

***RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) DALAM
MENANGANI POLA PIKIR DAN PERILAKU LESBIAN PADA REMAJA
DI JERUK LAKARSANTRI SURABAYA***

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Sosial Islam (S. Sos. I)**



**Oleh:
Nia Nihaya
NIM. B03212041**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2016**

**PERNYATAAN
PERTANGGUNG JAWABAN PENULISAN SKRIPSI**

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nia Nihaya

NIM : B03212041

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Alamat : Jojoran III no 49 Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

- 1) Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi mana pun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
- 2) Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
- 3) Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, Juli 2016
Yang Menyatakan,



Nia Nihaya
B03212041

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Nia Nihaya
NIM : B03212041
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Dalam Menangani
pola pikir dan Perilaku Lesbian Pada Remaja di jeruk
Lakarsantri Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 26 Juli 2016

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,



Dr. Ht. Sri Astutik, M.Si.

NIP. 195902051986032004

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Nia Nihaya ini telah dipertahankan di depan penguji

Surabaya, 11 Agustus 2016

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Dekan,

Dr. Hj. Suhartini, M.Si

NIP. 195801131982032001

Penguji I,

Dr. Hj. Siti Astutik, M.Si
NIP. 195902051986032004

Penguji II,

Yusra Ningsih, S.Ag. M.Kes.
NIP. 197605182007012022

Penguji III,

Lukman Fahmi S. Ag. M. Pd
NIP. 197311212005011002

Penguji IV,

Dra. Faizah Noer Laela, M. Si
NIP. 196012111992032001



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Sekretariat: Jl. Jendral Achmad Yani 117 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
Email: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PENGESAHAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagian civitas akademik UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : NIA NIHAYA
NIM : B03212041
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
E-mail address : Nianihayaa@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

Yang berjudul:

*RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) DALAM MENANGANI
POLAPIKIR DAN PERILAKU LESBIAN PADA REMAJA DI JERUK LAKARSANTRI
SURABAYA*

Beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-mediakan/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 23 Agustus 2016

Penulis

(Nia Nihaya)

mereka. Kemunculan mereka bukannya datang tiba-tiba. Faktor lain, kebebasan berekspresi melalui media massa dalam bentuk pemberitaan atau dalam bentuk hiburan, seperti film, musik, dan televisi.⁴

Hasil survei YPKN menunjukkan, ada 4.000 hingga 5.000 penyukai sesama jenis di Jakarta. Sedangkan GAYa Nusantara memperkirakan, 260.000 dari enam juta penduduk Jawa Timur adalah homo. Angka-angka itu belum termasuk kaum homo di kota-kota besar. Dede Oetomo (pendiri Yayasan GAYa Nusantara) memperkirakan, secara nasional jumlahnya mencapai sekitar 1% dari total penduduk Indonesia. Data tersebut menjadi suatu bukti, bahwa fenomena itu sudah semakin marak di tengah-tengah mayoritas heteroseksual. Bahwa sekarang ini sudah banyak masyarakat homoseksual di sekitar kita yang notabene adalah heteroseksual.⁵

Dalam dunia homoseksual, ada dua macam yaitu gay dan Lesbi. Gay adalah laki-laki yang mempunyai perasaan ketertarikan seksual dengan laki-laki, sementara lesbi adalah wanita yang mempunyai perasaan ketertarikan seksual dengan perempuan. Lesbi bukanlah hal baru di dalam masyarakat, hanya saja apakah masyarakat selama ini sadar dengan kehadiran mereka. Karena umumnya lesbi lebih memilih untuk menutup diri rapat-rapat. Akan tetapi seiring berjalannya waktu dan perkembangan zaman, saat ini kaum lesbi sudah lebih terbuka. Hal itu lambat laun memunculkan fenomena baru.

⁴Ayu, Faridatunnisa. "GAMBARAN STATUS IDENTITAS REMAJA PUTERI LESBI, jurnal psikologi, Vol. 8, No. 02, Desember 2010.

⁵Ayu Faridatunnisa, " Gambaran Status Identitas Remaja Puteri Lesbi",. Jurnal Psikologi Volume 8 Nomor 2, Desember 2010, Hlm 82

Rational Emotive Behavior Therapy adalah suatu pendekatan yang dikembangkan oleh Albert Ellis sekitar pertengahan tahun 1950an. Pendekatan ini menekankan pada pentingnya peran pikiran pada tingkah. *Rational Emotive Behavior Therap* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irrasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah pemikiran individu.¹⁰

Menurut Ellis (1993) mengatakan beberapa asumsi dasar REBT yang dapat di kategorisasikan pada beberapa postulat, antara lain:

- a) Pikiran, perasaan dan tingkah laku secara berkesinambungan saling berinteraksi.
- b) Gangguan emosional disebabkan oleh faktor biologi dan lingkungan.
- c) Manusia di pengaruhi oleh orang lain dan lingkungan sekitar.
- d) Manusia menyakiti diri sendiri secara kognitif, emosional, dan tingkah laku.
- e) Ketika hal yang tidak menyenangkan terjadi, individu cenderung menciptakan keyakinan yang irasional.
- f) Keyakinan irasional menjadikan penyebab gangguan kepribadian individu.
- g) Sebagian besar manusia memiliki kecenderungan yang besar.
- h) Ketika individu beringkah laku yang menyakiti diri sendiri.¹¹

REBT memiliki berbagai nama, yaitu *Rational therapy*, *Rational emotive therapy*, *Smantic therapy*, *Cognitive behavior therapy* dan *Rational behavior training*.

