

## **Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral bagi Pelaku Kekerasan Seksual di UPTD PKS Insan Berguna**

**Risma Fitriyanti<sup>1\*</sup>, Sri Ilham Nasution<sup>2</sup>, Anisa Mawarni<sup>3</sup>**

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia

Corresponding Author: \*[rismafitriyanti07@gmail.com](mailto:rismafitriyanti07@gmail.com)

---

Received: 02-09-2024

Revised: 06-10-2024

Accepted: 15-11-2024

---

Cite this article: Fitriyanti, R., Nasution, S. I., & Mawarni, A. (2024). Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral bagi Pelaku Kekerasan Seksual di UPTD PKS Insan Berguna. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 8(2), 169–184. <https://doi.org/10.29240/jbk.v8i2.11145>

---

### **Abstract**

This research aims to describe the implementation stages of individual counseling using a behavioral approach for perpetrators of sexual violence at the UPTD PKS Insan Berguna, Lampung Province Social Service. Children involved in sexual violence need a more advanced approach, such as through guidance and counseling that focuses on recovery. Individual counseling is effective because it involves direct interaction between the counselor and the client, allowing the counselor to pay more in-depth attention to the problems faced by the client. The method used in this research is a field research method. Data collection techniques in this research used observation, interviews and documentation. The results obtained in this research show that individual counseling with a behavioral approach has an effect on changing clients' good behavior. The main focus of this research is to describe the behavior patterns of these children, as well as the changes that occur in the rehabilitation process carried out at that place. Researchers also try to explain how a counseling process based on a behavioral approach can help these children identify and change their behavior patterns to be more positive. And clients are starting to realize the impact of their bad habits and are actively working to change them. After attending this counseling, the three clients realized their mistakes and will now try to change for the better. Individual counseling with a behavioral approach shows effectiveness in dealing with behavioral problems, but also

emphasizes that self-awareness is an important first step in efforts to improve lifestyle. Furthermore, the behavioral changes achieved by clients during the counseling process provide hope that this kind of intervention can contribute to a sustainable improvement in their quality of life.

**Keywords:** Individual counseling; behavioral approach; sexual violence

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tahap pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral terhadap pelaku kekerasan seksual di UPTD PKS Insan Berguna Dinas Sosial Provinsi Lampung. anak-anak yang terlibat dalam kekerasan seksual membutuhkan pendekatan yang lebih, seperti melalui bimbingan dan konseling yang berfokus pada pemulihan. Konseling individu menjadi yang efektif karena melibatkan interaksi langsung antara konselor dan klien, memungkinkan konselor untuk memberikan perhatian yang lebih mendalam terhadap permasalahan yang dihadapi klien. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian lapangan (*field research*). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ternyata konseling individu dengan pendekatan behavioral berpengaruh terhadap berubahnya tingkah laku yg baik lagi pada klien. Fokus utama penelitian ini adalah untuk menggambarkan pola perilaku anak-anak tersebut, serta perubahan yang terjadi dalam proses rehabilitasi yang dilakukan di tempat tersebut. Peneliti juga berusaha menjelaskan bagaimana proses konseling berbasis pendekatan behavioral dapat membantu anak-anak ini mengidentifikasi dan mengubah pola perilaku mereka menjadi lebih positif. Dan klien mulai menyadari dampak dari kebiasaan buruk mereka dan secara aktif berupaya mengubahnya. Setelah mengikuti konseling ini ketiga klien menyadari titik kesalahannya dan kini akan berusaha berubah menjadi lebih baik lagi. Konseling individu dengan pendekatan behavioral ini menunjukkan efektivitas dalam menangani masalah perilaku, tetapi juga menegaskan bahwa kesadaran diri adalah langkah awal yang penting dalam upaya perbaikan pola hidup. Lebih jauh, perubahan perilaku yang dicapai klien selama proses konseling memberikan harapan bahwa intervensi semacam ini dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup mereka secara berkelanjutan.

**Kata Kunci:** Konseling individu; pendekatan behavioral; kekerasan seksual

### **Pendahuluan**

Keberlanjutan hidup generasi penerus merupakan harapan dan aspirasi yang besar bagi keluarga, masyarakat, dan negara. Anak-anak dipandang sebagai

aset berharga yang akan menentukan masa depan suatu bangsa. Oleh karena itu, diharapkan anak-anak dapat tumbuh dan berkembang menjadi individu yang tidak hanya memiliki keterampilan, tetapi juga berkarakter kuat serta mampu memberikan kontribusi positif bagi kehidupan bermasyarakat dan bernegara. Namun, kenyataannya, perjalanan tumbuh kembang anak tidak selalu berjalan mulus. Berbagai tantangan yang datang, baik yang berasal dari dalam diri anak itu sendiri maupun dari faktor eksternal seperti lingkungan sosial, dapat memengaruhi perkembangan dan keputusan yang mereka ambil. Salah satu kondisi yang sering kali merugikan bagi masa depan anak adalah ketika mereka terjerumus dalam tindakan yang melanggar norma dan hukum yang berlaku. Dalam hal ini, anak yang berhadapan dengan hukum (ABH) menjadi kelompok yang rentan mengalami dampak serius. Salah satu bentuk pelanggaran yang sangat memprihatinkan adalah kekerasan seksual, yang meliputi tindakan pemerkosaan, pencabulan, pelecehan seksual, hingga persetubuhan.

