menurut Pusat Penyuluhan Sosial (2015: 43) ciri ciri kecanduan pornografi yaitu (1) bila ditegur dan dibatasi bermain *handphone* dia marah, melawan dan berkata kasar, (2) mulai impulsif, berbohong, sering berkata jorok, moody, (3) malu tidak pada tempatnya, (4) sulit berkonsentrasi, (5) jika berbicara cenderung menghindari kontak mata, (6) menyalahkan orang, (7) secara emosional menutup diri, (8) prestasi akademis menurun, (9) sering bermain dengan kelompok tertentu saja, (10) hilangnya empati.

Ciri-ciri tersebut menunjukkan sikap perilaku seseorang yang menunjukkan kecanduan pornografi. Menurut Saifuddin (2007: 23) sikap itu sendiri terbagi menjadi tiga komponen yaitu:

Menurut Saifuddin (2007: 23) sikap itu sendiri terbagi menjadi tiga komponen yaitu:

a. Komponen kognitif

Merupakan representasi apa yang dipercayai oleh individu pemilik sikap, komponen kognitif berisi kepercayaan *stereotype* yang dimiliki individu mengenai sesuatu dapat disamakan penanganan (opini) terutama apabila menyangkut masalah isu atau kontroversial. Komponen ini juga berisi semua pemikiran yang diketahuinya sekitar objek sikap, tanggapan, keyakinan, kesan, atribusi dan penilaian tentang objek sikap.

b. Komponen afektif

Merupakan perasaan yang menyangkut aspek emosional. Aspek emosional inilah yang biasanya berakar paling dalam sebagai komponen sikap dan merupakan aspek yang paling bertahan terhadap pengaruh-pengaruh yang mungkin adalah mengubah sikap, afeksi dari sikap perasaan suka atau tidak suka, senang atau tidak senang terhadap objek sikap.

c. Komponen konatif/perilaku

Merupakan aspek kecenderungan berperilaku tertentu sesuai dengan sikap yang dimiliki oleh seseorang. Aspek ini berisi tendensi atau kecenderungan untuk bertindak atau bereaksi terhadap sesuatu dengan cara-cara tertentu. Respon subjek yang berkenaan dengan objek sikap, tindakan atau perbuatan yang dapat diamati, intense atau niat untuk melakukan hubungan dengan objek sikap.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa komponen sikap seseorang terhadap objek tertentu merupakan manifestasi dari ketiga komponen yaitu kognitif, afektif, dan perilaku/konasi. Apabila individu menunjukkan kognisi yang baik, afektif yang positif dan perilaku yang positif maka individu tersebut akan memberikan suatu sikap yang negatif terhadap pornografi. Sikap negatif ini diwujudkan menjauhi, menghindari, membenci, dan tidak menyukai pornografi.

B. Konseling Kelompok REBT Dengan Teknik *Journaling*

1. REBT (*Rational Emotive Behavioral Therapy*)

Albert Ellis merupakan salah satu seorang tokoh yang mempelopori terbentuknya REBT. REBT adalah salah satu model konseling yang membantu kliennya dalam bidang kognisi, emosi dan perilaku. Menurut Ellis (Latipun, 2015: 77) bahwa REBT merupakan terapi yang komprehensif yang menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi dan perilaku. Jadi REBT adalah salah satu model konseling yang membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat bagi dirinya dalam bidang kognisi, emosi dan perilaku, yang mana dalam bidang tersebut individu bisa berfikir yang rasional dengan akal pikiran yang sehat. Menurut Kurnanto (2013: 67) REBT adalah salah satu corak konseling yang menekankan kebersamaan dan reaksi antara berfikir dan akal sehat (*rational emotive*), berperasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*). Adapun tujuan dari konseling REBT ini yaitu agar individu bisa berfikir logis atau rasional terhadap kehidupannya dan terhindar dari pemikiran irrasional.

Pemikiran atau gagasan iirasional menurut Ellies (Latipun, 2015: 79-81) yaitu sebagai berikut:

- a. Pandangan bahwa suatu keharusan bagi seorang dewasa untuk dicintai oleh orang lain dari segala sesuatu yang dikerjakan.
- b. Pandangan bahwa tindakan tertentu adalah mengerikan dan jahat, dan seseorang yang melakukan tindakan tersebut sangat terkutuk.

- c. Pandangan yang mengerikan jika terjadi hal yang tidak diinginkan. Seharusnya pandangan bahwa kita menjadi lebih baik untuk mengubah atau mengendalikan kondisi yang buruk.
- d. Pandangan bahwa kesengsaraan (segala masalah) manusia selalu disebabkan oleh faktor eksternal dan kesengsaraan itu menimpa diri kita melalui orang lain.
- e. Pandangan bahwa jika sesuatu itu dapat berbahaya atau menakutkan, kita terganggu dan tidak akan berakhir dalam memikirkannya.
- f. Pandangan bahwa kita lebih mudah menghindari berbagai kesulitan hidup dan tanggung jawab dan berusaha untuk menghindarinya.
- g. Pandangan bahwa kita secara absolut membutuhkan sesuatu dari orang lain atau orang asing atau yang lebih besar dari pada diri sendiri sebagai sadaran.
- h. Pandangan bahwa seseorang harus selalu bekerja baik dan belum bisa menerima diri sebagai individu yang tidak sempurna
- i. Pandangan bahwa segala kejadian sangat kuat pengaruhnya terhadap kehidupan kita, sehingga selalu berprasangka terhadap pengalaman-pengalaman masa lalu tersebut.
- j. Pandangan bahwa kita harus memiliki kepastian dan pengendalian yang sempurna terhadap suatu hal
- k. Pandangan bahwa kebahagiaan manusia dapat dicapai dengan santai dan tanpa berbuat.

1. Pandangan bahwa kita sebenarnya tidak mengendalikan emosi kita dan bahwa kita tidak dapat membantu perasaan yang mengganggu pikiran.

Memahami kepribadian seseorang dalam padangan REBT perlu memahami konsep dasar yang dikemukakan oleh Ellis yaitu konsep ABCDE. Menurut Latipun (2015: 77-84) tentang teori A-B-C-D-E yaitu A (*antecedent event*) yaitu peristiwa pendahulu yang berupa fakta, peristiwa, perilaku atau sikap orang lain. B (*belief*) adalah keyakinan, pandangan, nilai dari individu terhadap suatu peristiwa. C (*emotional consequence*) merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat dari reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan dalam hubungan dengan *antecedent event*. Sedangkan D (*disputing*) yaitu keyakinan-keyakinan irrasional dalam diri individu yang saling bertentangan. Yang terakhir yaitu E (*effect*) yaitu keadaan psikologis yang diharapkan terjadi pada klien setelah mengikuti proses konseling.

Adapun tahapan konseling REBT menurut George dan Cristiani (Latipun: 2017: 85) yaitu tahap pertama dimana pada tahap ini menunjukan klien pada kondisi tidak logis dimana konselor membantu mereka memahami bagaimana dan mengapa demikian, tahap kedua membantu konseli meyakini bahwa berpikir dapat ditantang dan dirubah, tahap ketiga membantu konseli lebih mendebatkan gangguan yang tidak tepat atau irrasional yang dipertahankan selama ini menuju cara berpikir yang lebih rasional.

Corey (2009: 256) menjelaskan REBT juga bisa dengan kelompok karena semua anggota diajari untuk menerapkan prinsip-prinsip REBT pada rekan-rekannya dalam setting kelompok. Dalam hal ini anggota kelompok berkesempatan mempratikkan perilaku yang baru dan positif. Anggota kelompok juga bisa belajar kecakapan sosial dan interaksi sosial.

2. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling secara umum adalah proses pemberian bantuan mengatasi hambatan-hambatan perkembangan dirinya, dan untuk mencapai perkembangan optimal kemampuan pribadi yang dimiliki, dan dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang. Menurut Prayitno (2004: 99) bahwa konseling secara etimologis berasal dari kata *counsel* yang diambil dari bahasa Latin yaitu *counselium* artinya “bersama” atau “bicara bersama-sama” yang dirangkai dengan “menerima”.

Menurut Nurihsan (2006: 10) konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya. Hal senada juga diungkapkan oleh Glen (dalam Willis, 2007: 17) bahwa konseling adalah suatu proses dimana konselor membantu konseli agar dia dapat memahami dan menafsirkan fakta-

fakta yang berhubungan dengan pemilihan, perencanaan dan penyesuaian diri sesuai dengan kebutuhan individu.

Lewis (dalam Prayitno, 2004: 101) adalah proses mengenai seseorang individu yang sedang mengalami masalah (klien) dibantu untuk merasa dan bertindak laku dalam suasana yang lebih menyenangkan melalui interaksi dengan seseorang yang tidak bermasalah, yang menyediakan informasi dan reaksi-reaksi yang merangsang konseli untuk mengembangkan tingkah laku yang memungkinkannya berperan secara lebih efektif bagi dirinya sendiri dan lingkungannya.

Dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli yang disebut konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (disebut klien) yang bermuara terentaskannya permasalahan konseli. Pemberian bantuan bisa dilakukan secara individu maupun dilakukan secara kelompok. Pemberian bantuan yang dilakukan secara kelompok sering disebut konseling kelompok.

Konseling kelompok menurut Latipun (2015: 178) merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok. Winkel (2007: 590) juga mengemukakan bahwa

konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling yaitu wawancara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok kecil. Konseling kelompok terdapat dua aspek penting di dalamnya yaitu aspek proses dan aspek pertemuan tatap muka. Aspek proses dalam konseling kelompok memiliki ciri khas karena proses itu dilalui oleh lebih dari dua orang, demikian pula aspek pertemuan tatap muka karena berhadapan muka adalah sejumlah orang yang tergabung dalam kelompok yang saling memberikan bantuan psikologis.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada beberapa individu yang tergabung dalam suatu kelompok kecil dengan mempunyai permasalahan yang sama (disebut klien) yang membutuhkan bantuan yang bermuara pada terselesaikannya masalah yang sedang dihadapi oleh segenap anggota kelompok.

b. Fungsi Konseling Kelompok

Konseling kelompok memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok (Prayitno, 2001: 89). Menurut Kurnanto (2013: 7) konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yaitu fungsi layanan kuratif adalah layanan

yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu, serta layanan preventif yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu.

Konseling kelompok mempunyai unsur terapeutik, adapun ciri-cirinya menurut *Ohlsen* (dalam Winkel, 2007: 591) yaitu:

- 1) Memandang kelompok yang dimilikinya adalah kelompok yang menarik.
- 2) Merasa diterima oleh kelompoknya.
- 3) Menyadari apa yang diharapkan dari mereka juga merupakan harapan dari orang lain.
- 4) Merasa sungguh-sungguh terlibat dalam kelompok.
- 5) Merasa aman sehingga mudah membuka diri dari anggota kelompok.
- 6) Menerima tanggung jawab peranannya dalam kelompok.
- 7) Bersedia membuka diri dan mengubah diri serta membantu anggota lain untuk berbuat yang sama.
- 8) Menghayati partisipasi sebagai bermakna bagi dirinya.
- 9) Berkomunikasi sesuai dengan isi hatinya dan berusaha menghayati isi hati orang lain.
- 10) Bersedia menerima umpan balik dari orang lain, sehingga lebih mengerti akan kekuatannya dan kelemahannya.

- 11) Mengalami rasa tidak puas dengan dirinya sendiri, sehingga mau berubah dan menghadapi tegangan batin yang menyertai suatu perubahan diri.
- 12) Bersedia menaati norma praktis tertentu yang mengatur interaksi dalam kelompok.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan sebuah pemberian bantuan oleh konselor kepada beberapa individu yang tergabung dalam suatu kelompok guna menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dialami oleh setiap individu. Dengan permasalahan yang ada diharapkan individu mampu menjadi penyemangat bagi dirinya untuk mengembangkan segala potensi yang ada.

Menurut Winkel (2007: 506) bahwa konseling kelompok bersifat pengentasan berfungsi untuk konseli menghasilkan kemampuan konseli atau kelompok konseli untuk memecahkan masalah-masalah yang dialami dalam kehidupan dan perkembangannya. Konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Konseling bersifat pencegahan, dalam arti bahwa individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Sedangkan konseling kelompok bersifat penyembuhan dalam pengertian membantu individu untuk dapat keluar

dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya. Ini artinya bahwa penyembuhan yang dimaksud adalah penyembuhan bukan persepsi individu yang sakit, karena pada prinsipnya, objek konseling adalah individu yang normal, bukan individu yang sakit secara psikologis.

c. Tujuan Konseling Kelompok

Adapun tujuan umum dari layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Menurut Prayitno (2004: 2-3) tujuan khusus dari konseling kelompok yaitu berfokus pada pembahasan masalah pribadi individu peserta kegiatan layanan.

Menurut Latipun (2015: 152) tujuan layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah dibedakan menjadi dua yaitu tujuan teoritis yang artinya tujuan yang berkaitan dengan tujuan yang secara umum dicapai melalui proses konseling yaitu pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok agar masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok agar masalah terselesaikan dengan cepat.

d. Asas-Asas Konseling Kelompok

Asas-asas dalam konseling kelompok menurut Prayitno (2004:13) yaitu

- 1) Asas kerahasiaan yaitu segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia dalam kelompok dan yang boleh tahu hanya anggota kelompok saja dan tidak boleh disebarluaskan.
- 2) Asas kesukarelaan yaitu semua anggota kelompok menampilkan diri secara spontan tanpa malu dan tanpa paksaan oleh teman lain atau pimpinan kelompok.
- 3) Asas kegiatan yaitu pemimpin kelompok aktif sehingga dinamika kelompok semakin tinggi, berisi dan bervariasi.
- 4) Asas keterbukaan yaitu para anggota kelompok bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkan tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- 5) Asas kekinian yaitu memberikan topik atau materi yang dibahas bersifat aktual dan hal-hal yang terjadi sekarang.
- 6) Asas kenormatifan yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
- 7) Asas keahlian yaitu diperlihatkan oleh pemimpin kelompok dalam hal mengelola kegiatan kelompok dalam mengembangkan proses dalam isi pembahasan secara keseluruhan.

Memahami pendapat Prayitno bahwa pelaksanaan bimbingan konseling di sekolah itu haruslah memperhatikan asas-asas dalam konseling kelompok yaitu diantaranya (1) kerahasiaan dimana setiap

anggota kelompok harus saling menjaga rahasia antar sesama anggota kelompok, (2) asas kesukarelaan yaitu semua anggota kelompok menampilkan diri secara spontan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun, (3) asas keterbukaan yaitu dimana anggota kelompok harus saling terbuka antar sesama anggota kelompok dan tidak ada hal yang dirahasiakan, (4) asas kegiatan yaitu pemimpin kelompok dan anggota saling aktif dalam kegiatan konseling, (5) asas kekinian yaitu permasalahan yang dibahas yang bersifat faktual dan hal-hal yang sedang terjadi sekarang, (6) asas kenormatifan yaitu hal yang dibicarakan tidak boleh melanggar norma-norma dan kebiasaan yang berlaku, (7) asas keahlian yaitu konselor hendaknya mampu mengelola kegiatan konseling kelompok dengan baik.

e. Dinamika Kelompok

Menurut Prayitno dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam kelompok artinya merupakan daerah penggerak secara serentak semua faktor yang dapat digerakkan dari kelompok itu, dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi kelompok.