Terapi ini dikelompokkan sebagai terapi kognitif dan behavior.

A. Teori Kepribadian

¹⁰Eka Wahyuni, S.Pd., *Teori Dan Teknik Konseling*, (Jakarta, PT Indeks,2011)

¹¹Aip Badrujaman., PENGGUNAAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIF BEHAVIOUR THERAPY (REBT) PADA SETTING SEKOLAH DI INDONESIA

Agar mudah memahami dinamika dalam kepribadian REBT, maka Ellis menemukan konsep-konsep dasar. Menurut Ellis (1994) ada tiga hal yang terkait dengan perilaku, yaitu *antecedent event* (A), *belief* (B), dan *emotional consequence* (C).

B. Perilaku Bermasalah

Perilaku yang salah adalah perilaku yang didasari pada cara berfikir yang irrasional. Albert Ellis (1994) berpendapat bahwa indikator keyakinan irrasional yang berlaku secara menyeluruh.

C. Karakteristik Keyakinan Yang Irrasional

Pada tahun 1982 Nelson-Jones menambahkan karakteristik umum cara berpikir irrasional yang dapat dijumpai secara umum sebagai berikut yaitu terlalu menuntut, generalisasi secara berlebihan, penilaian diri, penekanan, kesalahan atribusi, anti pada kenyataan, dan repitisi.¹²

Tujuan umum REBT menurut Corey adalah mengajari konseli bagaimana cara memisahkan evaluasi perilaku mereka dari evaluasi diri – esensi dan totalitasnya – dan bagaimana cara menerima dengan segala kekurangannya¹³.

2. POLA PIKIR

Menurut Adi W. Gunawan berasumsi bahwa definisi dari pola pikir atau *mindset* adalah sekumpulan kepercayaan (*belief*) atau cara berpikir yang mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang, yang akhirnya akan menentukan level keberhasilan hidupnya. Kemudian Dweck 2008, juga mengatakan bahwa “Pandangan yang orang

¹²Latipun, *PSIKOLOGI KONSELING*,. Malang, Penerbit Universitas Muhammadiyah 2003,.

¹³Latipun, *PSIKOLOGI KONSELING*,. Malang, Penerbit Universitas Muhammadiyah 2003,.

adopsi untuk dirinya sangat mempengaruhi cara orang tersebut mengarahkan kehidupan”. Artinya kepercayaan atau keyakinan seseorang memiliki kekuatan yang dapat mengubah pikiran, kesadaran, perasaan, sikap, dan lain-lain, yang pada akhirnya membentuk kehidupannya saat ini. Maka definisi lain dari polapikir adalah cara otak dan akal menerima, memproses, menganalisis, mempersepsi, dan membuat kesimpulan terhadap informasi yang masuk melalui indra.¹⁴

Dari kesimpulan diatas dapat dijelaskan Pola pikir seseorang akan mudah terlihat ketika menghadapi suatu permasalahan yang harus diselesaikan. Pola pikir itu sangat dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pengalaman, dan nilai-nilai yang dianut di lingkungannya.

3. PERILAKU

Menurut Skinner, seperti yang dikutip oleh Notoamodjo merumuskan bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus atau rangsangan dari luar. Oleh karena itu perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme dan kemudian organisme tersebut merespon maka teori skinner ini disebut teori "S-O-R" atau Stimulus-Organisme-Respon.¹⁵

Sedangkan dalam pengertian umum perilaku adalah segala perbuatan atau tindakan yang dilakukan oleh makhluk hidup. Pengertian perilaku dapat dibatasi sebagai keadaan jiwa untuk berpendapat, berfikir, bersikap, dan lain sebagainya yang merupakan refleksi dari berbagai macam aspek, baik fisik maupun non fisik. Perilaku juga diartikan sebagai suatu reaksi psikis seseorang terhadap lingkungannya, reaksi yang dimaksud digolongkan menjadi dua, yakni :

¹⁴Arief Herdiyanto C., *PENYIMPANGAN SOSIAL*, Yogyakarta, 2010

¹⁵Sarwono.W Sarlito., *Psikologi Remaja*, (Jakarta, PT RajaGrafindo Persada, 2012)

Femme, Andro, dan No Label. Pada umumnya, cinta seorang lesbian itu sangat mendalam dan lebih kuat dari pada cinta heteroseksual. Meskipun pada relasi lesbian, tidak didapatkan kepuasan seksual yang wajar. Cinta lesbian juga biasanya lebih kuat daripada cinta homoseksual diantara kaum pria.