Kekerasan seksual adalah pelanggaran yang sangat serius, dengan dampak yang tidak hanya dirasakan oleh korban, tetapi juga oleh pelaku, terutama jika pelaku tersebut masih berusia anak-anak. Bagi anak yang terlibat dalam kekerasan seksual, tindakan tersebut bukan hanya menjadi masalah hukum, tetapi juga dapat memulai sebuah proses yang merusak perkembangan moral dan emosional mereka. Pada usia yang seharusnya menjadi masa pembentukan karakter, keterlibatan anak dalam kasus kekerasan seksual dapat merusak potensi mereka untuk tumbuh dan berkembang secara sehat. Oleh karena itu, untuk menangani kasus ini secara menyeluruh, dibutuhkan pendekatan yang melibatkan perlindungan hukum serta rehabilitasi, yang bertujuan untuk memulihkan kondisi fisik dan psikologis baik bagi korban maupun pelaku. Di Indonesia, langkah perlindungan ini dituangkan dalam Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2022 tentang Tindak Pidana Kekerasan Seksual (TPKS). Undang-undang ini tidak hanya menegaskan pentingnya memberikan perlindungan hukum bagi korban, tetapi juga menciptakan kerangka untuk pencegahan serta rehabilitasi, dengan tujuan agar pelaku tidak mengulangi perbuatannya di masa depan.

Faktor-faktor yang mendorong seorang anak untuk melakukan kekerasan seksual sangat berkaitan dengan kondisi lingkungan mereka, terutama lingkungan keluarga dan sosial. Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang disfungsi, pergaulan yang tidak sehat, dan terpapar gaya hidup bebas cenderung lebih berisiko terlibat dalam perilaku menyimpang, termasuk kekerasan seksual. Selain itu, kurangnya pengawasan dari orang dewasa dan lemahnya pendidikan moral serta agama memperburuk keadaan tersebut. Shinta dan Wibowo menyatakan bahwa ketidakmampuan anak untuk mengendalikan emosi dan dorongan seksualnya dapat mendorong mereka untuk melakukan tindakan yang berbahaya, baik bagi diri mereka sendiri maupun orang lain (Shinta and Wibowo 2022).

Pada masa remaja, mereka ingin menunjukkan eksistensi dirinya dan tak jarang mereka ingin mendapatkan pengakuan atau ingin dianggap keberadaannya di tengah-tengah masyarakat dengan melakukan berbagai macam hal, baik itu hal-hal yang positif maupun hal-hal negatif yang biasa disebut dengan kenakalan remaja atau perilaku menyimpang (Afifa and Abdurrahman 2021). Penyimpangan seksual pada remaja merupakan perilaku kacau yang menyebabkan remaja perilakunya tidak terkontrol. Memang diakui bahwa tidak semua remaja mengalami behavior disorder. Namun seorang remaja yang mengalami ini rasa tidak tenang, tidak bahagia, dan menyebabkan hilangnya konsentrasi diri sehingga mengakibatkan munculnya tindakan tidak terkontrol yang mengarahkan kepada tindakan kejahatan (Afrizal and Diqqi Alghzali 2023).

Dalam menangani kasus anak sebagai pelaku kekerasan seksual, sering kali pendekatan hukum yang bersifat hukuman semata tidak cukup efektif untuk memberikan efek jera. Sebaliknya, hukuman yang dijatuhkan tanpa pemahaman yang mendalam terhadap kondisi anak dapat memperburuk trauma psikologis mereka, terutama jika anak merasa tidak sepenuhnya bersalah atas perbuatannya (Laia 2018). Oleh karena itu, anak-anak yang terlibat dalam kekerasan seksual membutuhkan pendekatan yang lebih humanis, seperti melalui bimbingan dan konseling yang berfokus pada pemulihan. Konseling individu menjadi metode yang efektif karena melibatkan interaksi langsung antara konselor dan klien, memungkinkan konselor untuk memberikan perhatian yang lebih mendalam terhadap permasalahan yang dihadapi klien. Pendekatan ini menekankan pentingnya hubungan konseling yang interaktif, di mana konselor berupaya memahami kebutuhan klien dan membantu mereka mengembangkan kemampuan untuk mengatasi tantangan yang mereka hadapi (Willis 2017).

Salah satu pendekatan yang sangat relevan dalam konteks konseling individu adalah pendekatan behaviorial. Pendekatan ini berfokus pada cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi berbagai situasi. (Corey 2005) menjelaskan bahwa pendekatan ini menggunakan prinsip-prinsip pembelajaran untuk mengubah perilaku yang tidak adaptif menjadi lebih produktif dan sesuai dengan norma-norma sosial. Dalam kasus anak yang terlibat dalam kekerasan seksual, pendekatan behaviorial dapat membantu mereka mengenali pola perilaku yang salah, memahami konsekuensi dari tindakan tersebut, dan belajar mengembangkan perilaku yang lebih sesuai dengan norma masyarakat.

Proses konseling berbasis behaviorial melibatkan berbagai teknik, seperti modeling (pembentukan perilaku melalui contoh), reinforcement (penguatan positif terhadap perilaku baik), dan pelatihan keterampilan sosial, yang dirancang untuk memberikan pengalaman pembelajaran yang terstruktur bagi anak. Konseling ini memberi anak kesempatan untuk berlatih mengontrol emosi dan impuls mereka, yang pada gilirannya akan membantu mereka menghadapi situasi yang dapat memicu perilaku negatif di masa depan. (Komalasari 2011)

menegaskan bahwa pendekatan ini menawarkan metode-metode praktis yang dapat memberikan gambaran jelas tentang langkah-langkah yang perlu diambil untuk merubah perilaku.

Dalam konteks anak yang berhadapan dengan hukum, lembaga rehabilitasi memiliki peran yang sangat penting dalam menyediakan layanan konseling dan pemulihan yang tepat. Di Provinsi Lampung, UPTD PKS Insan Berguna adalah salah satu lembaga yang berperan aktif dalam memberikan rehabilitasi sosial bagi anak-anak yang terlibat dalam kasus hukum. Lembaga ini menjalankan program rehabilitasi yang mencakup observasi, pembinaan, dan bimbingan di rumah asuh, dengan tujuan untuk memulihkan kondisi fisik dan psikologis anak. Berdasarkan Peraturan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia Nomor 18 Tahun 2015, lembaga seperti UPTD PKS Insan Berguna juga memiliki tanggung jawab untuk memberikan pembinaan yang terarah, dengan harapan anak-anak yang menjalani proses rehabilitasi ini dapat kembali ke masyarakat dengan keterampilan dan karakter yang lebih baik (Lesmana 2021).