Winkel dan Hastuti memberikan pernyataan bahwa dinamika kelompok adalah studi tentang kekuatan-kekuatan sosial dalam suatu kelompok yang memperlancar atau menghambat proses kerjasama dalam kelompok, sebagai metode, sarana dan teknik yang dapat diterapkan di sejumlah orang bekerjasama dalam kelompok

misalkan berperan observasi terhadap jalannya proses kelompok dan pemberian umpan Menurut *Corey* (dalam Latipun, 2015: 156-158) mengungkapkan konseling kelompok memiliki struktur yang sama dengan terapi kelompok pada umumnya. Struktur kelompok yang dimaksud menyangkut orang yang terlibat dalam kelompok, jumlah orang yang menjadi partisipan, banyak waktu yang diperlukan bagi suatu terapi kelompok, dan sifat kelompok.

f. Tahap-Tahap Konseling Kelompok

Dalam pelaksanaannya konseling kelompok memiliki tahapan-tahapan yang harus dilakukan oleh kelompok agar tercapainya tujuan layanan konseling tersebut.

Sedangkan menurut Winkel (2007:607-613) yaitu

- 1) Pembukaan, diletakkan dasar bagi pengembangan hubungan antarpribadi yang baik, yang memungkinkan pembicaraan terbuka dan terarah pada penyelesaian masalah
- 2) Penjelasan masalah, masing-masing konseli mengutarakan masalah sambil mengungkapkan pikiran dan perasaan secara bebas
- 3) Penggalan latar belakang masalah, lebih menyajikan gambaran lengkap mengenai kedudukan masalah dalam keseluruhan situasi hidup masing-masing
- 4) Penyelesaian masalah, konselor dan para konseli berdiskusi bagaimana persoalan tersebut dapat di atasi

- 5) Penutup, bagaimana kelompok sudah siap untuk melaksanakan apa yang telah diputuskan bersama, maka proses konseling dapat diakhiri dan kelompok bubar pada pertemuan terakhir

Prayitno (2004: 18-19) juga menjelaskan tahapan layanan konseling kelompok dibagi menjadi empat tahapan yaitu:

- 1) Tahap pembentukan

Tahap ini yaitu tahap dimana membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama.

- 2) Tahap Peralihan

Tahap ini tahapan dimana mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok

- 3) Tahap Kegiatan

Pada tahap ini yaitu tahapan inti untuk membahas topik-topik tertentu

- 4) Tahap pengakhiran yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

Berdasarkan pendapat tersebut, dalam pelaksanaan konseling kelompok dibagi menjadi empat tahap yaitu (1) tahap pembentukan yaitu tahap awal pada kegiatan konseling kelompok dimana tahap ini adanya pembentukan, penerimaan antar anggota kelompok,

penyampaian tujuan pelaksanaan konseling kelompok serta diperlukan adanya *ice breaking*, (2) tahap peralihan yaitu tahap dimana pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melakukan konseling kelompok, (3) tahap inti kegiatan yaitu pemimpin kelompok mencetuskan topik yang akan dibahas, membahas topik secara tuntas dan mendalam tentang (apa, mengapa dan bagaimana), (4) tahap pengakhiran yaitu anggota kelompok menyampaikan kesimpulan dari hasil pembahasan topik, serta penyampaian kesan dan pesan oleh anggota kelompok dan membuat kesepakatan tentang rencana konseling kelompok untuk pertemuan selanjutnya.

2. Konseling Kelompok REBT

Konseling kelompok REBT adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama dengan corak konseling yang menekankan kebersamaan dan reaksi antara berfikir dan akal sehat. Menurut Gladding (Kurnanto, 2013: 70) konseling kelompok REBT mengajak konseli untuk bisa berfikir rasional.

Menurut Ellis (Puspito, 2015: 10) konseling kelompok dengan pendekatan REBT menjelaskan bahwa para anggota diajari untuk saling mendeteksi dan membantah keyakinan-keyakinan irasional. Anggota juga mempratikkan melawan keyakinan irasional gangguan egonya dengan

mengungkapkan materi yang anggotanya persepsi beresiko. Selain itu anggota-anggota dalam kelompok berlatih keterampilan berinteraksi dengan baik.

3. Konseling Kelompok REBT dengan Teknik *Journaling*

a. Sejarah Teknik *Journaling*

Menulis jurnal (catatan harian) memungkinkan konseli untuk mengungkapkan dan mengeksternalisasi pikiran, perasaan dan kebutuhannya, ekspresi-ekspresi yang biasanya disimpan untuk ranah internal pribadi menurut *Erford* (2017: 296). Dalam proses konseling teknik *journaling* bisa membantu konseli untuk tetap terfokus pada tujuan konseling pada saat tidak sedang berada dalam sesi konseling.

Menurut *Erford* (2017: 296) teknik *journaling* pada umumnya meminta konseli untuk membuat entri-entri jurnal antara sesi-sesi, kadang-kadang secara harian., dan berbagai refleksi-refleksi itu selama sesi berikutnya. Pada teknik ini konseli bebas menentukan tentang apa saja yang diinginkan, dan bisa saja konselor menentukan topik tertentu dengan tujuan fokus pada tujuan konseli. Menurut *Young* (dalam *Erford*, 2017: 296).

Menurut *Kellner* dan *Fitzpatrik* (dalam *Erford*, 2017: 296) tipe penulisan yang bisa digunakan untuk teknik *journaling* yaitu penulisan terapeutik (afektif/emosional) dan kognitif/konstruktivis. *Journaling* afektif semosional dilakukan dengan menuliskan ide-ide yang mengalir bebas dengan tujuan ekspresi dan pelepasan emosional. Proses ini

sering kali membantu konseli untuk bisa mengakses, mengeksternalisasikan dan meregulasi emosinya. Sedangkan *journaling* kognitif yaitu menulis yang lebih terstruktur yang memfokuskan pada kognisi konseli dan menciptakan imajinasi dengan cara meningkatkan insight dan reflaming.

Asal teknik *Journaling* menurut Corey (dalam Erford, 2017: 297) yaitu berasal dari pendekatan REBT (*rational-emotive behavior therapy*) yang mengatakan bahwa pikiran dan keyakinan irasional-terdistorsi mempengaruhi perasaan dan perilaku konseli yang mengatakan terjadinya distress. ABCDE dari Ellies bertindak sebagai model yang sangat membantu analis konseli tentang pikiran dan keyakinan (B) yang berasal dari berbagai kejadian pengaktif (A) dan menghasilkan konsekuensi emosional (C). Klien bisa mendapatkan latihan menganalisis dinamika dan skenario yang ditemui dan hasil akhirnya bisa menginternalisasi prosesnya melalui keterlibatan aktif menurut Ellie (dalam Erford, 2017: 297). Teknik *journaling* dapat digunakan untuk penemuan diri, pertumbuhan, aktualisasi diri dengan menyalurkan perasaan dan emosi melalui ekspresi kreatif dan proses menulis.

b. Variasi-variasi Teknik *Journaling*

Variasi dalam teknik *journaling* sangatlah banyak Menurut Corey (dalam Erford, 2017: 298) bahwa teknik *journaling* yaitu termasuk pengungkapan diri dapat dilakukan dengan melalui media

seperti lukisan, tarian dan musik). Sedangkan menurut *Kellner* dan *Fitzpatrik* (dalam *Erford*, 2015: 298) mengelompokkan tulisan terapeutik ke dalam enam kategori yaitu (1) tulisan terprogram, (2) buku harian pekerjaan rumah, (3) catatan harian, (4) autobiografi, (5) bercerita, dan (6) puisi.

c. Kelebihan Teknik *Journaling*

Menurut *Erford* (2017: 300-301) adapun manfaat teknik *journaling* yaitu sebagai berikut:

- 1) Teknik yang efektif dan tidak mahal, yaitu tidak perlu mengeluarkan banyak biaya dalam penerapan dalam kegiatan konseling kelompok.
- 2) Membantu konseli untuk bisa mengingat kejadian-kejadian dan proses sepanjang pesan, yang memungkinkan konselor profesional untuk mengakses kejadian-kejadian dan informasi selama satu pesan atau lebih.
- 3) Membantu konseli dalam meningkatkan ingatan-kerja.
- 4) Mendukung pertumbuhan yang positif.
- 5) Teknik *journaling* membantu konseli untuk memperbaiki suasana perasaan dan mengubah struktur keyakinan atau pikiran.

d. Penerapan Teknik *Journaling*

Langkah-langkah pelaksanaan teknik *journaling* Thompson (dalam *Erford*, 2017: 296-297)

- 1) *Sprint*, katarsis didorong dengan memungkinkan klien menulis tentang apapun untuk jangka waktu tertentu, seperti lima menit atau sepuluh menit,
- 2) *Lists*; klien menulis sejumlah item yang terhubung untuk membantu memprioritaskan dan mengatur;
- 3) *Captured moments*; klien mencoba untuk sepenuhnya menggambarkan esensi dan pengalaman emosional dari sebuah ingatan;
- 4) *Unsent letter*; ini untuk mencoba untuk membungkan sensor internal klien; itu dapat digunakan dalam proses berduka atau mengatasi trauma, seperti pelecehan seksual;
- 5) *Dialogue*; klien membuat kedua belah pihak melakukan percakapan yang melibatkan apapun
- 6) *Feedback*, penting untuk konselor *journaling* sebagai umpan balik membuat klien sadar akan perasaannya; itu juga memungkinkan penulis untuk mengakui, menerima dan merenungkan apa yang telah mereka tulis sebelumnya (perasaan, pikiran, situasi dan waktu).

Menurut *Young* (dalam *Erford*, 2017: 298) langkah langkah penerapan teknik *journaling* yaitu

- 1) Mendiskripsikan maksud dan isi tugas.
- 2) Terlibat dalam kegiatan *journaling*.

- 3) Memeriksa kemajuan klien dan melibatkan klien dalam pertukaran makna yang berasal dari isi dan proses jurnal.
- 4) Menyemangati klien dan memodifikasi kegiatan bila mana diperlukan.

Teknik *journaling* menekankan bahwa berbagi dan mendiskusikan isi jurnal bersama konselor profesional memperbesar pencapaian konseling dan biasanya meningkatkan insight klien dan diskusi-diskusi seputar perubahan pikiran, perasaan, dan perilaku klien. Hal ini senada dengan apa yang dikatakan oleh Ellies dengan konsep REBT nya bahwa klien harus berfikir, berperasaan, dan bertindak melawan pemikiran yang mengecewakan (Palmer: 2010). Setelah menulis jurnal, sesuatu yang aktif perlu dilakukan seperti berlari, berjalan, peregangan, bernafas. Atau sesuatu yang menyenangkan seperti mendengar musik atau berbicara dengan seseorang. Adapun contoh table penulisan kegiatan jurnaling yaitu sebagai berikut

C. Pengaruh Konseling Kelompok REBT Dengan Teknik Journaling Untuk Mengurangi Kecanduan Pornografi Pada Peserta Didik

Kecanduan pada peserta didik yaitu perilaku yang diluar batas kewajaran yang dilakukan oleh individu, dimana individu tersebut tidak bisa mengontrol dirinya untuk mendapatkan kepuasan seksual melalui buku, teks-teks, video ataupun sumber lain yang ada konten yang berbau pornografis. Adapaun hormon yang mempengaruhi seseorang untuk kecanduan pornografi yaitu *dopamine, testeron, nerepinephrin, serotonin dan oksitosin*. Sedangkan

tahapan-tahapan peserta didik untuk kecanduan pornografi ada empat tahap yaitu tahap kecanduan, tahap eskalasi, tahap desensitisasi dan tahap *act out* (meniru).

Adapun faktor-faktor penyebab peserta didik kecanduan pornografi ada dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari dalam individu tersebut dan faktor eksternal berasal dari luar, termasuk pengaruh lingkungan. Adanya faktor yang penyebab peserta didik kecanduan, menyebabkan dampak yang tidak baik bagi peserta didik. Kecanduan pornografi menjadikan efek kecanduan, menyebabkan peserta didik terjebak pada pergaulan bebas, dan yang paling membahayakan yaitu perilaku seksualnya menyimpang (disorientasi seksual).

Kecanduan pornografi pada peserta didik khususnya anak SMA sangat mengkhawatirkan dan perlu diantisipasi. Kecanduan pornografi sangat berbahaya yaitu karena jika seseorang kecanduan maka orang lain belum tentu mengetahui, karena tidak terlihat dan tidak terdengar dan yang bisa mengetahui adalah individu itu sendiri. Oleh karena itu perlunya dilakukan layanan bimbingan konseling kepada para pecandu ataupun pada para peserta didik yang belum kecanduan pornografi untuk menekan dan mengurangi dampak negatif dari pornografi.

Salah satu layanan konseling yang bisa mengurangi dampak kecanduan pornografi yaitu dengan konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling*. Konseling kelompok merupakan kegiatan kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar

anggota kelompok lebih sosial dan untuk membantu anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama dan permasalahan anggota kelompok bisa terentaskan. Anggota kelompok bisa terdiri dari 5-10 orang. Adapun tahapan konseling kelompok yaitu awalan, peralihan, kegiatan inti dan pengakhiran.

Konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* yaitu dengan cara memberikan anggota kelompok penugasan untuk menulis jurnal harian, atau cerita-cerita hal-hal yang menyenangkan atau cerita tentang kehidupan pribadinya yang ditulis dalam diary (buku jurnal pribadi atau ekspresi yang bisa dituangkan melalui gambar). Kegiatan tersebut dilakukan setiap hari. Pada sesi konseling kelompok, para anggota kelompok menceritakan hasil jurnal harian (*diary*) yang sudah mereka tulis, kemudian para anggota kelompok memberikan masukan ataupun solusi jika menemukan permasalahan. Pemimpin kelompok atau konselor bisa memberikan tema bebas ataupun penugasan, tergantung tujuan yang ingin dicapai dan digunakan kegiatan umpan balik.

Harapan dari konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* yaitu dengan kegiatan yang menulis yang menyenangkan diharapkan dapat mengalihkan perhatian peserta didik untuk tidak mengakses konten pornografi. Karena dari hasil wawancara dan observasi, sebagian besar pecandu pornografi dikarenakan merasa kesepian dan mengakses konten porno dipilih oleh peserta didik.

D. Penelitian yang Relevan

Penelitian ini ditulis oleh Khairunisa (2017) dengan judul Peran Konseling Kelompok Sebagai Tindakan Preventif Dalam Mengatasi Kecanduan Pornografi di SMA Negeri 12 Banda Aceh. Tujuan penelitian dalam skripsi ini adalah untuk mengetahui bagaimana perbedaan pemahaman siswa tentang pornografi sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok di SMA Negeri 12 Banda Aceh. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode penelitian *pre-experimental design* dengan jenis desain kelompok *one-group pretest-posttest*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*, teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala pornografi. Data yang diperoleh diolah dengan menggunakan *uji Wilcoxon* pada skala pornografi. Hasil skala pornografi 8 peserta didik sebelum treatment pretest adalah 845 dengan nilai rata-rata yaitu 105,625, sedangkan hasil yang diperoleh pada saat *posttest* yang dilaksanakan setelah diberikan treatment menjadi 869 dengan nilai rata-rata 108,625. Hasil analisis uji statistik dengan menggunakan *uji Wilcoxon* didapatkan nilai $t = -0,975$ $df = 7$ $p = 0,364$ dengan taraf signifikan 5 % ($\alpha = 0,05$). Nilai t hitung lebih kecil dari t tabel yaitu t hitung = $-0,972 < t$ tabel = $2,262$, dan diperoleh nilai Asymp Sig $0,462 > 0,05$. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok tidak menunjukkan perbedaan pemahaman pornografi siswa yang signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest* dari skala pornografi, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, sehingga dapat

disimpulkan tidak ada peningkatan pemahaman pornografi siswa setelah diberikan konseling kelompok di SMA Negeri 12 Banda Aceh.