Dari paparan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa lesbian adalah salah satu perilaku menyimpang tentang hubungan sesama jenis dan hubungan ini terjadi pada kaum wanita. Lesbian ini sudah ada sejak jaman nabi Luth, kemudian seiring berjalannya waktu lesbian semakin marak terjadi. Tetapi tidak banyak masyarakat menyadari adanya penyimpangan ini, sehingga itu yang menyebabkan kaum lesbian semakin meningkat.¹⁸

5. REMAJA

Menurut Mappiare (1982) Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Menurut hokum amerika serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, dan bukan 21 tahun seperti ketentuan sebelumnya Pada usia ini, umumnya anak sedang duduk di bangku sekolah menengah.

Remaja, yang dalam bahasa aslinya di sebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya **”tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”** istilah *adolescencesesungguhnya* memiliki arti luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.¹⁹

¹⁸Ayu, Faridatunnisa. ”GAMBARAN STATUS IDENTITAS REMAJA PUTERI LESBI, jurnal psikologi, Vol. 8, No. 02, Desember 2010

¹⁹Prof. Dr. Mohammad Ali, *Psikologi Remaja*, (Jakarta, PT Bumi Aksara, 2004)

tinggal klien atau orang-orang dekat klien seperti Sahabat klien,tetangga klien,orang yang mengenal tentang kepribadian pada klien dan terutama keluarga yaitu kepada kedua orang tua klien, dalam melaksanakan kegiatan sehari – hari dan mencatat segala aktivitas yang dilakukan oleh klien, sahabat,tetangga,teman,keluarga. Kemudian dilakukan interpretasi dari hasil pengamatan tersebut.²⁷

b. Wawancara

Wawancara merupakan bagian penting dalam penelitian kualitatif sehingga peneliti dapat memperoleh data dari berbagai informan secara langsung.Penelitian kualitatif sangat memungkinkan untuk penyatuan teknik observasi dengan wawancara.Sebagaimana bahwa dalam sebuah penelitian kualitatif observasi saja, belum memadai itu sebabnya observasi harus dilengkapi dengan wawancara.Wawancara merupakan metode pengumpulan data dengan jalan tanya-jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis dan berlandaskan tujuan penelitian.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 macam wawancara: wawancara terstruktur dan wawancara tak terstruktur. Wawancara tak struktur adalah wawancara yang bebas dimana peniliti tidak menggunakan pedoman wawancara. Dalam melakukan wawancara tak struktur ini digunakan peneliti untuk mencari data yang berkaitan dengan aktivitas-aktivitas klien setiap harinya,berbagai informan berasal dari keluarga klien (mama ina merupakan ibu dari klien) untuk mengetahui gimana latarbelakang anaknya atau klien tersebut, dari sahabat (amel sahabat atau teman dekat klien) mencari informasi tentang cara pola pikir dan perilaku berteman,apa saja curhatan atau keluh kesah klien waktu saat ada masalah, dari tetangga (tante sarah

²⁷Andi Prastowo, *Menguasai Teknik-teknik Koleksi Data Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Diva Press, 2010),

Tabel 1.2

Jenis Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data.

NO	Jenis Data	Sumber Data	TPD
1	a. Identitas Klien b. Usia Klien c. Pendidikan Klien d. Problem dan gejala yang dialami e. Proses Konseling yang dilakukan	Klien	W+ O
2	a Identitas Konselor b Pendidikan Konselor c Pengalaman dan Proses konseling yang dilakukan Konselor	Konselor	W+ O
3	a Kebiasaan Klien b Kondisi Keluarga, keadaan disekitar, kondisi kehidupan sehari-hari klien	Informan (orang tua,teman, orang disekitar)	W+ O

yang ada dilapangan diambil dari beberapa sumber penelitian yang berbeda-beda dan dapat dilakukan dengan³²:

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
- b. Membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi.
- c. Membandingkan apa yang dikatakan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakan sepanjang waktu.
- d. Membandingkan keadaan dan prespektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang berpendidikan dan orang berada.
- e. Membandingkan hasil awal wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.³³

Penelitian menggunakan teknik wawancara, pada saat yang lain menggunakan teknik observasi dan dokumentasi, penerapan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda ini sedapat mungkin untuk menutupi kelemahan atau kekurangan sehingga data yang diperoleh benar-benar akurat.³⁴

G. Sistematika Pembahasan

Agar penulisan skripsi ini dapat dipahami secara utuh danberkesinambungan, maka perlu adanya penyusunan sistematika pembahasan, yaitu sebagai berikut :

BAB I :PENDAHULUAN

Bab ini terdiri dari pendahuluan yang berisi gambaran secara keseluruhan meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

³²Prastowo, Andi,. *Menguasai Teknik-teknik Koleksi Data Penelitian Kualitatif*.(Yogyakarta,. Diva Press,.2010).

