

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kajian Pustaka

1. Terapi Behavior

a. Pengertian behavior

Behaviorisme merupakan aliran dalam psikologi yang timbul sebagai perkembangan dari psikologi pada umumnya.¹⁸ Behaviorisme merupakan teori yang berasal dari salah satu tokoh behavior yaitu skinner.

Terapi behavior adalah sebuah pendekatan yang diarahkan pada tujuan-tujuan untuk memperoleh tingkah laku baru yang lebih baik, menghapus tingkah laku lama yang kurang baik, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan.¹⁹

Gerald Corey menjelaskan bahwa terapi *behavior* adalah pendekatan-pendekatan terhadap konseling dan psikoterapi yang berkaitan dengan perubahan tingkah laku. Pendekatan, teknik dan prosedur yang dilakukan berakar pada berbagai teori tentang belajar. Terapi *behavior* adalah salah satu teknik yang digunakan dalam menangani tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam dan dorongan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidup, yang dilakukan melalui proses belajar agar

¹⁸ Bimo Walgito, *pengantar psikologi umum*, (Yogyakarta : Andi Offset. 2002), hlm 53.

¹⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. REflika Aditama, 2003), hal 200.

bisa bertindak dan bertingkah laku lebih efektif, lalu mampu menangani situasi dan masalah dengan cara yang lebih efektif dan efisien.²⁰

Sedangkan Menurut Sofyan Willis, Terapi *Behavior* berasal dari dua arah konsep yakni Pavlovia dari Ivan Pavlov dan Skinnerian dari B. F. Skinner. Mula-mula terapi ini di kembangkan oleh Wolpe untuk menanggulangi *neurosis*. *Neurosis* dapat dijelaskan dengan mempelajari perilaku yang tidak adaptif melalui proses belajar. Dengan perkataan lain yang menyimpang bersumber dari hasil belajar di lingkungan.²¹

Oleh karena itu dalam konsep *behavioral*, perilaku manusia merupakan hasil dari proses belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar. Pada dasarnya, proses konseling merupakan suatu penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalahnya.²²

Konselor dalam terapi behavior memegang peranan aktif dan direktif dalam pelaksanaan proses konseling. Dalam hal ini konselor harus mencari pemecah masalah klien. Fungsi utama konselor adalah bertindak sebagai guru, penerah, penasehat, konsultan, pemberi dukungan, fasilitator,

²⁰Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013), hal 193 .

²¹ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2007), hal. 69.

²² Mohamad Surya, *Teori-teori Konseling*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2013), hal 23.

dan mendiagnosis tingkah laku *maladptif* klien dan mengubahnya menjadi tingkah laku adaptif.

Fungsi lain konselor adalah sebagai model bagi kliennya, banduran mengatakan bahwa proses fundamental yang paling memungkinkan klien dapat mempelajari tingkah laku baru adalah melalui proses imitasi dan percontohan sosial. Konselor dijadikan model pribadi yang ingin ditiru oleh klien karena klien, cenderung memandang konselor sebagai orang yang patut untuk diteladani. Klien sering kali meniru sikap, nilai, dan tingkah laku konselor.²³

Lebih jauh dari itu, Allah SWT memberikan penjelasan bahwa diantara tugas-tugas rasulullah SAW diutus kemuka bumi ini adalah untuk menyampaikan kebenaran dan pengajaran pada manusia. Hal ini sesuai dengan firman Allah pada surat Yunus ayat 57 yaitu:²⁴

يَأْيُهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى
وَرَحْمَةً لِّلْمُؤْمِنِينَ

²³ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling: Dalam Teori Dan Praktik*, (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 170.

²⁴ Mushaf Aisyah, *Al-Qur'an dan Terjemahan Untuk Wanita*, (Bandung: JABAL), hal. 215.

Artinya:”

Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmad bagi orang-orang beriman”.

Pendekatan behavioral merupakan pilihan untuk membantu klien yang mempunyai masalah spesifik seperti gangguan makan, penyalahgunaan zat, dan disfungsi psikoseksual. Para ahli behavioral yang berjasa mengembangkan konseling ini cukup banyak, diantaranya Wolpe, Lazzarus, Bandura, Krumbaottz, dan Thoresen.²⁵