E. Kerangka Pikir

Kecanduan pornografi pada peserta didik yaitu suatu tindakan abnormal atau diluar batas kewajaran dengan cara melihat hal-hal seperti teks, gambar, video atau film porno dengan tujuan untuk merangsang nafsu seksual dan individu tidak bisa mengontrol diri. Kecanduan pornografi ada empat tahap yaitu empat tahap yaitu tahap kecanduan, tahap eskalasi, tahap desensitisasi dan tahap *act out* (meniru). Kecanduan pornografi memberikan dampak yang buruk yaitu kecanduan, pergaulan bebas dan disorientasi seksual (penyimpangan seksual). Kecanduan pornografi tentunya mecanduan pornografi tentunya memberikan dampak yang tidak baik bagi pecandunya diantaranya prestasi disekolah menurun, sering melamun, sering dating terlambat masuk sekolah karena bangunnya terlalu siang akibat terlalu lama menonton film porno, empati menurun.

Peserta didik yang sudah kecanduan pornografi mempunyai pemikiran yang irrasional diantaranya mereka akan merasa nyaman ketika sudah menonton film atau video porno. Hal tersebut merupakan salah satu dari perilaku bermasalah dari Ellies dimana pandangan bahwa kebahagiaan itu dicapai dengan santai salah satu nya dilakukan dengan menonton film porno. Harapannya peserta didik bisa menuju kebahagiaan atau nyaman dengan aktivitas yang produktif dengan belajar tanpa harus menonton film/video porno dahulu sebelum belajar.

Peserta didik juga sering datang terlambat masuk ke sekolah karena bangunnya terlalu siang akibat menonton film/video porno. Peserta didik mempunyai pemikiran yang irrasional dimana dia menghindari tanggungjawab sebagai siswa dimana ada aturan masuk sekolah harus pagi. Dari masalah-masalah di atas diharapkan adanya layanan konseling untuk mereduksi kecanduan pornografi pada peserta didik. Salah satu layanan yang digunakan yaitu layanan konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling*. Konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* diharapkan bisa membantu merubah padangan irrasional peserta didik menjadi rasional melalui layanan konseling dengan teknik menulis baik berupa jurnal harian, puisi atau cerita.

Layanan konseling yang tepat diharapkan mampu menekan dan mengurangi dampak kecanduan pornografi pada peserta didik. Salah satu layanan konseling yang dapat mengurangi kecanduan pornografi pada peserta didik yaitu dengan konseling kelompok. Konseling kelompok REBT yaitu salah satu layanan bimbingan konseling yang dilaksanakan secara kelompok yang terdiri dari kelompok kecil dan kelompok besar dimana fokus utamanya yaitu merubah pemikiran irrasional anggota kelompok menjadi rasional. Diharapkan dengan layanan konseling kelompok peserta didik mampu menyelesaikan permasalahan secara bersama-sama antara anggota kelompok. Layanan konseling kelompok REBT bisa dilakukan dengan teknik *journaling*.

Teknik *journaling* yaitu teknik dalam konseling dengan cara membuat jurnal harian, menulis buku agenda, catatan harian, bercerita ataupun puisi atau bisa diekspresikan melalui gambar. Dengan menulis jurnal diharapkan peserta didik mampu mengungkapkan dan mengeksternalisasikan pikiran, perasaan, kebutuhan dan ekspresi-ekspresi yang biasanya disimpan dalam ranah internal pribadi.

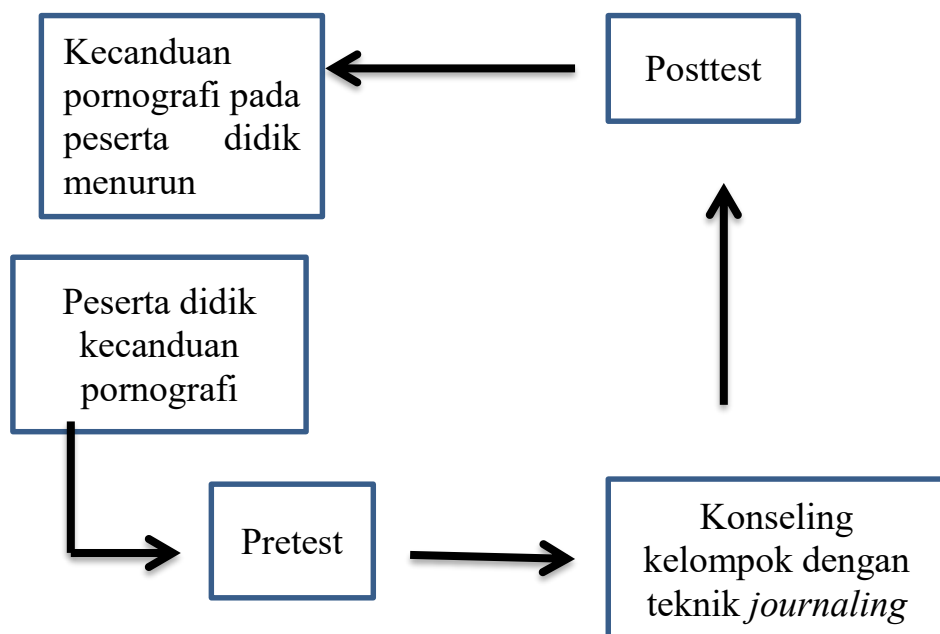
Penerapan dengan teknik ini yaitu pemimpin kelompok (konselor) meminta anggota kelompok menulis cerita ataupun jurnal, dan juga menulis bebas atau terstruktur dari konselor setiap hari. Pembahasan isi dan apa yang sudah ditulis oleh anggota kelompok yaitu pada waktu konseling kelompok berlangsung.

Langkah-langkah penulisan jurnal yaitu pemimpin kelompok mendiskripsikan maksud dan isi tugas, melakukan tahap kegiatan *journaling*, memeriksa kemajuan anggota kelompok dan melibatkan aktif semua anggota kelompok untuk bertukar pendapat seputar isi jurnal, dan konselor atau pemimpin kelompok menyemangati semua anggota kelompok dan memodifikasi kegiatan bila diperlukan dan dilakukan umpan balik dengan anggota kelompok.

Manfaat dari konseling kelompok dengan teknik *journaling* yaitu lebih efektif dan tidak membutuhkan banyak biaya. Teknik ini juga bisa membantu anggota kelompok untuk mengingat kejadian-kejadian dan contoh-contoh penting yang terjadi setiap hari. Selain itu teknik *journaling* juga bisa

membantu anggota kelompok untuk mengingatkan ingatan, dan mengingatkan semangat belajar.

Teknik *journaling* baik digunakan untuk mengurangi dampak kecanduan pornografi karena dengan menulis hal-hal yang menarik secara rutin dan hal-hal yang disukai akan mengurangi perhatian para pecandu konten porno untuk bisa mengalihkan dari akses dan melihat konten pornografi.



Gambar 1
Kerangka Berfikir

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian ini yaitu konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* berpengaruh mengurangi kecanduan pornografi pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candioto Temanggung.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian quasi eksperimen. Quasi eksperimen adalah penelitian yang tidak memenuhi seluruh persyaratan yang ditetapkan dalam penelitian murni karena kelasnya sudah ditentukan terlebih dahulu (Sugiyono, 2009: 77). Pengolahan data menggunakan statistik yang hasilnya berupa angka-angka, meskipun nantinya disesuaikan dengan tujuan penelitian yaitu meneliti pengaruh konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* untuk mengurangi kecanduan pornografi pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung.