³³Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012),

³⁴Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta,2009), hal 244

bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pemikiran individu.²

Menurut Ellis (1993) mengatakan beberapa asumsi dasar REBT yang dapat di kategorisasikan antara lain:

- a. Pikiran, perasaan dan tingkah laku secara berkesinambungan saling berinteraksi.
- b. Gangguan emosional disebabkan oleh faktor biologi dan lingkungan.
- c. Manusia di pengaruhi oleh orang lain dan lingkungan sekitar.
- d. Manusia menyakiti diri sendiri secara kognitif, emosional, dan tingkah laku.
- e. Ketika hal yang tidak menyenangkan terjadi, individu cenderung menciptakan keyakinan yang irasional.
- f. Keyakinan irasional menjadikan penyebab gangguan kepribadian individu.
- g. Sebagian besar manusia memiliki kecenderungan yang besar.
- h. Ketika individu beringkah laku yang menyakiti diri sendiri.³

REBT memiliki berbagai nama, yaitu *Rational therapy*, *Rational emotive therapy*, *Smantic therapy*, *Cognitive behavior therapy* dan *Rational behavior training*. Terapi ini dikelompokkan sebagai terapi kognitif dan behavior.

A. Teori Kepribadian

Agar mudah memahami dinamika dalam kepribadian REBT, maka Ellis menemukan konsep-konsep dasar. Menurut Ellis (1994) ada tiga hal yang terkait dengan perilaku, yaitu antecedent event (A), belief (B), dan emotional consequence (C).

²file:///G:/Documents1/RATIONAL%20EMOTIVE%20BEHAVIOR%20THERAPY%20%E2%80%93%20Camp%20Counseling%20tante3.htm

³Komalasari, Gantina. *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT. INDEKS, 2011).

terhadap diri sendiri dan oranglain, serta mengajak mereka untuk mencapai tujuan pribadi. Tujuan tersebut dicapai dengan mengajak orang berfikir rasional untuk mengubah tingkah laku menghancurkan diri dan dengan membantunya mempelajari cara bertindak yang baru.⁵

3. Tahapan Konseling REBT

George dan Cristiani (1984) berpendapat bahwa tahapan-tahapan konseling REBT adalah sebagai berikut:

Tahap *pertama*, suatu proses yang menunjukkan pada konseli bahwa dirinya tidak logis, membantu mereka memahami bagaimana dan mengapa menjadi demikian, dan menunjukkan gangguan yang irrasional dengan ketidakbahagiaan dan gangguan emosional yang dialami.

Tahap *kedua*, membantu konseli meyakini bahwa berpikir dapat ditantang dan diubah. Kesediaan klien untuk dieksplorasi secara logis terhadap gagasan yang dialami oleh konseli dan konselor mengarahkan pada konseli untuk melakukan disputing terhadap keyakinan konseli yang irrasional.

Tahap *ketiga*, membantu konseli lebih “mendebatkan” (*disputting*) gangguan yang tidak tepat atau irrasional yang dipertahankan selama ini menuju cara berpikir yang lebih rasional dengan cara reinduktrinasi yang rasional termasuk bersikap secara rasional.⁶

4. Kelebihan dan Kelemahan REBT

Setiap teori pasti memiliki kelebihan dan kelemahannya masing-masing, begitu juga dengan REBT. Kelebihan dari teori ini adalah pendekatan ini jelas, mudah

⁵Ellis, A., & Dryden, W. The Practice of Rational Emotive Behavior Therapy. Springer publishing company,. (1997).

⁶Latipun, .PSIKOLOGI KONSELING, . Malang, Penerbit Universitas Muhammadiyah 2003,.

dipelajari dan efektif. Kebanyakan konseli hanya mengalami sedikit kesulitan dalam mengalami prinsip ataupun terminologi Rational Emotive Behavior Therapy. Pendekatan ini dapat dengan mudahnya dikombinasikan dengan teknik tingkah laku lainnya untuk membantu klien mengalami apa yang mereka pelajari lebih jauh lagi. Selain itu pendekatan ini relatif singkat dan konseli dapat melanjutkan penggunaan pendekatan ini secara swa-bantu.⁷

Pendekatan ini telah menghasilkan banyak literatur dan penelitian untuk konseli dan konselor. Hanya sedikit teori lain yang dapat mengembangkan materi biblioterapi seperti ini. Pendekatan ini terus-menerus berevolusi selama bertahun-tahun dan teknik-tekniknya telah diperbaiki. Pendekatan ini juga sudah dibuktikan efektif dalam merawat gangguan kesehatan mental parah seperti depresi dan kecemasan.