Dari beberapa uraian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwasanya terapi behavior yaitu salah satu teknik yang digunakan dalam membantu konseli guna membentuk tingkah laku baru yang dikehendaki oleh konseli, yang dilakukan melalui proses belajar agar bisa bertindak dan bertingkah laku lebih efektif dan adaptif. Terapi *Behavior* menitik beratkan pada polah tingkah laku belajar untuk mendapatkan perilaku baru yang diinginkan dengan terlebih dahulu melepas perilaku yang maladaptive atau menyimpang selanjutnya guna menjadi perilaku yang adaptif, serta mempertahankan dan memperkuat tingkah laku yang sudah ada serta yang diinginkan oleh konseli

²⁵ Sri Astutik, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Surabaya: UINSA Press, 2014) hal. 114.

b. Tujuan terapi Behavior

Dalam setiap terapi yang ada selalu diharapkan hasil akhir yang tampak dari terapi tersebut. Dalam pendekatannya terapi *behavior* bertujuan untuk menghilangkan tingkah laku yang salah dan membentuk tingkah laku yang baru.²⁶ Dalam terapi behavior yang memfokuskan pada persoalan-persoalan perilaku spesifik atau perilaku menyimpang, bertujuan untuk menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar dengan dasar bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari termasuk tingkah laku yang maladaptif.²⁷

Menurut Corey tujuan dalam pendekatan behavioristik adalah sebagai refleksi masalah konseli, dasar pemilihan dan penggunaan strategi konseling dan sebagai kerangka untuk menilai hasil konseling.²⁸

Sedangkan Latipun dalam bukunya yang berjudul Psikologi Konseling menjelaskan bahwa tujuan Terapi Behavior adalah mencapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simptomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan perilaku, yang dapat membuat ketidakpuasan dalam jangka panjang, atau mengalami konflik dengan lingkungan sosial.²⁹

²⁶ Sigit Sanyata, "Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling", Jurnal paradigma, No. 34 Th. VII, Juli 2012. Hal 5.

²⁷ Gerald Corey, Konseling dan Psikoterapi, (Bandung : Refika Aditama, 1997), hal. 202.

²⁸ Sigit Sanyata, "Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling", Jurnal paradigma, No. 34 Th. VII, Juli 2012, hal. 5.

²⁹ Latipun, Psikologi Konseling, (Malang : UMM Press, 2001), hal. 112.

Tujuan behavioristik adalah menciptakan suatu kondisi baru yang lebih baik melalui proses belajar sehingga perilaku yang lama dapat dihilangkan.³⁰

Jika dalam konseling, tujuan konseling *behavior* adalah untuk membantu klien membuang respon-respon yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respon-respon yang baru yang lebih sehat.³¹

Konseli disini membentuk dirinya menjadi lebih baik dan baru dari yang sebelumnya sedangkan tujuan umum dari Terapi *Behavior* adalah membentuk kondisi baru untuk belajar. Karena dengan melalui proses belajar dapat mengatasi masalah yang ada.³² Tujuan konseling behavioral sendiri berorientasi pada perubahan perilaku konseli, diantaranya :

- 1) Menciptakan kondisi baru bagi proses belajar
- 2) Membantu konseli membuang respon yang lama yang merusak dan menggantinya dengan baru
- 3) Penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif
- 4) Menetapkan tujuan konseli secara bersama sama dengan konselor
- 5) Konseli belajar perilaku baru dan meninggalkan perilaku yang maladaptif.³³

³⁰ Namora lumongga Lubis, *memahami dasar-dasar konseling dalam teori dan praktik*, (Jakarta: Kencana prenada media group,2011),hal.171.

³¹ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-dasar Konseling* (Jakarta: UI Press, 2008), hal. 27-28.

³² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2007), hal.

71.

³³ Gantina komalasari, *Teori dan teknik konseling*, (Jakarta : PT. Indeks 2011),hal.156.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari terapi behavior adalah suatu terapi yang difokuskan untuk membentuk polah tingkah laku baru yang dihasilkan dari proses belajar untuk mendapatkan perilaku yang dikehendaki oleh diri konseli guna mendapat perilaku yang lebih baik dan yang diinginkan.

2. Teknik *Modelling*

a. Pengertian Teknik *Modelling*

Teknik *Modelling* adalah bagian dari terapi *behavior*, yang mana terapi behavior berfokus pada perilaku yang terlihat dan penyebab luar yang menstimulasinya. *Behavior* memandang manusia sangat mekanistik, karena menganalogikan manusia seperti mesin, konsep mekanistik menjelaskan mengenai stimulus respons seolah-olah menyatakan bahwa manusia akan bergerak atau melakukan sesuatu apabila ada stimulasi.³⁴

Modelling sendiri adalah teori belajar atau mencontoh (*observational learning*) yang dikemukakan oleh Banduran. Menurut Banduran perilaku dapat terbentuk melalui observasi model secara langsung yang disebut imitasi dan melalui pengamatan langsung yang disebut dengan *vicarious cinditioming*. Perilaku manusia dapat terjadi mencontoh perilaku individu-individu yang ada dilingkungannya.³⁵

³⁴ Dede Rahmat Hidayat, *Psikologi Kepribadian*, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2011) hal. 127.