Semakin merajalela di kehidupan masyarakat, hal ini dapat menjadi masalah besar baik pribadi maupun sosial bagi peserta didik, jika kurangnya pemahaman dan pengetahuan tentang sikap positif terhadap seksualitas maka diupayakan pemberian pemahaman, pengetahuan dan pencegahan terhadap klien (Sulistyawati and Alfath 2024). Kecemasan muncul bukan hanya berdasar pada faktor penyebab kecemasan saja. Melainkan karena adanya faktor intern dan faktor ekstern yang mempengaruhi tingkat kecemasan. konsep diri dan penerimaan diri menjadi salah satu faktor internal terjadinya kecemasan menjelang bebas pada diri warga binaan, sehingga setelah dilakukan penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan penerimaan diri dengan tingkat kecemasan menjelang kebebasannya (Maharani, Sihabuddin, and Utami Fitri 2023).

Dengan penerapan pendekatan behavioral yang sistematis, serta dukungan dari lembaga rehabilitasi, diharapkan anak-anak yang terlibat dalam kekerasan seksual dapat dibantu untuk mengubah pola pikir dan perilaku mereka. Proses ini tidak hanya membantu mereka memahami kesalahan yang telah mereka lakukan, tetapi juga membangun kepercayaan diri dan kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial yang lebih sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas konseling individu dengan pendekatan behavioral dalam rehabilitasi pelaku kekerasan seksual di UPTD PKS Insan Berguna Dinas Sosial Provinsi Lampung. Diharapkan, penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan metode rehabilitasi yang lebih efektif untuk mendukung pemulihan anak dan mencegah terulangnya perbuatan kekerasan seksual di masa depan.

## Metode

Penelitian ini mengadopsi metode penelitian lapangan (field research) dengan tujuan utama untuk mengeksplorasi permasalahan yang dihadapi oleh klien di UPTD PKS Insan Berguna, yang merupakan pusat rehabilitasi sosial bagi anak yang berhadapan dengan hukum, termasuk mereka yang terlibat dalam kasus kekerasan seksual. Pemilihan lokasi ini tidak hanya berdasarkan pada peranannya yang sangat penting dalam rehabilitasi sosial, tetapi juga karena keberadaan fasilitas ini yang memfasilitasi program pemulihan bagi anak-anak pelaku kekerasan seksual yang membutuhkan pendampingan psikologis dan sosial. Oleh karena itu, penelitian ini berusaha untuk menggali lebih dalam mengenai proses konseling yang diterapkan pada anak-anak tersebut, yang tujuannya adalah untuk membantu mereka melakukan perubahan perilaku yang lebih positif dan adaptif melalui pendekatan konseling berbasis behavioral. Pendekatan ini memberikan kerangka kerja yang sistematis bagi konselor untuk mengarahkan perubahan perilaku buruk anak menjadi perilaku yang lebih baik, dengan mengembangkan perilaku adaptif dan konstruktif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Sebagai penelitian dengan pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini mengutamakan pengumpulan data yang mendalam terkait kondisi, situasi, dan fenomena sosial yang terjadi di lapangan. Penelitian ini difokuskan pada upaya memberikan gambaran yang utuh mengenai realitas sosial di lingkungan UPTD PKS Insan Berguna, terutama mengenai penerapan intervensi konseling bagi anak-anak yang terlibat dalam kasus kekerasan seksual. Fokus utama penelitian ini adalah untuk menggambarkan pola perilaku anak-anak tersebut, serta perubahan yang terjadi dalam proses rehabilitasi yang dilakukan di tempat tersebut. Dengan menggunakan pendekatan deskriptif, penelitian ini mencoba untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang karakteristik subjek penelitian, yakni tiga anak pelaku kekerasan seksual, yang dipilih sebagai sampel untuk menggali lebih dalam tentang permasalahan mereka. Peneliti juga berusaha menjelaskan bagaimana proses konseling berbasis pendekatan behavioral dapat membantu anak-anak ini mengidentifikasi dan mengubah pola perilaku mereka menjadi lebih positif. Data yang dikumpulkan selama penelitian ini melibatkan berbagai metode, termasuk wawancara dengan klien, konselor, dan staf lembaga rehabilitasi, serta observasi langsung terhadap proses konseling yang berlangsung. Dokumentasi, seperti catatan konseling dan laporan lainnya, juga digunakan untuk memperkaya data yang diperoleh. Semua data yang terkumpul kemudian dianalisis secara mendalam dengan pendekatan kualitatif, yang mengutamakan pemahaman terhadap konteks permasalahan dan proses intervensi yang dilakukan. Analisis data ini dilakukan melalui beberapa tahap, dimulai dengan pengorganisasian data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selanjutnya, data tersebut dikategorikan dan dikelompokkan sesuai dengan tema yang relevan dengan fokus penelitian. Hasil

analisis ini diharapkan memberikan wawasan yang lebih dalam tentang bagaimana pendekatan behavioral dapat diterapkan secara efektif dalam proses rehabilitasi anak-anak pelaku kekerasan seksual dan memberi kontribusi bagi pengembangan metode konseling yang lebih efektif dan manusiawi. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan dampak yang signifikan dalam praktik konseling di lembaga rehabilitasi sosial, serta membantu meningkatkan kualitas program pemulihan bagi anak-anak tersebut.