Sedangkan untuk kelemahan dari pendekatan ini adalah tidak dapat digunakan secara efektif pada individu yang mempunyai gangguan atau keterbatasan mental, seperti schizophrenia, dan mereka yang mempunyai kelainan pemikiran yang berat. Selain itu pendekatan ini menekankan pada perubahan pikiran bukanlah cara yang paling sederhana dalam membantu konseli mengubah emosinya.⁸

B. POLA PIKIR

1. Definisi Pola Pikir

Menurut Adi W. Gunawan berasumsi bahwa definisi dari pola pikir atau *mindset* adalah sekumpulan kepercayaan (*belief*) atau cara berpikir yang mempengaruhi

⁷blog-indonesia.com/blog-archive-5650-38.html. Sudrajat, Akhmad. 2008. Pendekatan Konseling Rasional Emotif,. (diposting pada tgl 7 april)

⁸Aip Badrujaman., PENGGUNAAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIF BEHAVIOUR THERAPY (REBT) PADA SETTING SEKOLAH DI INDONESIA

perilaku dan sikap seseorang, yang akhirnya akan menentukan level keberhasilan hidupnya. Kemudian Dweck 2008, juga mengatakan bahwa “Pandangan yang orang adopsi untuk dirinya sangat mempengaruhi cara orang tersebut mengarahkan kehidupan”. Artinya kepercayaan atau keyakinan seseorang memiliki kekuatan yang dapat mengubah pikiran, kesadaran, perasaan, sikap, dan lain-lain, yang pada akhirnya membentuk kehidupannya saat ini. Maka definisi lain dari pola pikir adalah cara otak dan akal menerima, memproses, menganalisis, mempersepsi, dan membuat kesimpulan terhadap informasi yang masuk melalui indra.⁹

Pola pikir seseorang akan mudah terlihat ketika menghadapi suatu permasalahan yang harus diselesaikan. Pola pikir itu sangat dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pengalaman, dan nilai-nilai yang dianut di lingkungannya. Meskipun demikian, setiap orang bebas memilih dan menentukan pola pikir seperti apa yang akan dijadikan pegangan bagi dirinya. Pola pikir yang sudah teruji dan diyakini kebenarannya dapat menjadi prinsip hidup. Perlu dipahami bahwa pola pikir itu ada yang positif dan ada pula yang negatif. Pola pikir positif akan membawa dampak positif bagi penganutnya, sebaliknya pola pikir negatif akan membawa dampak negatif.¹⁰

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Pikir

Sedikitnya ada empat faktor yang mempengaruhi pola pikir seseorang, yaitu lingkungan keluarga, pergaulan dengan masyarakat, pendidikan dan sistem kepercayaan atau keyakinan.

a. Lingkungan keluarga

⁹Arief Herdiyanto C., *PENYIMPANGAN SOSIAL*, Yogyakarta, 2010

¹⁰Sarwono.W Sarlito., *Psikologi Remaja*, (Jakarta, PT RajaGrafindo Persada, 2012)

1. Definisi Lesbian

Fenomena lesbian kini semakin marak di Indonesia, terutama di kota-kota besar. Tetapi tidak banyak masyarakat memahami apa itu lesbian. Pada masyarakat Barat lesbian tidak dianggap tabu, bahkan mereka mengizinkan melakukan pernikahan sejenis. Sejarah awal dari lesbian ini terjadi pada abad ke-6 sebelum Masehi di pulau Lesbos. Masyarakat disana mempunyai kepercayaan pada dewi Sappho. Dia adalah tokoh yang memperjuangkan hak-hak wanita, sehingga banyak pengikut-pengikutnya. Akan tetapi, dia kemudian jatuh cinta kepada beberapa pengikutnya dan menulis puisi-puisi yang bernadakan cinta. Menurut Sappho, maka kecantikan wanita itu tidak mungkin dipisahkan dari aspek seksualnya. Oleh karena itu, kepuasan seksual juga mungkin diperolehnya dari sesama.¹⁵

Sedangkan untuk sejarah pergerakan lesbian di Indonesia ternyata dimulainya sudah lumayan lama, yaitu sejak berdirinya Perlesin (Persatuan Lesbian Indonesia) di tahun 1982. Kemudian ada Suara Srikandi yang berjuang dengan berkolaborasi dengan organisasi LGBT terbesar Indonesia saat ini yaitu GAYa Nusantara. Data yang ada di KSGK menunjukkan bahwa sedikitnya terdapat 185 lesbian di Surabaya yang tergabung dalam 14 kelompok, 3 kelompok kecil beranggotakan 10-20 orang. Kelompok-kelompok ini tidak melulu aktif dalam dunia pergerakan, namun juga kelompok-kelompok yang disatukan oleh minat. Sebagian besar berkumpul secara rutin di ruang publik dan meski masih banyak yang tidak visible di permukaan namun beberapa diantaranya masih terbuka.¹⁶

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), lesbian adalah wanita yang mencintai atau merasakan rangsangan seksualesama jenisnya; wanita homoseks". Menurut beberapa ahli mendefinisikan lesbian adalah istilah bagi perempuan yang mengarahkan pilihan orientasi seksualnya kepada perempuan atau disebut juga perempuan yang mencintaiperempuan baik secara fisik, seksual, emosional, atau secara spiritual. Lesbian adalahperempuan yang penuh kasih sayang.Lesbian