³⁵ Faizah Noer Laela, *Bimbingan Konseling Sosial*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press), hal

Dalam buku teori dan teknik konseling karya Gantika Komalasari dijelaskan. Teknik *modelling* merupakan belajar melalui obeservasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus melibatkan proses kognisi. Pendapat lain mengatakan *Modelling* merupakan tingkah laku baru yang dilakukan melalui observasi terhadap model tingkah laku yang diterima secara sosial individu memperoleh perilaku baru.³⁶ Dalam teknik ini klien dapat mengamati seseorang yang dijadikan modelnya untuk berperilaku kemudian diperkuat dengan mencontoh dan meniru tingkah laku pemodel.

Modelling juga dikenal dengan istilah percontohan, yakni individu mengamati seorang model dan kemudian diperkuat untuk mencontoh tingkah laku sang model. Banduran menyatakan bahwa belajar yang bisa diperoleh melalui pengalaman langsung bisa pula diperoleh secara tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konsekuensi-konsekuensinya. Jadi, kecakapan-kecakapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model-model yang ada. Juga reaksi-reaksi emosional yang terganggu yang dimiliki seseorang bisa dihapus dengan cara orang itu mengamati orang lain yang mendekati objek-objek atau situasi-situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat-akibat yang menakutkan dengan tindakan yang dilakukannya. Pengendalian diri pun bisa dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai

³⁶ Gantina Komalasari, *teori dan teknik konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), hal 176.

hukuman. Status dan kehormatan model amat berarti dan orang-orang pada umumnya dipengaruhi oleh tingkah laku model-model yang menempati status yang tinggi dan terhormat di mata mereka sebagai pengamat.³⁷

Umumnya manusia belajar atau mempelajari adat dan kebiasaannya pada fase awal perkembangan hidupnya dari orang tua dan juga saudara-saudaranya. dalam Al-Qur'an metode *modelling* ini tampak dalam kisah Qabil yang mencoba mencontoh burung gagak dalam memperlakukan mayat saudaranya (Habil) dan juga menguburkannya setelah ia membunuhnya, sebagaimana firmanya dalam surat Al Maidah ayat 31 yang berbunyi:³⁸

فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُورِثُ سَوْءَةَ أَخِيهِ قَا
لَ يَوَيْلَتِي أَعْجَزْتُ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُوْرِي سَوْءَةَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ
النَّدَمِينَ

Artinya :

“Kemudian Allah menyuruh seekor burung gagak menggali-gali di bumi untuk memperlihatkan kepadanya (Qabil) bagaimana seharusnya menguburkan mayat saudaranya. Berkata Qabil: "Aduhai celaka aku, mengapa aku tidak mampu berbuat seperti burung gagak ini, lalu aku

³⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2009), hal. 221.

³⁸ Musfir Bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, (Depok: Bahadur Press, 2005) hal 304.

“dapat menguburkan mayat saudaraku ini?” Karena itu jadilah dia seorang diantara orang-orang yang menyesal.” (Qs. Al-Maidah : 31)

Dan salah satu ayat Al-Qur’an mengenai *modelling* seperti salah satu metode nabi Muhammad SAW dalam menebarkan agama islam yang sering kali diajarkan melalui contoh perilaku (*uswatun hasanah*) seperti surat Al-Ahzab ayat 21 yang berbunyi:³⁹

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ
الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya: “

Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu uswatun hasanah (suri teladan yang baik) bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah,” (QS. Al-Ahzab:21).

Dari beberapa uraian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwasanya Teknik *Modelling* adalah suatu proses belajar dengan cara mengamati seorang model baik itu secara langsung atau secara tidak langsung guna mencontoh perilaku dari pemodel baik itu keseluruhan atau sebagian dengan memperkuat perilaku yang sudah ada atau membuang perilaku maladaptif guna mendapat perilaku yang lebih adaptif.