Adapun desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One-group design pretest-posttest*

Tabel 1
Tabel Group Pretest dan Posttest

Group	Pretest	Treatment	Posttest
E	O ₁	X	O ₂

Keterangan:

E : Kelompok eksperimen

X : Perlakuan

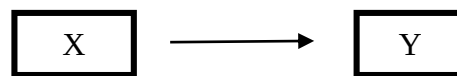
O₁ : *Pretest*

O₂ : *Posttest*

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa yang diteliti dan berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tersebut, sehingga ditarik

kesimpulannya (Sugiyono, 2009: 38). Desain penelitian ini menggunakan variabel bebas dan variabel terikat. Penggunaan konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* sebagai variabel bebas dengan lambang notasi X, sedangkan kecanduan pornografi sebagai variabel terikat dengan lambang notasi Y.



Gambar 2

Hubungan Variabel Bebas dan Variabel Terikat

Keterangan

- X : konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* sebagai variabel bebas
- Y : kecanduan pornografi sebagai variabel terikat

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kecanduan pornografi yaitu perilaku yang diluar batas kewajaran yang dilakukan oleh individu, dimana individu tersebut tidak bisa mengontrol dirinya untuk mendapatkan kepuasan seksual melalui buku, teks-teks, video ataupun sumber lain yang ada konten porno.
2. Konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* yaitu konseling kelompok dengan cara menulis (yang ditulis yaitu bisa mengungkapkan dan mengeksternalisasi perasaan, pikiran dan kebutuhannya) baik berupa jurnal harian, buku harian cerita ataupun puisi.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang terdiri dari manusia, gejala-gejala, nilai tes atau peristiwa-peristiwa sebagai data yang memiliki karakteristik tertentu dalam penelitian. Menurut Arikunto (2010: 172) populasi adalah semua subjek dalam penelitian. Populasi dari penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candioto dengan 8 kelas dan jumlah peserta didik sebanyak 265 orang.

2. Sampel

Menurut Arikunto (2010: 174) sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 orang dari kelas XI SMA Negeri 1 Candioto Temanggung.

3. Sampling

Penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Arikunto (2010: 33) menyatakan bahwa *purposive sampling* yaitu cara pengambilan sampel dengan mempertimbangkan khusus supaya data dari hasil penelitian yang dilakukan menjadi lebih representatif. Teknik pengambilan sampel ini adalah non-random karena objek dan subjek yang dipilih berdasarkan pada pertimbangan tertentu.

E. Setting Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Candioto yang beralamat di Jalan Sibajag-Muntung, Candioto, Temanggung.

F. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan angket dan observasi.

1. Angket

Metode angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dan responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang individu ketahui.. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Skala yang digunakan adalah skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur pemahaman peserta didik tentang pornografi. Teknik pengumpulan data dilakukan dalam bentuk checklist yang terdapat empat pilihan jawaban yaitu (SS= sangat setuju, S= setuju, TS= tidak setuju, STS= sangat tidak setuju)

Tabel 3
Skoring Skala *Likert*

Katagori Jawaban	Favorable (+)	Unfavorable (-)
SS (sangat setuju)	4	1
S (setuju)	3	2
TS (tidak setuju)	2	3
STS (sangat tidak setuju)	1	4

2. Observasi

Metode observasi menurut Sudjono (2005: 76) adalah suatu cara untuk menghimpun bahan-bahan keterangan (data) yang dilakukan dengan mengadakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang sering dijadikan sasaran pengamatan. Dalam

penelitian ini peneliti menggunakan teknik observasi partisipatif dimana peneliti mengamati, mendengarkan dan melihat atau memperhatikan aktivitas para konseli baik dari segi kognitif, afektif maupun psikomotor peserta didik. Observasi disini digunakan oleh peneliti pada awal sebelum penelitian dalam rangka mengumpulkan data-data peserta didik yang terindikasi kecanduan pornografi yang nantinya dijadikan sebagai sampel dalam penelitian. Adapun panduan observasi yaitu sebagai berikut

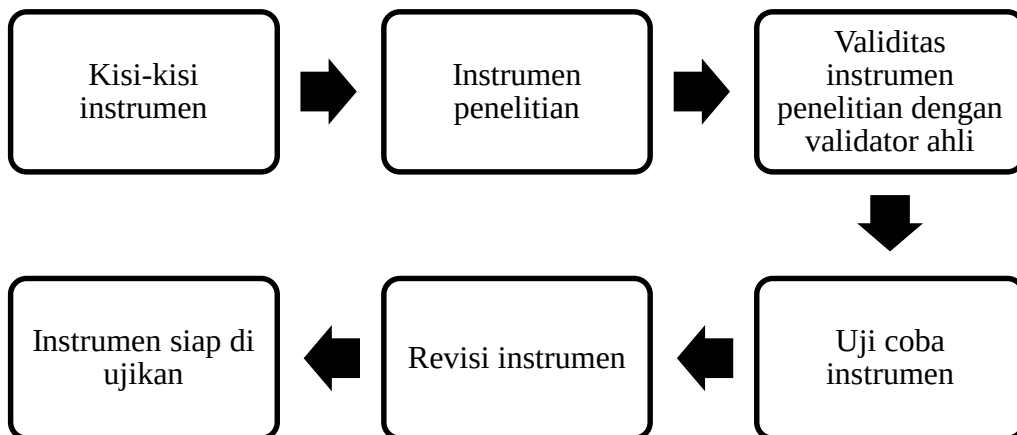
Tabel 1
Panduan Observasi

Pedoman Observasi	Tujuan	Aspek yang diamati
Pengamatan atau observasi yaitu dengan cara mengamati partisipasi populasi peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candioto Temanggung sebagai bahan pendukung dalam penentuan sampel penelitian	Untuk memperoleh informasi dan data penunjang penelitian mengenai kondisi fisik maupun non-fisik terkait kondisi kecanduan pornografi pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candioto Temanggung.	1. Siswa sering mengantuk di kelas pada saat proses belajar mengajar. 2. Siswa sering terlambat. 3. Konsentrasi belajar siswa menurun. 4. Saat diajak komunikasi siswa sering tidak focus. 5. Sering melamun. 6. Tertutup. 7. Sering menyendiri. 8. Tidak suka bergaul dengan teman. 9. Sering membolos. 10. Terlambat masuk kelas. 11. Sering nongkrong di kantin. 12. Sering berkata jorok saat interaksi dengan orang lain. 13. Sering terlihat usil dengan lawan jenis.

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah semua yang digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Mengumpulkan, memeriksa, mengolah, menganalisa dalam menyajikan data-data sistematis serta objektif. Tujuan dari instrumen penelitian yaitu untuk memecahkan suatu persoalan atau menguji suatu hipotesis. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah angket kecanduan pornografi

Langkah-langkah penyusunan digambarkan di bawah ini.