## **Hasil dan Pembahasan**

Hasil observasi langsung yang dilakukan sebelum pelaksanaan konseling di UPTD PKS Insan Berguna mengungkapkan bahwa klien menghadapi masalah perilaku buruk yang memberikan dampak signifikan pada pola kehidupan sehari-hari mereka. Masalah ini tidak hanya terlihat dari kebiasaan dan sikap negatif yang sering muncul, tetapi juga dari dampaknya terhadap kualitas interaksi sosial klien. Sebagian besar sikap negatif tersebut terjadi tanpa disadari oleh klien, sehingga memperburuk hubungan mereka dengan lingkungan sekitar. Observasi ini menegaskan perlunya intervensi yang tepat untuk membantu klien mengenali dan mengubah pola perilaku mereka. Pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavioral memberikan hasil yang menggembirakan. Pendekatan ini dirancang untuk membantu klien mengeksplorasi sikap, perasaan, dan perilaku yang selama ini tidak mereka sadari. Proses konseling dilakukan secara sistematis, dengan teknik-teknik seperti modeling, reinforcement, dan pelatihan keterampilan sosial. Klien diajak untuk memahami bagaimana kebiasaan buruk mereka terbentuk dan diajarkan cara-cara praktis untuk menggantinya dengan perilaku yang lebih positif. Hasil dari proses konseling ini menunjukkan transformasi yang signifikan. Klien mulai menyadari dampak dari kebiasaan buruk mereka dan secara aktif berupaya mengubahnya. Sikap yang sebelumnya negatif mulai tergantikan oleh perilaku yang lebih konstruktif, baik dalam kehidupan pribadi maupun interaksi sosial mereka. Transformasi ini tidak hanya menunjukkan efektivitas pendekatan behavioral dalam menangani masalah perilaku, tetapi juga menegaskan bahwa kesadaran diri adalah langkah awal yang penting dalam upaya perbaikan pola hidup. Lebih jauh, perubahan perilaku yang dicapai klien selama proses konseling memberikan harapan bahwa intervensi semacam ini dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup mereka secara berkelanjutan. Klien tidak hanya mampu memperbaiki perilaku buruk mereka, tetapi juga menunjukkan potensi untuk mempertahankan perubahan tersebut dalam jangka panjang. Dengan demikian, konseling individu berbasis pendekatan behavioral terbukti menjadi metode yang efektif dalam membantu klien memperbaiki pola hidup mereka, membangun kesadaran diri, dan meningkatkan kualitas interaksi sosial mereka.

Menurut Willis pendekatan behavioral suatu pandangan ilmiah tentang perilaku manusia, di mana perilaku tersebut dianggap sebagai hasil dari proses pembelajaran yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar (Willis 2017). Dalam pandangan ini, lingkungan sosial memainkan peran penting dalam memodifikasi perilaku seseorang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa perubahan perilaku manusia dapat dicapai melalui modifikasi faktor-faktor lingkungan sosial yang memengaruhi mereka. Hal ini diperkuat oleh pandangan Prayitno dan Amri, yang mendefinisikan konseling individu sebagai proses pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada individu yang sedang menghadapi masalah, dengan tujuan akhir berupa penyelesaian masalah tersebut. Proses ini melibatkan wawancara konseling sebagai metode utama untuk membantu klien menemukan solusi atas permasalahannya (Prayitno, Amri, and Erman 2013).

Studi sebelumnya juga mendukung keefektifan pendekatan ini dalam mengatasi masalah perilaku tertentu. Dalam penelitian yang berjudul "Konseling Individu Pendekatan Behavioral terhadap Perilaku Membolos Siswa", ditemukan bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan behavioral memiliki pengaruh signifikan terhadap penurunan perilaku membolos pada siswa. Melalui konseling, siswa mampu mengintegrasikan kesadaran terhadap sikap dan tindakan yang sebelumnya tidak disadari, sehingga terjadi perubahan positif dalam perilaku mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan behavioral dapat menjadi metode yang efektif untuk membantu individu memahami dan mengatasi masalah perilaku mereka (Alvian and Sinthia 2020).

Selain itu, penelitian yang dilakukan pada tiga anak pelaku pencabulan berinisial NS, RR, dan LH juga menunjukkan bahwa konseling individu yang dilaksanakan melalui tiga tahap utama yaitu pembukaan, kegiatan inti, dan penutupan memberikan hasil yang signifikan dalam membantu klien. Dalam proses konseling tersebut, klien berhasil menemukan kembali pola hidup (life style) mereka, mendapatkan kembali rasa percaya diri, dan mengembangkan kemandirian yang penting untuk masa depan mereka. Konseling individu yang diterapkan juga memperlihatkan pentingnya keterlibatan aktif klien serta kepercayaan klien kepada konselor sebagai faktor penentu keberhasilan proses konseling (Melisa 2020).

Berbagai penelitian internasional mendukung pendekatan behavioral dalam memodifikasi kebiasaan buruk melalui pembelajaran strategis. Sebagai contoh, (Oettingen dan Gollwitzer 2018) dalam kajian mereka tentang Mental Contrasting with Implementation Intentions (MCII) menjelaskan bahwa proses pembelajaran yang terstruktur mampu menghasilkan perubahan perilaku yang signifikan. Pendekatan MCII menggabungkan teknik refleksi pada tujuan dan potensi hambatan dengan perencanaan konkret, misalnya melalui strategi "jika-maka". Metode ini telah digunakan secara efektif untuk membantu individu dalam mengurangi kebiasaan buruk seperti procrastination, pola makan tidak sehat, dan kurangnya aktivitas fisik.