³⁹ *Al-qur’an Al Karim dan Terjemahan Bahasa Indonesia* (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus), 2006, hal 63.

b. Tujuan Teknik *Modelling*

Perilaku model bertujuan untuk membentuk perilaku baru pada klien dan memperkuat perilaku yang sudah terbentuk, sebagaimana perilaku yang diharapkan. Dalam hal ini konselor menunjukkan kepada konseli tentang perilaku *role model*, selain itu modeling juga dapat menggunakan model audio, model fisik, model hidup atau model-model lainnya yang teramati dan dipahami jenis perilaku yang hendak dicontoh.⁴⁰

Jadi dapat disimpulkan tujuan teknik modeling adalah sebuah teknik yang dapat merubah tingkah laku konseli dengan mengamati model agar konseli mendapatkan perilaku baru yang diinginkan dan agar konseli memperkuat perilaku yang sudah terbentuk.

c. Unsur utama dalam Teknik *modelling*

Menurut teori belajar sosial, perbuatan dilihat dengan menggunakan gambaran kognitif dari tindakan, secara terperinci dasar kognitif dalam proses belajar dapat diringkas dalam empat tahap berikut:

1) Perhatian (*attention*)

Subyek harus memperhatikan tingkah laku *role model* untuk mempelajarinya, subyek memberi perhatian terhadap beberapa aspek diantaranya yaitu pada aspek nilai, harga diri, sikap, dan lain-lain yang dimiliki model. Contohnya: seorang pemain music yang tidak percaya

⁴⁰ Faizah Noer Laela, *Bimbingan Konseling Sosial*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press), hal 57.

diri meniru tingkah laku pemain music terkenal. Akibatnya, ia tidak menunjukkan gayanya sendiri dengan kata lain ia tidak menjadi dirinya sendiri.

2) Mengingat (*retention*)

Subyek yang memperhatikan harus merekam peristiwa itu dalam sistem ingatannya. Dengan cara ini, subyek dapat melakukan peristiwa itu kelak apabila diperlukan atau diinginkan. Kemampuan menyimpan informasi merupakan bagian penting dari proses belajar.

3) Reproduksi gerak (*reproduction*)

Setelah mengetahui atau mempelajari suatu tingkah laku, subyek juga dapat menunjukkan kemampuannya atau menghasilkan apa yang disimpan dalam bentuk tingkah laku. Contohnya, mengendarai mobil, bermain tenis. Jadi, setelah subyek memperhatikan model dan menyimpan informasi, saatnya untuk benar-benar melakukan perilaku yang dimintanya. Praktik lebih lanjut dari perilaku yang dipelajari mengarah pada kemajuan perbaikan dan ketrampilan.

4) Motivasi

Motivasi juga perlu dalam pemodelan Albert bandura karena penggerak individu untuk terus melakukan sesuatu. Subyek harus termotivasi untuk meniru perilaku yang telah dimodelkan.⁴¹

⁴¹ Adang Hambali, ujam jaenudin, Psikologi Kepribadian (lanjutan) studi atas teori dan tokoh psikologi kepribadian (Bandung: Pustaka setia, 2013), hal. 159-160.

d. Macam-macam Teknik *Modelling*

Dalam teknik modeling terdapat tipe model yang dapat digunakan diantaranya :

1) Model hidup (*live model*)

Model hidup merupakan model yang dapat mengajarkan tingkah laku yang sesuai dan mengajarkan ketrampilan-ketrampilan sosial. Contohnya guru, keluarga atau terapis itu sendiri.

2) Model simbolik (*symbolic model*)

Model simbolik tingkah laku model ini di tunjukan dengan vidio, foto, dan biografi. Model yang memiliki kesamaan dengan klien akan memudahkan klien untuk meniru perilaku yang di inginkan.

3) Penokohan ganda (*multiple model*)

Terjadi dalam kelompok, seorang anggota mengubah sikap dan mempelajari sikap baru setelah mengamati anggota lain bersikap.⁴²

Teknik modeling ini di kembangkan oleh Albert Bandura yang terkenal dengan teori sosial belajar (*social learning theory*)⁴³.

Dari beberapa teknik Behavior diatas, semuanya bertujuan merubah perilaku yang salah sesuai dengan proses, perubahan ini selalu melibatkan unsur-unsur kognisi (pemikiran), afeksi (perasaan), konasi

⁴² Gantina Komalasari, *Teori dan teknik konseling*,(Jakarta: PT Indeks,2011), hal 179.

⁴³ Singgih D. Gunarsa, *konseling dan psikoterapi*, (Jakarta: gunung mulia 2000). Hal 222.