¹⁵Faridatunnisa Ayu."GAMBARAN STATUS IDENTITAS REMAJA PUTERI LESBI, jurnal psikologi, Vol. 8, No. 02, Desember 2010

¹⁶Intan Permata Sari,. Simbol Interaksi, Lesbi, Kelompok Lesbi,. Surabaya 2012

psikologis remaja sangat dikaitkan dengan kehidupan dan keadaan masyarakat sekitar.²⁵

Menurut WHO pada tahun 1974 mendefinisikan remaja lebih bersifat konseptual. Dalam definisi tersebut WHO mengemukakan tiga kriteria, yaitu biologis, psikologis, dan sosial-ekonomi. Menurut kriteria biologis remaja adalah individu yang berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ini ia mencapai kematangan seksual. Sedangkan menurut kriteria psikologis didefinisikan remaja adalah individu yang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Dan menurut kriteria sosial-ekonomi remaja adalah masa peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.²⁶

Dengan banyaknya ahli yang mendefinisikan tentang remaja, beberapa penulis Indonesia juga berpendapat bahwa remaja adalah masa transisi dari masa anak ke dewasa, yang di tandai dengan perkembangan biologis, psikologis, moral dan agama, kognitif dan sosial. Jadi dari definisi di atas dapat di simpulkan bahwa “remaja” adalah seseorang yang tidak hanya mengalami perubahan di fisik tetapi juga pada pola pikirnya.²⁷

2. Perkembangan Psikologis Remaja

Perkembangan remaja tidak hanya terjadi pada fisik tetapi juga secara psikologis mengalami perubahan. Banyak ahli mendefinisikan remaja adalah masa transisi dari

²⁵Asrori Mohammad, *Psikologi Remaja*, (Jakarta, Bumi Aksara, 2005)

²⁶Sarwono.W Sarlito., *Psikologi Remaja*, (Jakarta, PT RajaGrafindo Persada, 2012)

²⁷Sarwono.W Sarlito., *Psikologi Remaja*, (Jakarta, PT RajaGrafindo Persada, 2012)

laku anak yang beranjak dewasa, sehingga ia tidak melakukan hal-hal yang merugikan atau bertentangan dengan kehendak atau pandangan masyarakat. Selain itu peranan orang tua juga dapat mempengaruhi psikologi pada remaja.²⁹

3. Perilaku Menyimpang pada Remaja

Definisi dari perilaku menyimpang adalah hal yang cukup sulit dilakukan. Dapat dikatakan semua tingkah laku yang menyimpang dari ketentuan yang berlaku dalam masyarakat (norma agama, etika, peraturan sekolah dan keluarga) dapat disebut sebagai perilaku menyimpang (*deviation*). Contohnya seorang siswa yang bolos sekolah, kemudian duduk mengangkat kaki dihadapan orang yang lebih tinggi derajatnya ini adalah salah satu contoh penyimpangan terhadap tatakrama masyarakat. Contoh lain adalah fenomena lesbian, fenomena ini termasuk dalam perilaku menyimpang karena melanggar dari norma agama dan etika di masyarakat. Namun berbeda lagi jika penyimpangan itu terjadi terhadap norma-norma hukum pidana barulah disebut kenakalan (*delinquent*). Contohnya adalah seorang siswa sebagai pengedar dan pecandu narkoba.³⁰

4. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Menyimpang

Jensen (1985) menyatakan banyak sekali faktor yang menyebabkan kenakalan remaja maupun kelainan perilaku remaja pada umumnya dan di golongan dalam beberapa teori, yaitu:

- a) *Rational choice*: Teori ini mengutamakan faktor individu daripada faktor lingkungan. Kenakalan yang dilakukannya adalah atas pilihan, *interest*, motivasi

²⁹ Sarwono.W Sarlito., *Psikologi Remaja*, (Jakarta, PT RajaGrafindo Persada, 2012)

³⁰Sarwono.W Sarlito., *Psikologi Remaja*, (Jakarta, PT RajaGrafindo Persada, 2012), Hal 81

dan selalu ada untuknya. Tetapi, saat konseli merasa yakin dengannya kemudian laki-laki itu mulai berubah sikap. Dia mulai kasar, dan tidak menghargainya.

Sampai suatu saat konseli bertemu laki-laki itu di rumahnya. Pada saat itu kondisi keadaan rumah sepi, kedua orang tua laki-laki itu sedang bekerja. Awalnya konseli dan laki-laki menghabiskan waktu berdua menonton film, tapi kemudian laki-laki itu melakukan pelecehan kepada konseli. Konseli diajak melakukan hubungan layaknya suami-istri. Tetapi saat itu konseli menolak ajakannya. Sehingga laki-laki itu tetap memaksa dan melakukan kekerasan kepada konseli. Karena hal itu menyebabkan konseli semakin trauma dan membenci semua laki-laki.