Penelitian yang dilakukan oleh (Duckworth dan Seligman 2005) berjudul "Self-discipline Outdoes IQ in Predicting Academic Performance of Adolescents" mengungkapkan bahwa disiplin diri (self-discipline) memiliki peran yang lebih besar dibandingkan kecerdasan (IQ) dalam menentukan keberhasilan akademik siswa. Studi ini secara langsung menantang pandangan konvensional yang menempatkan IQ sebagai faktor dominan dalam prestasi akademik. Duckworth dan Seligman mendefinisikan disiplin diri sebagai kemampuan individu untuk mengendalikan emosi, perilaku, serta dorongan internal dalam menghadapi berbagai tuntutan eksternal. Melalui penelitian yang melibatkan remaja, mereka menemukan bahwa siswa dengan tingkat disiplin diri yang lebih tinggi cenderung memiliki pencapaian akademik yang lebih baik, meskipun IQ mereka berada pada tingkat yang biasa saja. Hasil ini mengindikasikan bahwa kecerdasan bukanlah satu-satunya penentu kesuksesan akademik, dan kemampuan untuk tetap fokus, berkomitmen, serta mengendalikan diri memainkan peran yang jauh lebih signifikan. Penelitian ini memberikan implikasi besar dalam dunia pendidikan. Fokus pada pengembangan disiplin diri, seperti membangun kemampuan untuk menunda kepuasan, menunjukkan ketekunan, dan berupaya keras menghadapi tantangan, dapat memberikan hasil yang lebih positif bagi siswa dibandingkan sekadar meningkatkan kapasitas kognitif mereka. Dengan demikian, temuan ini mendorong perubahan dalam strategi pendidikan, di mana pelatihan untuk mengembangkan keterampilan non-kognitif menjadi sama pentingnya dengan pengembangan intelektual. Duckworth dan Seligman juga menekankan pentingnya peran usaha dan ketekunan sebagai elemen kunci dalam mencapai kesuksesan jangka panjang, baik di bidang akademik maupun kehidupan secara umum. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah dan sistem pendidikan sebaiknya tidak hanya berfokus pada nilai akademik atau tes IQ, tetapi juga pada pengembangan karakter, terutama dalam aspek pengendalian diri dan disiplin. Temuan ini memberikan wawasan baru tentang bagaimana pendekatan pendidikan dapat diarahkan untuk mendukung siswa dalam mencapai potensi penuh mereka, baik secara akademik maupun pribadi.

Penelitian oleh (Christiansen, Oettingen, Dahme, dan Klinger 2010), yang berjudul "A Short Goal-Pursuit Intervention to Improve Physical Capacity: A Randomized Clinical Trial in Chronic Back Pain Patients," berfokus pada dampak intervensi berbasis tujuan untuk meningkatkan kapasitas fisik pada pasien dengan nyeri punggung kronis. Penelitian ini menggunakan metode uji klinis acak untuk mengevaluasi efektivitas pendekatan tersebut. Tujuan utama intervensi adalah membantu pasien menetapkan dan mengejar sasaran jangka pendek yang berhubungan langsung dengan perbaikan kondisi fisik mereka. Harapannya, melalui upaya ini, pasien dapat mengurangi gejala nyeri, meningkatkan aktivitas fisik, dan mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Intervensi yang dilakukan dalam penelitian ini dirancang secara spesifik untuk mendorong pasien dalam menetapkan langkah-langkah praktis dan terukur

menuju pemulihan fisik. Hasilnya menunjukkan bahwa meskipun intervensi ini bersifat singkat, dampaknya signifikan terhadap perbaikan kapasitas fisik pasien. Pasien yang mengikuti intervensi melaporkan penurunan tingkat nyeri yang dialami serta peningkatan kemampuan untuk bergerak dan melakukan aktivitas sehari-hari. Studi ini memberikan bukti bahwa pendekatan psikologis, seperti pembentukan dan pencapaian tujuan, dapat menjadi strategi yang efektif dalam rehabilitasi pasien dengan kondisi kronis seperti nyeri punggung. Intervensi berbasis tujuan tidak hanya membantu pasien mengelola gejala fisik tetapi juga meningkatkan motivasi mereka untuk aktif dalam proses pemulihan. Hal ini relevan dengan goal-setting theory, yang menekankan bahwa sasaran yang jelas, terukur, dan relevan dapat memotivasi individu untuk melakukan perubahan yang signifikan. Selain itu, penelitian ini menggarisbawahi pentingnya faktor psikologis dalam pemulihan fisik. Motivasi, dukungan emosional, dan pengaturan sasaran yang realistis dapat memainkan peran penting dalam rehabilitasi pasien. Penemuan ini memiliki implikasi praktis yang luas, terutama dalam pengembangan program rehabilitasi yang lebih holistik dan berbasis pasien, yang tidak hanya fokus pada pengobatan medis tetapi juga pada dukungan psikologis untuk meningkatkan kualitas hidup pasien.

Penelitian berjudul "Pendekatan Konseling Behavioral pada Kasus Dugaan Ujaran Kebencian dan Penodaan Agama" oleh (Oktaviawati 2024) mengeksplorasi penerapan konseling berbasis behavioral untuk menangani individu yang terlibat dalam kasus ujaran kebencian dan penodaan agama. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu klien menyadari dampak negatif dari perilaku mereka terhadap masyarakat, sekaligus memotivasi perubahan perilaku yang lebih baik. Dalam penelitian ini, teknik-teknik konseling seperti penguatan perilaku positif digunakan untuk meningkatkan kebiasaan yang mendukung harmoni sosial. Di sisi lain, strategi untuk mengurangi perilaku negatif diterapkan guna menekan pola tindakan yang destruktif. Penekanan diberikan pada pengembangan empati dan kesadaran sosial, dengan harapan dapat mendorong individu untuk lebih memahami konsekuensi dari tindakan mereka dan mengarahkan perilaku mereka ke arah yang lebih konstruktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan konseling behavioral efektif untuk memodifikasi pola pikir dan kebiasaan buruk, terutama pada kasus ujaran kebencian. Dengan menanamkan pola perilaku yang lebih adaptif, konseling ini membantu klien mengubah perilaku destruktif menjadi perilaku yang mendukung keharmonisan sosial. Penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya pendekatan psikologis dalam menangani masalah sosial yang kompleks, seperti ujaran kebencian dan konflik agama. Studi ini memberikan kontribusi praktis dalam bidang konseling, terutama untuk kasus-kasus yang membutuhkan intervensi pada tingkat pola pikir dan perilaku. Hasilnya dapat menjadi panduan bagi praktisi dalam merancang program konseling yang lebih efektif untuk meningkatkan empati, tanggung jawab sosial, dan perdamaian dalam masyarakat.