(kehendak), aksi (tindakan). Hal tersebut kemudian akan mengubah tingkah laku lama yaitu dengan meniru tingkah laku model yang tidak diterima sosial akan memperkuat/memperlemah tingkah laku.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik Modeling dengan tipe model simbolik. Dimana peneliti memperlihatkan biografi seseorang sebagai contoh perilaku yang diharapkan atau yang diinginkan dan yang menjadi pemodel dari penelitian ini adalah biografi Kunting (nama samara).

e. Prinsip-prinsip *Modelling*

Berikut merupakan prinsip-prinsip yang harus terdapat dalam teknik modeling:

- 1) Belajar bisa melalui pengalaman langsung maupun tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konsekuensinya.
- 2) Kecakapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model yang ada.
- 3) Reaksi- reaksi emosional yang terganggu bisa dihapus dengan mengamati orang lain yang mendekati obyek atau situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat menakutkan dengan tindakan yang dilakukannya.
- 4) Pengendalian diri dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai hukuman.
- 5) Status kehormatan sangat berarti.

- 6) Individu mengamati seorang model dan dikuatkan untuk mencontohkan tingkah laku model.
- 7) *Modelling* dapat dilakukan dengan model symbol melalui film dan alat visual lainnya.
- 8) Pada konseling kelompok terjadi model ganda karena peserta bebas meniru perilaku pemimpin kelompok atau peserta lain.
- 9) Prosedur modeling dapat menggunakan berbagai teknik dasar modifikasi perilaku.

Dari prinsip-prinsip diatas bisa disimpulkan modelling adalah suatu teknik dengan melalui belajar dan mengamati model guna membantu konseli membentuk perilaku baru dengan mencontoh pemodel baik itu polah berfikir atau tingkah laku yang telah dicontohkan oleh pemodel tanpa mengurangi kehormatan diri konseli.

f. Pengaruh *Modelling*

Dalam sebuah proses konseling atau terapi konselor dan konseli memiliki harapan proses konseling yang dilakukan bisa membawa pengaruh yang baik bagi diri konseli guna menjalani hidup yang lebih baik kedepannya. Adapun pengaruh dari teknik modelling yakni sebagai berikut:

- 1) Pengambilan respons atau keterampilan baru dan memperlihatkannya dalam perilaku baru.

- 2) Hilangnya respons takut setelah melihat tokoh melakukan sesuatu yang menimbulkan rasa takut konseli, tidak berakibat buruk bahkan berakibat positif.
- 3) Melalui pengamatan terhadap tokoh, seseorang terdorong untuk melakukan sesuatu yang mungkin sudah diketahui atau dipelajari dan tidak ada hamatan.

g. Langkah-langkah *Modelling*

Dalam sebuah teknik haruslah memiliki langkah-langkah yang harus dijalani guna mendapat hasil akhir yang maksimal. Adapun langkah-langkah dari teknik modeling adalah sebagai berikut:

- 1) Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*)
- 2) Pada live model, pilih model yang bersahabat atau sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti: usia, status ekonomi, dan penampilan fisik. Hal ini penting terutama bagi anak-anak.
- 3) Bila mungkin gunakan lebih dari satu model.
- 4) Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli.
- 5) Kombinasikan modeling dengan aturan, instruksi, behavioral rehearsal, dan penguatan.
- 6) Pada saat konseli memperhatikan model berikan penguatan alamiah.

- 7) Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak maka buat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat.
- 8) Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode modeling dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang lebih sukar.
- 9) Skenario *modelling* harus dibuat realistik.
- 10) Melakukan pemodelan di mana tokoh menunjukkan perilaku yang menimbulkan rasa takut bagi konseli (dengan sikap manis, perhatian, bahasa yang lembut dan perilaku yang menyenangkan konseli).⁴⁴

h. Prosedur Aplikasi Teknik *Modelling*

Adapun prosedur dari pengaplikasian teknik modeling adalah sebagai berikut :

- 1) Meminta konseli untuk memperhatikan apa yang harus ia pelajari sebelum model mendemonstrasikan.
- 2) Memilih model yang serupa dengan konseli dan memilih siapa yang bisa mendemonstrasikan tingkah laku yang menjadi tujuan dalam bentuk tiruan.
- 3) Menyajikan demonstrasi model tersebut dalam urutan scenario yang memperkecil stress bagi konseli. Konseli bisa terlibat dalam demonstrasi ini.

⁴⁴ Gantina Komalasari, *Teori dan teknik konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), hal 179-180.

- 4) Meminta konseli menyimpulkan apa yang ia lihat setelah mendemonstrasikan tersebut.
- 5) Adegan yang dilakukan bisa jadi lebih dari satu. Sesudah model ditampilkan, konseli dapat diminta untuk meniru memperagakan tingkah laku model itu.