Semenjak saat itu konseli lebih sering bergaul dengan teman perempuannya. Konseli mempunyai satu teman dekat yang dibilang seperti sahabat. Kemanapun mereka selalu bersama, sampai suatu saat konseli merasakan perasaan yang berbeda. Konseli merasa cemburu setiap kali melihat sahabatnya itu dengan seorang laki-laki. Konseli mengaku merasa nyaman, merasa sayang dan ingin melindungi sahabatnya itu.

Sampai suatu saat konseli menyatakan perasaan kepada sahabatnya dan mengajaknya menjalin hubungan. Setelah itu konseli merubah penampilan layaknya menjadi seorang laki-laki. Konseli memotong pendek rambutnya dan berpakaian laki-laki. Mereka menjalin hubungan cukup lama, konseli selalu memperhatikan dan memperlakukan wanitanya seperti halnya seorang laki-laki. Sampai suatu saat hubungan mereka berakhir, hal ini dikarenakan wanita itu mempunyai kekasih baru. Konseli merasa terpukul, sehingga dia mencari pelampiasan dengan merusak dirinya

Dalam penyajian data ini peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Peneliti akan mendeskripsikan data yang diperoleh dilapangan yang terkait dengan fokus penelitian, yaitu meliputi faktor penyebab pola pikir dan perilaku lesbian pada remaja.

Berdasarkan wawancara dengan konseli, dapat diketahui faktor yang menyebabkan konseli memiliki pola pikir dan perilaku lesbian yaitu berawal dari konseli yang mempunyai trauma terhadap laki-laki. Hal ini dikarenakan konseli sering mendapatkan perlakuan buruk oleh ayah kandungnya. Ayah kandung konseli selalu melakukan tindakan kekerasan kepada konseli dan ibu konseli. Karena kejadian itu ibu konseli memutuskan bercerai dengan ayah konseli. Orang tua konseli bercerai saat konseli masih berumur 10 tahun.

Selain hal itu konseli memiliki traumaterhadap laki-laki dikarenakan konseli mendapat perlakuan yang tidak baik dari mantan kekasihnya. Laki-laki itu memperlakukan konseli dengan kasar terkadang dia juga melakukan kekerasan fisik. Selain itu konseli juga sering dipaksa untuk melakukan tindakan asusila. Sejak saat itu konseli menjadi semakin trauma dan membenci laki-laki, konseli menganggap bahwa semua laki-laki itu hanya menyakiti wanita.

Faktor lain dikarenakan kurangnya kasih sayang dan perhatian keluarga terhadap konseli. Setelah bercerai dengan ayah kandung konseli, saat konseli menginjak SMP ibunya menikah lagi. Kemudian konseli tinggal bersama ibu dan ayah tirinya. Setiap hari kedua orang tua konseli selalu sibuk berkerja, karena kesibukkan mereka sehingga orang tua konseli kurangnya memperhatikan tumbuh kembang anaknya.

Bahkan mereka tidak pernah mempunyai waktu luang untuk keluarga. Konseli memang merasa tercukupi secara materi tetapi konseli merasa tidak tercukupi mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari orang tuanya. Hubungan orang tua dengan konseli tidak terlalu baik. Komunikasi mereka hanya berlangsung secara singkat, mereka akan berkomunikasi jika memang ada yang diperlukan. Dari kurangnya komunikasi antara konseli dengan keluarganya, konseli sering marah dan membentak ketika dinasehati sama keluarganya. Tidak dengan keluarganya saja sikap konseli tersebut ketika dinasehati. saat waktu berkumpul dengan teman-temannya konseli dikenal sebagai orang sensitive yang mudah marah ketika diajak bicara atau dinasehati dengan teman-temannya. Karena kondisi keluarga yang tidak membuat konseli nyaman berada di rumah sehingga konseli sering mencari pelampiasan. Pergaulan konseli yang salah sehingga mengakibatkan pelampiasan konseli ke arah yang negatif. Contohnya konseli sering melampiaskan dengan merokok atau bahkan minum-minuman keras. Namun konseli merasa tidak cukup melampiaskan dengan hal itu sehingga konseli mencoba untuk mencari kenyamanan yaitu menjalin hubungan sesama wanita (lesbian).

Awalnya konseli juga merasa aneh, tetapi karena konseli mendapatkan dukungan dari teman-temannya yang kebanyakan adalah seorang lesbian akhirnya konseli mencoba perlahan-lahan menjalin hubungan dengan teman wanitanya. Setelah semakin lama di jalani konseli pun semakin merasa nyaman. Konseli merasakan kepuasan saat menjalin hubungan dengan wanita karena konseli menganggap mendapatkan kasih sayang dan perhatian yang lebih. Sehingga sampai sekarang konseli tetap melanjutkan hubungan dengan sesama wanita (lesbian). Bahkan gaya

- 4) Konseli lebih perhatian dengan keluarganya, konseli juga mau menerima ayah tirinya.
- 5) Konseli mempunyai semangat untuk menata masadepannya kembali, yaitu konseli ingin meneruskan kuliahnya.

3. Hasil Akhir Proses *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Menangani Pola Pikir dan Perilaku Lesbian pada Remaja.