Penelitian berjudul "Hubungan Regulasi Emosi dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa" oleh (Muti'ah, Wisma, and Mega Putri 2024) mengkaji keterkaitan antara kemampuan pengelolaan emosi dan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Penelitian ini menyoroti bahwa kesulitan dalam mengelola emosi, seperti kecemasan, ketakutan akan kegagalan, atau tekanan, sering kali menyebabkan siswa menunda penyelesaian tugas akademik mereka. Penulis menjelaskan bahwa emosi negatif yang tidak terkontrol dapat menjadi hambatan signifikan bagi siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik secara tepat waktu. Mereka juga menegaskan pentingnya konseling sebagai intervensi untuk membantu siswa mengenali emosi yang menghambat dan menerapkan strategi pengelolaan emosi yang lebih baik. Pendekatan konseling behavioral digunakan untuk melatih siswa dalam mengidentifikasi pola perilaku tidak produktif dan menggantinya dengan kebiasaan yang lebih positif, seperti teknik manajemen waktu, pengaturan prioritas, dan mekanisme koping stres yang efektif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan konseling ini mampu membantu siswa mengatasi prokrastinasi akademik. Siswa yang mendapatkan intervensi konseling tidak hanya menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengelola emosi, tetapi juga mengalami perbaikan dalam kinerja akademik mereka. Temuan ini menegaskan bahwa regulasi emosi yang efektif memiliki peran penting dalam membantu siswa mengurangi prokrastinasi dan mencapai hasil yang lebih baik di lingkungan pendidikan. Penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi para konselor pendidikan dan pendidik untuk memperhatikan aspek regulasi emosi dalam menangani siswa dengan masalah prokrastinasi. Dengan membekali siswa teknik pengelolaan emosi yang tepat, mereka dapat meningkatkan produktivitas akademik serta kesejahteraan emosional mereka secara keseluruhan.

Penelitian berjudul "Peningkatan Kesejahteraan Mental Siswa melalui Bimbingan Konseling Islam" oleh (Charles et al. 2023) mengeksplorasi efektivitas pendekatan konseling Islam dalam meningkatkan kesejahteraan mental siswa. Studi ini menyoroti peran pendekatan berbasis spiritual dalam membantu siswa mengatasi berbagai masalah psikologis, seperti kecemasan, stres, dan kesulitan emosional, yang semakin meningkat selama masa pandemi. Penulis mengungkapkan bahwa konseling Islam berfokus pada penguatan aspek spiritual untuk menumbuhkan ketenangan batin dan ketahanan mental. Teknik yang digunakan meliputi konseling kelompok, latihan relaksasi, dan visualisasi, yang dirancang untuk membantu siswa mengendalikan pikiran dan emosi mereka. Nilai-nilai agama diintegrasikan ke dalam proses konseling untuk memberikan rasa kedamaian dan pemahaman diri yang mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini secara signifikan membantu siswa meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Dengan menerapkan prinsip-prinsip agama dalam konseling, siswa dapat memperoleh panduan praktis dalam menghadapi tantangan hidup, sekaligus memperkuat keyakinan dan hubungan spiritual mereka. Penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap bidang

bimbingan konseling, terutama dalam konteks pendidikan. Pendekatan konseling berbasis Islam tidak hanya efektif dalam mengatasi masalah psikologis, tetapi juga mampu membangun kesadaran spiritual yang lebih mendalam, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup siswa. Temuan ini mendorong para konselor dan pendidik untuk mengadopsi metode yang serupa dalam menangani kesejahteraan mental siswa di berbagai lingkungan.

Pendekatan ini, meskipun lebih berorientasi pada aspek spiritual, memiliki kesamaan tujuan dengan pendekatan behavioral dalam konteks konseling individu untuk anak pelaku kekerasan seksual. Kedua pendekatan ini bertujuan untuk mengubah perilaku negatif dan meningkatkan kesejahteraan mental individu. Sementara konseling Islam lebih menekankan pada aspek rohani dan kedamaian batin, pendekatan behavioral yang digunakan dalam kasus anak pelaku kekerasan seksual berfokus pada perubahan perilaku buruk melalui teknik-teknik penguatan dan pembelajaran. Kedua metode ini berfokus pada membantu individu untuk lebih memahami dan memperbaiki perilaku mereka, dengan tujuan akhir mencapai perubahan positif yang berdampak pada kesejahteraan mental mereka.

Dalam konteks konseling individu, pendekatan behavioral membantu klien untuk tidak hanya memahami perilaku buruknya tetapi juga untuk belajar kembali bagaimana berperilaku yang lebih adaptif. Hal ini menekankan bahwa perubahan perilaku yang dicapai bersifat berkelanjutan karena didasarkan pada pengembangan kebiasaan positif yang diperkuat melalui praktik berulang. Pendekatan ini konsisten dengan temuan lokal, seperti yang dijelaskan oleh (Prayitno, Amti, and Erman 2013), bahwa konseling individu memberikan ruang bagi klien untuk menggali penyebab permasalahan mereka melalui interaksi langsung dengan konselor. Proses ini memfasilitasi klien dalam mengenali perilaku buruk mereka, sekaligus memberikan strategi untuk mengatasi dan memperbaiki pola tersebut.