Dalam teknik modeling ini, yang paling baik adalah konselor dapat menekankan bagian-bagian mana dari perbuatan tersebut yang penting, dan kemudian mengulang tingkah laku yang diharapkan untuk dilakukan selanjutnya. Konseli didorong untuk melakukan kembali tingkah laku tersebut. Dalam hal ini konselor memberikan balikan dengan segera dalam bentuk komentar atau saran.

3. Pengertian Nakoba dan penyalahgunaan Narkoba

a. Pengertian Narkoba

Dalam dunia medis narkotika sangat diperlukan karena keampuannya menghilangkan rasa nyeri. Di samping itu sudah ratusan tahun orang menggunakannya sebagai obat diare dan obat batuk.⁴⁵ Secara umum Narkoba merupakan singkatan dari Narkotika dan obat atau bahan berbahaya (yang dikenal dengan istilah psikotropika). Kata narkoba berasal dari bahasa Yunani *Naurkon* yang berarti membuat lumpuh atau mati rasa. Istilah lain dari narkoba adalah Napza (Narkotika, Psikotropika, dan Zat

⁴⁵ Andi Hamzah, *Kejahatan Narkotika Dan Psikotropika*, (Jakarta: Sinar Grafika, 1994), hal 5.

adiktif lain), yakni bahan atau zat/ obat yang apabila masuk kedalam tubuh manusia, akan mempengaruhi tubuh, terutama otak atau susunan syaraf pusat (disebut psikoaktif), dan menyebabkan gangguan kesehatan jasmani, mental emosional dan fungsi sosialnya, karena terjadi kebiasaan, ketagihan (adiksi), dan ketergantungan (dependensi).

b. Penyalahgunaan Narkoba

Penggunaan obat yang benar, dalam pengawasan dokter, adalah dengan menelannya atau menyuntikannya pada otot (*intramuscular*). Sedangkan pada penyalahgunaan obat, bahan itu juga dihirup, dirokok, atau untuk mencapai efek yang lebih cepat, disuntikkan dibawah kulit (*subcutaneous*) atau kedalam uirat nadi (*intravenous*). Terutama yang menggunakan suntukan inilah yang sering mendapat penyakit infeksi. Orang-orang yang ketagihan itu biasanya tidak memperhatikan kebersihan. Mereka saling meminjam alat suntik tanpa diseterilkan lebih dulu. Sembarang air, yang tidak terjamin kebersihannya bukan halangan untuk digunakan mencairkan obat.⁴⁶

Disamping itu penggunaan Narkoba mudah ketagihan, karena dalam keadaan kurang menentu dan depresi pengguna ingin mengalami euphoria. Jika hal itu terus-menerus dilakukan tanpa adanya pengawasan dokter dan penggunaannya tanpa aturan dan dosis yang dianjurkan. Maka lama-lama

⁴⁶ Andi Hamzah, *Kejahatan Narkotika Dan Psicotropika*, (Jakarta: Sinar Grafika, 1994), hal 6.

akan menjadi toleran bagi tubuh pengguna, yaitu dosis yang sama tidak mendatangkan efek yang pengguna harapkan. Akibatnya pengguna akan terus menaikkan dosis obat setiap kali inginkan mencapai pengaruh yang sama, dan suatu saat akan mengalami kelebihan dosis (*overdosis*) yang bisa mengakibatkan kematian. Itulah dampak atau efek yang sangat buruk dari ketagihan yang disebabkan penyalahgunaan Narkoba.

Menurut UU no. 2 tahun 1977 pasal 85 tentang Narkotika disebutkan ancaman untuk menyalahgunaan Narkotika yaitu:

- 1) Menggunakan narkotika Golongan I bagi diri sendiri, dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun;
- 2) Menggunakan narkotika Golongan II bagi diri sendiri, dipidana dengan pidana penjara paling sala 2 (dua) tahun;
- 3) Menggunakan narkotika Golongan III bagi diri sendiri, dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun.⁴⁷

Yang dimaksud dengan menggunakan narkotika bagi dirinya sendiri adalah penggunaan narkotika yang dilakukan oleh seseorang tanpa melalui pengawasan dokter. Dan jika orang yang bersangkutan menderita ketergantungan, maka dia harus menjalani rehabilitas baik medis maupun sosial, dan pengobatan serta rehabilitas bagi yang bersangkutan akan diperhitungkan sebagai masa menjalani pidana.

⁴⁷ OC Kaligis dan Associates, *Narkoba & Peradilannya Di Indonesia: Reformasi Hukum Pidana Melalui Perundangan dan Peradilan* (Bandung: P.T. ALUMNI, 2002), hal 10.