Setelah melakukan proses bimbingan konseling dalam menangani perilaku lesbian pada remaja. Maka konselor mengetahui hasil dari proses pelaksanaan konseling yang dilakukan konselor membawa perubahan pada diri konseli.

Untuk melihat perubahan pada diri konseli, konselor melakukan observasi dan wawancara dengan langsung serta mendatangi langsung tempat tinggal konseli, bertanya dengan teman dekat dan ibu konseli. Adapun perubahan konseli sesudah proses pelaksanaan konseling ialah, setelah memahami dan mendapatkan pengarahan dari konselor yang dilakukan dalam proses konseling, konseli mengalami perubahan yakni: konseli mau merubah perilakunya yang irrasional sebagai seorang lesbian, hubungan konseli dan keluarga berjalan baik, konseli mampu mengurangi kebiasaan buruknya merokok maupun hal lain yang bersifat negatif, dan konseli juga mulai kembali menata masa depannya dengan meneruskan kuliahnya.

BAB IV

ANALISIS DATA

Analisis dengan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* didalam Menangani Pola Pikir dan Perilaku Lesbian pada Remaja di Jeruk Lakarsantri Surabaya

Setelah menyajikan data di lapangan maka selanjutnya peneliti melakukan analisis data, tujuan dari analisis data ini adalah untuk memperoleh suatu hasil penemuan dari lapangan berdasarkan fokus permasalahan yang diteliti. Adapun analisis data yang diperoleh dari penyajian data adalah sebagai berikut:

A. Analisis faktor-faktor penyebab pola pikir dan perilaku lesbian pada remaja di Jeruk Lakarsantri Surabaya

Dalam menanalisis faktor penyebab pola pikir dan perilaku lesbian pada remaja, peneliti menggunakan analisis deskriptif yaitu menguraikan fenomena atau kenyataan sosial yang berhubungan dengan masalah yang dihadapi konseli. Adapun faktor-faktor penyebab pola pikir dan perilaku lesbian pada remaja adalah sebagai berikut:

1. Perasaan trauma konseli pada laki-laki.

Konseli merasa trauma pada laki-laki dikarenakan perceraian orang tuanya. Sejak kecil konseli selalu melihat kekerasan yang dilakukan ayah kandungnya pada ibu konseli. Selain itu hal yang dapat membuat konseli semakin trauma dengan laki-laki adalah karena perilaku dari mantan pacar konseli yang terkadang melakukan kekerasan padanya dan selalu mengajak konseli untuk berbuat tindakan asusila. Sehingga konseli berpendapat bahwa laki-laki semua sama hanya bisa menyakiti wanita.

- Konselor* : Hehe, tadi katanya mamamu kamu sering pulang ya ke rumah? Dan sering sekarang memakai baju cewek ya kemaren pas pergi sama mama ??Katanya juga kamu mau kuliah lagi.
- Konseli* : Haha, iya neh sering ke rumah aku ya kadang seh nggak ngepin. Wah, iya ndut hehehehaduuuhh jadi malu sendiri, waahh mama buka-bukaan aja, iya pengen nerusin kuliah lagi. Makanya cari rajin kerja buat cari modal, haha
- Konselor* : Kalau kayak gitu, kenapa nggak tinggal aja sama mama kan hemat daripada kos uangnya bisa ditabung.
- Konseli* : Aku ngekos kan biar deket sama kerjaan ndut, lagian rencana ku ini aku pingin kuliah sama kerja. Lumayan lah buat uang saku kan, haha.
- Konselor* : Alhamdulillah, ya gitu itu baru namanya perubahan buat lebih maju. Terus habis gitu ndang nikah deh, hahaha
- Konseli* : Hahaha, duh kayaknya kamu dulu deh ndut. Aku masih lama, masih di tata ulang lagi.
- Konselor* : Haha, masih fokus skripsi. Ya sapa tau kamu duluan yang nikah, haha. Eh gimana kamu sama cewek itu? Aku denger-denger udah putus ya?
- Konseli* : Haha, mulut gosip ya cepet emang. Udah lama seh aku putusnya, kan katanya kamu kalau berubah jangan nanggung-nanggung.
- Konselor* : Nah, gitu kan pintar. Kemana aja rek dulu. Terus tanggapan dia gimana? Dia masih deketin kamu?
- Konseli* : Ya nggak terima seh, udah aku kasih penjelasan di tetep nggak mau terima. Jadi ya sekarang dia masih deket-deket wajar lah ndut kita nggak bentar jalin hubungannya.
- Konselor* : Iya seh, tapi kamu ya gitu harus kuat iman jangan sampek kamu jatuh lagi di lubang yang sama, hahaha.
- Konseli* : Iya, pasti aku kuat deh. Haha

Tabel 4.2

Gejala yang nampak pada konseli sebelum dan sesudah konseling

No	Gejala yang nampak	Sebelum Konseling			Sesudah Konseling		
		A	B	C	A	B	C
1	Ada rasa benci terhadap orang tuanya.			√	√		