**Tabel 1. Data Anak Pelaku Kekerasan Seksual di UPTD PKS Insan Berguna**

No	Nama	Usia	Bentuk Kekerasan yang Dilakukan pada korban
1.	S.D.M	17 Tahun	Melakukan Pencabulan terhadap empat korban
2.	M.D.S	17 Tahun	Melakukan Persetubuhan atas dasar suka sama suka terhadap korban pacar temennya
3.	R.Y	16 Tahun	Melakukan Pemerksaan sebanyak 3x terhadap teman adeknya.

Pendekatan behavioral dalam konseling individu merupakan metode yang efektif untuk menangani berbagai permasalahan perilaku klien, dengan fokus utama pada identifikasi, refleksi, dan pengubahan pola perilaku yang tidak adaptif. Proses ini dilakukan secara sistematis dan mendalam untuk menggali akar permasalahan klien sekaligus memberikan mereka peluang untuk belajar pola baru yang lebih sehat dan konstruktif. Dalam konteks penelitian ini, pendekatan behavioral diterapkan melalui studi kasus dengan klien di UPTD PKS Insan Berguna, di mana konseling dilakukan dalam tiga sesi tatap muka, didahului oleh tahap pra-konseling. Tahap pra-konseling ini penting untuk membangun hubungan yang kuat antara konselor dan klien, menciptakan rasa nyaman, dan melatih klien agar lebih siap dalam menjalani proses konseling yang sesungguhnya. Selain itu, pra-konseling memberikan kesempatan bagi klien untuk mulai mengenali kebiasaan sehari-hari yang perlu diubah, sehingga hasil konseling dapat terintegrasi secara lebih baik dalam kehidupan mereka.

Pada sesi pertama, konselor memulai dengan melakukan eksplorasi mendalam terhadap latar belakang klien untuk memahami dinamika permasalahan mereka. Proses ini dilakukan dengan mendengarkan secara aktif cerita dari klien serta mengamati pola perilaku mereka selama sesi berlangsung. Salah satu contoh kasus adalah klien bernama RY, yang pada sesi pertama menunjukkan hasil observasi yang mayoritas berada pada kategori sangat kurang. RY, meskipun sudah mulai terbuka dalam mengungkapkan permasalahannya, masih memerlukan banyak dorongan dan arahan untuk memahami apa yang menjadi akar perilaku buruknya. Pada sesi kedua, pendekatan behavioral mulai diterapkan secara intensif dengan memberikan klien kesempatan untuk merefleksikan permasalahan mereka secara lebih mendalam dan mencari solusi praktis. Hasilnya, RY mulai menunjukkan perkembangan positif, di mana penurunan perilaku buruk terlihat secara bertahap. Namun, tantangan tetap ada, seperti kecenderungan RY untuk melewatkan jadwal harian di UPTD PKS Insan Berguna. Hal ini menjadi fokus perbaikan untuk sesi ketiga, di mana RY akhirnya menunjukkan perubahan yang lebih signifikan. Pada sesi ini, ia bahkan menyatakan tekadnya untuk menjadi pribadi yang lebih baik, sebagaimana disampaikannya, "RY akan bertingkah laku lebih baik dari sebelumnya di lingkungan serta RY berterima kasih kepada Ibu yang telah membantu RY."

Kasus lainnya adalah SDM, yang pada sesi pertama tampak kesulitan menerima kegiatan harian yang diwajibkan di UPTD PKS Insan Berguna. Ia menunjukkan sikap penolakan yang cukup kuat, membuat proses konseling berjalan dengan tantangan yang tidak kecil. Namun, dengan strategi yang tepat, konselor mampu membantu SDM mulai menerima kegiatan harian tersebut pada sesi kedua. Peningkatan ini terlihat dari hasil observasi, di mana SDM mulai mengikuti aktivitas keseharian dengan lebih teratur. Pada sesi ketiga, perubahan yang lebih signifikan terlihat. SDM tidak hanya mampu menjalankan rutinitas dengan baik tetapi juga menunjukkan kesadaran penuh atas kesalahan

yang dilakukannya di masa lalu. Ia bahkan mengungkapkan tekadnya untuk mematuhi aturan yang ada dan menjadi pribadi yang lebih baik, sebagaimana ia sampaikan: "Saya SDM bersungguh-sungguh mengubah perilaku buruk saya, menerima dan menjalankan tata tertib yang ada di sini."

Sementara itu, klien lain, MDS, menghadirkan tantangan yang lebih kompleks. Pada sesi pertama, MDS memperlihatkan perilaku yang sangat mengganggu, seperti merokok di dalam ruangan dan memengaruhi klien lainnya dengan tindakan tersebut. Hal ini memaksa konselor dan pekerja sosial untuk mengambil langkah yang lebih tegas dalam pendampingan. Pada sesi kedua, hasil observasi menunjukkan adanya penurunan perilaku buruk, di mana MDS mulai mematuhi aturan dengan tidak lagi merokok di ruangan dan menunjukkan partisipasi dalam aktivitas harian. Pada sesi ketiga, perubahan perilaku yang lebih signifikan terjadi, dengan MDS mulai mengikuti kegiatan positif secara konsisten dan membangun kebiasaan baru yang lebih sehat. Ia bahkan menyatakan komitmennya untuk meninggalkan perilaku buruk, seperti yang diungkapkannya: "MDS merasa akan bisa meninggalkan perilaku buruk, karena sudah terbiasa seperti ini di UPTD PKS Insan Berguna."