2) Psikotropika

Sedangkan pengertian Psikotropika (Soerdjono Dirjosisworo: 1986) adalah zat atau obat bukan narkotika, baik alamiah maupun sintetis, yang memiliki khasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat yang menyebabkan perubahan khas pada aktivitas normal dan perilaku. Psikotropika digolongkan menjadi 4 kelompok adalah :

- a) Psikotropika golongan I, adalah dengan daya aktif yang sangat kuat. Contoh : MDMA, LSD, STP dan ekstasi.
- b) Psikotropika golongan II, adalah psikotropika dengan daya aktif kuat serta berguna untuk pengobatan dan penelitian. Contoh : amfetamin, metamfetamin dan metakualon.
- c) Psikotropika golongan III, adalah psikotropika dengan daya adiksi sedang serta berguna untuk pengobatan dan penelitian. Contoh : lumibal, bueprenorsina dan fleenitrazepam.
- d) Psikotropika golongan IV, adalah psikotropika yang memiliki daya adiktif ringan serta berguna untuk pengobatan dan penelitian. Contoh : nitrazepam (BK, mogadon, dumolid) dan diazepam.

3) Zat adiktif lainnya

Zat adiktif lainnya adalah zat-zat selain narkotika dan psikotropika yang dapat menimbulkan ketergantungan pada pemakaiannya, diantaranya adalah :

- a) Rokok
 - b) Kelompok alcohol dan minum lain yang memabukkan dan menimbulkan ketagihan.
 - c) Thiner dan zat lainnya, seperti lem kayu, penghapus cair dan aseton, cat, bensin, yang bila dihirup akan dapat memabukkan (Alifia, 2008).⁴⁸
- d. Sebab-sebab terjadinya penyalahgunaan Narkoba
- 1) Faktor keuntungn (*Subversi*)

Dengan jalan “memasyarakatkan” narkoba di Negara yang jadi sasaran, maka praktis penduduknya atau bangsa dinegara yang bersangkutan akan berangsur-angsur untuk melupakan kewajibannya sebagai warga Negara, subversi seperti ini biasanya tidak berdiri sendiri dan biasanya diikuti dengan subversi dalam bidang kebudayaan, norma dan sosial.

Setiap pecandu narkoba akan setiap saat membutuhkan narkotika sebagai bagian dari kebutuhan hidupnya yang cenderung dosisnya akan selalu bertambah, dibandingkan dengan beberapa barang dangan lainnya, narkotika adalah komoditi yang menguntungkan meski ancaman dan resikonya cukup berat.

⁴⁸ Jimmy Simangunsong, Penyalahgunaan Narkoba Di Kalangan Remaja, studi kasus pada Badan Narkotika Nasional Kota Tanjungpinang (Jurnal Program Studi Ilmu Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjungpinang, 2015).

2) Faktor Lingkungan

Dalam penyalahgunaan Narkoba faktor lingkungan memiliki beberapa macam lingkungan, yakni:

a) Faktor dari lingkungan keluarga

Adanya sindikat narkoba internasional yang berupaya menembus setiap tembok penghalang di Negara maupun dengan tujuan untuk mencari keuntungan atau *subversi*. Dengan jaringannya yang cukup terorganisir dengan rapi, sindikat-sindikat narkoba berupaya dengan keras untuk menciptakan konsumen-konsumen baru dalam mengembangkan pemasaran narkotik dan obat keras. Terutama dilingkungan keluarga yang kurang baik terjalinnya keharmonisan antar anggotanya hal inilah yang sangat mudah sindikat-sindikat pengedar Narkoba untuk masuk dan menghancurkan anggota keluarganya.

b) Lingkungan Yang Sudah Mulai Tercemar Oleh kebiasaan

Penyalahgunaan narkotika dan obat-obatan keras, mudah sekali menyerap korban-korban baru disekitarnya. Lingkungan ini biasanya tercipta oleh upaya pedagang atau pengedar obat keras dan narkotika sebagai agen atau kaki tangan sindikat narkotika. Ada juga yang tercipta karena adanya pendatang baru ke dalam suatu lingkungan masyarakat yang membawa “oleh-oleh” yang

disebabkan diantara rekannya yang terdorong oleh rasa ingin tahu, ingin mencoba, dan sebagainya.