Gambar 3
Langkah Penyusunan Instrumen

Langkah penyusunan instrumen penelitian ini yaitu penulis membuat dan menyusun kisi-kisi instrumen penelitian meliputi variabel, sub-variabel, indikator dan nomor soal, membuat pernyataan kemudian instrumen menjadi

sebuah skala, kemudian instrumen divalidasi oleh validator ahli, kemudian direvisi dan kemudian instrumen siap untuk diujikan. Skala pornografi terdiri dari 60 item yang masing-masing komponen mewakili item (yaitu aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor). Masing-masing item positif dan item negatif seimbang jumlahnya yaitu masing-masing berjumlah 30. Adapun kisi-kisi instrumen penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 4
Kisi-Kisi Uji Coba Angket

Variabel	Aspek	Pemikiran yang berkenaan dengan ide-ide terkait pornografi.	Item Favorable(+)	Item Unfavorable (-)
Pornografi	Kognitif	Isi pemikiran yang diketahui seputar pornografi baik berupa sikap, tanggapan, keyakinan, kesan, atribusi dan penilaian tentang pornografi	5 item	5 item
		Perasaan atau emosi terhadap pornografi	5 item	5 item
	Afektif	Berupa perasaan suka atau tidak suka, senang atau tidak senang terhadap pornografi	5 item	5 item
		Respon seseorang yang berkenaan dengan ponografi	5 item	5 item
	Psikomotor	Tindakan atau perbuatan yang dapat diamati, intense atau niat untuk melakukan hal yang berkaitan dengan pornografi	5 item	5 item
		Pemikiran yang berkenaan dengan ide-ide terkait pornografi.	5 item	5 item
	Total item		30 item	30 item

Uji coba instrumen dilakukan pada populasi di luar sampel. Uji coba dilakukan pada anggota populasi, responden dalam penelitian ini adalah peserta didik dengan jumlah responden 31.

Setelah dilakukan analisis butir soal, maka dari 60 soal yang diujikan didapatkan 6 butir soal yang tidak valid atau tidak memenuhi syarat dan dinyatakan gugur. Butir-butir soal yang tidak memenuhi syarat tersebut tidak digunakan dalam pengambilan data *pretest* dan *posttest*.

H. Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan instrumen. Instrumen yang sah adalah instrumen yang memiliki validitas tinggi (Arikunto, 2009: 64) bahwa sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diteliti dan halnya sesuai dengan tujuan. Sedangkan reliabilitas menurut Tuckman (dalam Nurgiyantoro, 2010: 165) yang dimaksud reliabilitas tes yaitu sejauh mana suatu tes dapat mengukur secara konsisten sesuatu yang akan diukur dari waktu ke waktu.

1. Uji Validitas Instrumen

Adapun validitas yang digunakan sebagai berikut. Penganalisisan butir soal dengan menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*. Kriteria item yang dinyatakan valid adalah item dengan nilai r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikansi 5 %. Sehingga dari 60 item di bawah ini ada 6 item yang gugur, dan 54 item yang valid.

Tabel 5
Hasil Uji Validitas

Item	r _{hitung}	r _{tabel}	Ket	Item	r _{hitung}	r _{tabel}	Ket
1	0.422	0.355	valid	31	0.650	0.355	valid
2	0.535	0.355	valid	32	0.712	0.355	valid
3	0.248	0.355	gugur	33	0.754	0.355	valid
4	0.361	0.355	valid	34	0.681	0.355	valid
5	0.696	0.355	valid	35	0.372	0.355	valid
6	0.582	0.355	valid	36	0.709	0.355	valid
7	0.377	0.355	valid	37	0.376	0.355	valid
8	0.424	0.355	valid	38	0.632	0.355	valid
9	0.321	0.355	gugur	39	0.485	0.355	valid
10	0.590	0.355	valid	40	0.573	0.355	valid
11	0.280	0.355	gugur	41	0.669	0.355	valid
12	0.553	0.355	valid	42	0.629	0.355	valid
13	0.504	0.355	valid	43	0.660	0.355	valid
14	0.548	0.355	valid	44	0.457	0.355	valid
15	0.486	0.355	valid	45	0.465	0.355	valid
16	0.466	0.355	valid	46	0.532	0.355	valid
17	0.356	0.355	valid	47	0.371	0.355	valid
18	0.492	0.355	valid	48	0.491	0.355	valid
19	0.458	0.355	valid	49	0.740	0.355	valid
20	0.505	0.355	valid	50	0.307	0.355	gugur
21	0.516	0.355	valid	51	0.681	0.355	valid
22	0.666	0.355	valid	52	0.649	0.355	valid
23	0.467	0.355	valid	53	0.268	0.355	gugur
24	0.651	0.355	valid	54	0.431	0.355	valid
25	0.650	0.355	valid	55	0.169	0.355	gugur
26	0.732	0.355	valid	56	0.535	0.355	valid
27	0.439	0.355	valid	57	0.485	0.355	valid
28	0.524	0.355	valid	58	0.508	0.355	valid
29	0.428	0.355	valid	59	0.469	0.355	valid
30	0.714	0.355	valid	60	0.565	0.355	valid

Berdasarkan hasil validasi di atas, maka diperoleh 54 item valid untuk selanjutnya dipergunakan dalam melakukan *pretest*. Daftar item skala Kecanduan Pornografi dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 6
Daftar Item Valid Kecanduan Pornografi

Variabel	Aspek	Indikator	Item Favorable (+)	Item Unfavorable (-)
Pornografi	Kognitif	Pemikiran yang berkenaan dengan ide-ide terkait pornografi.	1, 4, 5, 8, 7	2, 6, 10
		Isi pemikiran yang diketahui seputar pornografi baik berupa sikap, tanggapan, keyakinan, kesan, atribusi dan penilaian tentang pornografi	13, 14, 15, 18, 20	12, 16, 17, 19
	Afektif	Perasaan atau emosi terhadap pornografi	21, 25, 26, 27, 28	22, 23, 24, 29, 30
		Berupa perasaan suka atau tidak suka, senang atau tidak senang terhadap pornografi	31, 35, 36, 37, 38, 41	32, 33, 34, 39, 40
	Psikomotor	Respon seseorang yang berkenaan dengan ponografi	45, 46, 47, 48, 51	42, 43, 44, 49,
		Tindakan atau perbuatan yang dapat diamati, intense atau niat untuk melakukan hal yang berkaitan dengan pornografi	56, 59, 60	52, 54, 57, 58
Total item			54 item	

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* dengan *SPSS for windows 16.0*. Hasil uji reliabilitas instrumen disajikan dengan tabel di bawah ini.

Tabel 7
Hasil Uji Reliabilitas

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.952	60

Instrumen dikatakan reliabel apabila berdasarkan hasil analisis item diperoleh nilai *alpha* lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan N sebanyak 31 peserta didik. Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan program *SPSS for windows 16.0* diperoleh koefisien *alpha* sebesar 0,952 sehingga koefisien *alpha* pada variable kecanduan pornografi lebih besar dari r_{tabel} yaitu sebesar 0,355 yang berarti item dalam angket tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan.

I. Prosedur penelitian

1. Tahap Pra Eksperimen

Tahap ini meliputi pengajuan judul proposal penelitian, pengajuan surat ijin penelitian kepada pihak SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung, penyusunan instrument, penyusunan panduan konseling kelompok dengan teknik *journaling*, validasi panduan. Pada tahap validasi panduan peneliti

meminta bantuan 2 dosen ahli jurusan Bimbingan Konseling yaitu (1) Hijrah Eko P, M.Pd. dan (2) Nofi Nur Y, M.Psi sebagai validator ahli.

2. Tahap Eksperimen

a. *Pretest*

Pretest digunakan untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik. *Pretest* dilakukan pada semua anggota kelompok yang berjumlah sepuluh orang.

b. Pemberian Perlakuan

Pada tahap eksperimen bertujuan untuk mengambil dan mengumpulkan data. Adapun data diperoleh melalui perlakuan konseling kelompok dengan teknik *journaling*. Pada tahap ini dilakukan sebanyak 6 kali perlakuan.

c. *Posttest*

Pada tahap ini peserta didik diberikan tes akhir atau *posttest*.

3. Tahap Pasca Eksperimen

Tahap pasca eksperimen merupakan tahap penyelesaian dari penelitian ini. Setelah eksperimen dengan pemberian perlakuan selesai, maka peneliti menyusun hasil penelitian.