Melalui contoh-contoh kasus ini, dapat disimpulkan bahwa pendekatan behavioral dalam konseling individu secara efektif mampu membantu klien mengenali pola perilaku buruk, menemukan motivasi untuk berubah, dan membangun kebiasaan baru yang lebih baik. Proses ini tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek tetapi juga menciptakan perubahan yang berkelanjutan, memungkinkan klien untuk melanjutkan kehidupan mereka dengan lebih baik. Keberhasilan pendekatan ini terlihat dari kemajuan yang dialami oleh RY, SDM, dan MDS, di mana mereka semua mampu menyadari kesalahan mereka, berkomitmen untuk berubah, dan melanjutkan kehidupan dengan pola kebiasaan yang telah mereka pelajari selama proses konseling di UPTD PKS Insan Berguna, Dinas Sosial Provinsi Lampung. Proses ini menunjukkan bahwa konseling berbasis behavioral merupakan pendekatan yang tidak hanya relevan tetapi juga sangat efektif dalam memfasilitasi transformasi perilaku klien secara mendalam dan berkelanjutan.

## **Penutup**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan pendekatan behavioral terbukti efektif dalam membantu klien untuk membentuk dan merubah tingkah laku mereka. Proses ini tidak hanya membantu klien seperti RY, SDM, dan MDS untuk menyadari kesalahan yang telah mereka lakukan, tetapi juga memberikan mereka alat dan strategi untuk mengubah perilaku buruk menjadi perilaku yang lebih baik. Pendekatan behavioral dalam konseling memungkinkan klien untuk lebih sadar terhadap pola perilaku mereka, dan dengan bimbingan yang tepat, mereka dapat

menggantinya dengan perilaku yang diinginkan, yakni tingkah laku yang lebih positif dan konstruktif. Pemberian konseling dengan pendekatan ini membantu klien untuk lebih memahami mana perilaku yang perlu diubah dan memberi mereka kesempatan untuk terus mempertahankan perilaku baru yang telah mereka pelajari. Dengan adanya sesi konseling yang berulang, klien diberi ruang untuk merefleksikan perasaan, kebiasaan, dan tindakan mereka, serta mendapatkan motivasi dan dukungan dalam menjalani perubahan tersebut. Dalam hal ini, seperti yang dialami oleh klien RY, SDM, dan MDS, mereka mampu memperbaiki kebiasaan buruk mereka, mengikuti rutinitas yang lebih teratur, serta berkomitmen untuk terus melanjutkan kebiasaan positif yang telah terbentuk. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan behavioral dalam konseling tidak hanya memberikan solusi jangka pendek, tetapi juga memungkinkan klien untuk melakukan perubahan yang bersifat berkelanjutan. Dengan demikian, konseling individu berbasis behavioral menjadi metode yang efektif dalam merubah perilaku buruk menjadi lebih baik, serta memfasilitasi klien dalam mempertahankan kebiasaan positif yang dapat membawa perubahan nyata dalam kehidupan mereka.

## Referensi

- Afifa, Anisya, and Abdurrahman. 2021. "Peran Bimbingan Koneling Islam Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja." *Islam Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 5.
- Afrizal, and Reno Diqqi Alghzali. 2023. "Bimbingan Teman Sebaya Untuk Mencegahan Penyimpangan Seksual Siswa." *Islam Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 7.
- Alvian, Aldo, and Rita Sinthia. 2020. "Konseling Individu Pendekatan Behavioral Terhadap Perilaku Membolos Siswa SMP N 22 Kota Bengkulu." *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling* 3 (1).
- Charles, Eko, Zepri Hiptraspa, Idi Warsah, and M. Supperapto Effendi. 2023. "Peningkatan Kesejahteraan Mental Siswa Melalui Bimbingan Konseling Islam." *Islam Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 7.
- Christiansen, S., Oettingen, G., Dahme, B., & Klinger, R. (2010). A short goal-pursuit intervention to improve physical capacity: A randomized clinical trial in chronic back pain patients. *Pain*, 149(3), 444-452.
- Corey, Gerald. 2005. *Teori Dan Praktik Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological science*, 16(12), 939-944.

- Komalasari. 2011. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Laia, Laka Dodo. 2018. "Pemidanaan Anak Sebagai Pelaku Tindak Pidana Perkosaan." *Jurnal Education and Development* 6 (3): 9.
- Lesmana, Gusman. 2021. *Bimbingan Konseling Populasi Khusus*. Jakarta: Kencana.
- Maharani, Erista, Amin Sihabuddin, and Hartika Utami Fitri. 2023. "Hubungan Konsep Diri Dan Penerimaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Bebas Pada Warga Binaan Lapas." *Islam Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 7.
- Melisa, Sri. 2020. "Konseling Individu Bagi Anak Pelaku Pencabulan Di Balai Pemasyarakatan Kelas II Bandar Lampung." *Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*.
- Muti'ah, Aulia, Nur Wisma, and Rani Mega Putri. 2024. "Hubungan Regulai Emosi Dengan Prokratinasi Akademik Pada Siswa." *Islam Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 8.
- Oktaviawati, Monita. 2024. "Pendekatan Behavioral Pada Kasus Dugaan Ujaran Kebencian Dan Penodaan Agama." *Islam Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 8.
- Prayitno, Amti, and Erman. 2013. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sabrina, T. (2014). *Bentuk Kekerasan Seksual: Kenali dan Tangani*. Komnas Perempuan.
- Shinta, Jasuma Bakti Prima, and Padmono Wibowo. 2022. "Optimalisasi Bimbingan Dan Konseling Pada Anak Pelaku Tindak Pidana Pernerkosaan." *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial Dan Sains* 11 (1): 129–34. <https://doi.org/10.19109/intelektualita.v11i1.10036>.
- Sulistyawati, Nurwinda, and Annajmi Alfath. 2024. "Pengembangan Panduan Layanan Informasi Pencegahan Pelecehan Seksual: Sebuah Pendekatan Contextual Teaching and Learning." *Islam Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 8.
- Willis, Sofyan S. 2017. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.