Dengan kata lain dalam faktor lingkungan ini adalah adanya usaha dari orang-orang tidak bertanggung jawab untuk mengedarkan Narkoba atau upaya untuk membuka lahan baru untuk mengedarkan barang tersebut.

c) Lingkungan “LIAR”

Lingkungan seperti ini adalah suatu lingkungan yang lepas dari pengawasan dan bimbingan. Lingkungan seperti ini dicita-citakan oleh sekelompok anak-anak muda yang ingin mencari kebebasan tersendiri. Lingkungan seperti ini pada saat sekarang memberikan rangsangan yang sangat keras kepada remaja yang jiwanya di tuntut untuk mendapat kebebasan dan kehebatan-kehebatan. Lingkungan seperti ini pula biasanya menjadi distribusi narkotika dan obat keras lainnya.

d) Faktor dari dalam Lingkungan Keluarga

Masalah ini yang sedang melanda dewasa ini, diawali dengan kesibukan Ayah dalam mengejar karir untuk mencari atau mengejar kekayaan yang berlimpah sehingga kebutuhan keluarga terlupakan. Istilah “uang mengatur segalanya”. Mulai populer pada saat sekarang ini, terutama dikota-kota besar persaingan satu dengan lainnya secara diam-diam berjalan dahsyat. Dalam persaingan yang

tidak resmi inilah orang terpacu untuk mengejar karir atau kekayaan dengan segala cara termasuk melantarkan keluarga. Di lain pihak ibu yang mulai dekat dengan anak mulai pula kejangkitan wabah arisan, bisnis, show disana-sini, shopping dan seribu dan satu kegiatan yang mulai merenggangkan komunikasi antara orang tua dengan putra-putrinya. Urusan keluarga dan anak biasanya diserahkan kepada tetangga atau pengasuh Inilah titik awal dari terjerumusnya generasi muda ke lembah narkotika dan obat keras. Rumah yang fungsinya tempat berteduh, tempat melepaskan kerinduan antara anggota keluarga satu dengan yang lainnya, tempat memadu kasih sayang antara orang tua dan anak, akan sedikit demi sedikit berubah fungsi menjadi tempat persinggahan saja. Keadaan ini yang akan mendorong si anak untuk mencari kesibukan diluar seperti halnya kedua orang tuanya (Ma'sum, 200: 28).⁴⁹

B. Penelitian terdahulu yang relevan

Dari beberapa skripsi yang telah diamati maka penelitian terdahulu yang relevan sebagai berikut:

1. Judul : “Penanggulangan Penyalahgunaan Narkotika Dalam Perspektif Al-Qur’an”

⁴⁹ Fransiska Novita Eleanor, Bahaya Penyalahgunaan Narkotika Serta Usaha Pencegahan Dan Penanggulangannya, (Jurnal Hukum, Vol XXV, No. 1, FH Universitas MPU Tantular Jakarta: 2011).

Nama : Siti Ulfa Dwi Rahmawati

Tahun : 2016

Jurusan : ilmu A—Qur'an dan Tafsir

Universitas : universitas islam negeri sunan ampel

Persamaan : penelitian ini sama-sama menangani permasalahan penyalahgunaan narkoba .

Perbedaan : Perbedaan dalam skripsi ini terletak pada terapi yang diberikan. Dalam skripsi ini kasus yang diangkat adalah Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Perspektif Al-qur'an. Sedangkan kasus yang peneliti angkat adalah mengenai penanganan penyalahgunaan narkoba dengan membentuk perilaku baru untuk korban penyalahgunaan narkoba.

2. Judul : Konseling Dalam Proses Rehabilitasi Korban

Penyalahgunaan Napza Di Panti Sosial Pamardi Putra Dinas Sosial Provinsi D.I.Yogyakarta

Nama : Ahmad Huda

Tahun : 2010

Jurusan : Pengembangan masyarakat islam

Persamaan : Dalam skripsi ini sama-sama menggunakan penelitian kualitatif, kemudian dianalisa menggunakan analisis deskriptif serta kasus yang dialami adalah korban penyalahgunaan Napza

Perbedaan : Perbedaan dalam skripsi ini terletak pada terapi yang diteliti yakni dalam skripsi ini terapinya tidak ada karena hanya membahas bagaimana pelaksanaan konseling dalam proses rehabilitasi korban napza di PPSP dinas sosial provinsi D.I.Yogyakarta.

3. Judul : “Metode Therapeutic Community Bagi Pecandu Narkoba Di Panti Sosial Pamardi Putra Yogyakarta”

Nama : Nurul Restiana

Tahun : 2015

Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Islam

Persamaan : Dalam skripsi ini sama-sama menggunakan penelitian deskriptif.

Perbedaan : perbedaan dalam skripsi ini adalah pada subyek dan kasus yang diangkat.