J. Metode Analisis Data

a. Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas sebaran ini untuk memeriksa apakah data yang diselidiki berdistribusi normal atau tidak. Kriteria yang digunakan jika nilai signifikansi (*Asymp.sign*) > Alpha 5% berarti data berdistribusi

normal; maka sebaliknya apabila signifikansi (*Asymp.sign*) < Alpha 5%, maka data tersebut berdistribusi tidak normal. Uji normalitas sebaran dilakukan dengan bantuan program *SPSS for windows 16.0*.

b. Uji Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah perhitungan statistik. Metode analisis data yang digunakan menggunakan uji statistik non parametrik *uji Wilcoxon*. Metode ini dipilih karena pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling (non random)*. Analisis data dengan bantuan program *SPSS for windows 16.0*.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Konseling kelompok REBT adalah proses pemberian bantuan kepada konseli yang dilakukan secara berkelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan agar permasalahan yang dihadapi oleh konseli dapat terentaskan. *Journaling* adalah salah satu teknik dalam konseling dengan cara membuat cerita/jurnal yang dilakukan selama proses konseling dengan tujuan konseli dapat leluasa mengungkapkan apa yang ada dalam pikirannya sehingga proses konseling dapat berjalan dengan baik. Kecanduan pornografi adalah perilaku melihat/menonton tayangan pornografi yang dilakukan secara terus menerus yang sulit untuk dihentikan bertujuan untuk memuaskan diri, perilaku ini bersifat adiksi dan tidak sehat sehingga menimbulkan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah konseling kelompok REBT dengan teknik *journaling* dapat mengurangi kecanduan pornografi pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Candiroto Temanggung tahun ajaran 2019/2020 dengan bukti tingkat penurunan 21.4 %

B. Saran

1. Guru Bimbingan Konseling

Untuk mengurangi kecanduan pornografi pada peserta didik di sekolah diharapkan kepada guru BK untuk menerapkan konseling kelompok dengan teknik *journaling*.

2. Peneliti selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya bisa mengembangkan penelitian dengan mengkaji lebih dalam untuk mengurangi kecanduan pornografi seperti dengan konseling kelompok dengan teknik *biblioterapy* atau teknik lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, A. 2005. *Menepis Godaan Pornografi*. Jakarta: Darul Falah.
- Ahmadi, Abu. 2007. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- . 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Armando, Ade. 2004. *Mengupas Batas Pornografi*. Jakarta: Kementrian Pemberdayaan Perempuan Republik Indonesia.
- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bungin, Burhan. 2005. *Pornomedia*. Jakarta Timur: Prenada Media.
- Chaplin, J. P. 2009. *Dictionary of Psychology, (Terjemah. Kartini Kartono)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Cooper, M. L., Shaver, P.R., Collins, N.L. 1999. *Attachment Style, Emotion Regulation, and Adjustment in Adolescence. Journal Personality and social psychological Association, Inc.* 1990.58,4,664 – 663.
- Corey, G. 2009. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. PT Refika Aditama: Bandung.
- Djubaedah, Neng. 2009. *Pornografi & Pornoaksi Ditinjau Dari Hukum Islam Cetakan ke 3*, Jakarta: Kencana Grup.
- Dwiputra NKD. 2017. “Hubungan Antara Kontrol dengan Kecanduan Cybersexual Pada Remaja Akhir Di Salatiga”. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana (Tidak Diterbitkan).
- Erford, Brandley T. 2017. *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fitriasary, Endah & Muslimin, I Zidni. 2009. “Intensitas Mengakses Situs Porno Pada Remaja”. *Jurnal Humanitas*, Vol. VI No 2 Agustus 2009. Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

- Fitriatun. 2016. "Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Theraphy* untuk Mengurangi Kecanduan Game Online pada Anak Sekolah Dasar di SD N Jumeneng, Sumberadi, Mlati Sleman". *Jurnal Hisbah*. Vol.13 No 1. Desember 2016. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Goodman & Gilman.2001. *Dasar-Dasar Farmalogi Terapi*. Edisi 10.700-713. Jakarta: EGC.
- Gunarsa, S. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Halgin, R.P dan Whitbourne S.K. 2011. *Psikologi Abnormal: Perspektif Klinis Pada Gangguan Psikologis..* Jakarta: Salemba Humanika.
- Hasan, Sidik Abu Hasna. 2008. *Lets Talk About Love*. Solo: Tiga Serangkai.
- Hawari, Dadang. 2010. *Dampak Buruk Pornografi dan Penyalahgunaan Informasi dan Komunikasi terhadap Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Univesitas Indonesia.
- Hazran, Milatillah. 2019. "*Rational Emotive Behaviour Theraphy* (REBT) untuk Mereduksi Kecanduan Game Online pada Peserta Didik SMP." *Quanta*. Vol.3, No.1. Januari 2029. STKIP Siliwangi.
- Hidayat, HSWS Retnowati. 2004. "Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Intenet. *Jurnal Humanitas*". *Indonesian Psychologycal Journal*.Vol.1
- Hovart, Arthur. T. 1989. *Coping with addiction*. (Online). Tersedia pada: <http://www.cts.com/babtsmrt/coping/html>.
- Hurlock, E. B . 2014. *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, Kartini. 2007. *Psikologi Anak*. Bandung: Mandar Maju.
- Khairunnisa. 2017. "Peran Konseling Kelompok Sebagai Tindakan Preventif Dalam Mengatasi Kecanduan Pornografi Di SMA Negeri 12 Banda Aceh. *Skripsi*.(Tidak Diterbitkan). Fakultas Tarbiyah dan Keguruan-Universitas Islam Negeri Ar-Ranry.
- KPAI. 2014. Ribuan Anak Indonesia jadi Korban Pornografi Internet, Jakarta. [serial online] [disitasi pada februari 2020]. Dari URL :www.kpai.go.id
- Kurnanto, M.Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.

- Lahallo, Inneke. 2014. "Studi Pendampingan Pastoral terhadap Pecandu Pornografi di Yayasan Pelangi Nusantara". Program Studi Teologi Universitas Kristen Satya Wacana.
- Latipun. 2015. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Muhammad, Fajar. 2010. "Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecanduan Melihat Situs Porno pada Remaja". *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nurgiyantoro, Burhan. 2000. *Statistik Terapan untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama.
- Palmer, Stephen. 2010. *Intruduction to Counseling and Psychotherapy (The Essential Guide) (Konseling dan Psikoterapi)*. Terjemahan oleh Haris H. Setiadjid. 2011. Yogyakarta Pustaka Pelajar.
- Pusat Penyuluhan Sosial. 2015. *Modul Penyuluhan Sosial: Tentang Pencegahan Pegaruh Pornografi Cetakan Ke 2*. Jakarta: Kementerian Sosial.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- . 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- . 2001. *Pengawasan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Puspito, T.A. 2015. Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy (REBT) untuk Pengembangan Berfikir Positif pada Siswa Kelas VII MTSN Sale Rembang Tahun Ajaran 2014/2015. <http://simki.unpkediri.ac.id>. 24 Agustus 2020 (14.00).
- Rahmawati, MNR Hadjam, T Afiati. 2002. "Hubungan Antara Kecenderungan Perilaku Megakses Situs Porno dan Religiusitas Pada Remaja". *Jurnal Psikologi*. Vol 1. Hlm 1-13.
- Saifuddin, Azwar. 2007. *Sikap Manusia : Teori dan Pengukurannya*. Yoyakarta; Pustaka Pelajar.

- Sarwono, W. Sarlito. 2015. *Psikologi Remaja*. Rajawali Pers: Jakarta.
- Struthers, William. 2012. *Wired For Intimacy (Dirancang untuk Keintiman Bagaimana Pornografi Membajak Otak Pri*, Surabaya: Literatur Perkasa. Jawa Timur.
- Sudjono, Anas. 2005. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Paja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taufik. 2009. *Model-Model Konseling*. FIP-UNP: Padang.
- Undang-Undang Nomor 44 Tahun 2008 tentang Pornografi.
- Willis, Sofyan S. 2007. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, W.S. dan Sri Hastuti. 2007. *Bimbingan Konseling di Institut Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.