

tersebut timbul. Sehingga pada langkah ini, peneliti berhasil melakukan pengumpulan data sebagaimana pada langkah pertama yang ada pada teori bimbingan dan konseling yakni melakukan identifikasi masalah.

Pada langkah ini peneliti sekaligus sebagai konselor melakukan pendekatan kepada konseli, membangun hubungan dan menjalin tali silaturahmi agar saling adanya kepercayaan. Pendekatan yang dilakukan oleh konselor salah satunya yaitu mengajak konseli nongkrong dengan cara ngobrol-ngobrol santai di warkop, dengan pertanyaan-pertanyaan terbuka konselor mampu membuatnya nyaman seperti menanyakan kabar serta kesibukannya sehari-hari.

Dalam pertemuan ini konselor tau bahwa dia merokok. Konselor mulai dengan menawarinya rokok dan bilang “santai saja, ini ngobrolnya sambil merokok, siapa tahu bisa mengurangi beban pikiranmu” dan konseli (wawan) menjawabnya “iya mas terimakasih”. (tetapi tidak mengambil), Konselor menyambung pertanyaannya lagi, “tetapi saya lihat-lihat dari wajahnya kurang bersemangat gitu, tidak seperti biasanya. Kalau boleh tau ada masalah apa wan?” dan konseli menjawabnya “tidak mas, tidak ada masalah apa-apa kok” (terlihat bingung). Konselor menyambung lagi “Oh tidak apa-apa wan, saya senang sekali jika kamu bersedia menceritakan permasalahan yang sedang kamu hadapi sekarang. Saya siap menjadi temanmu kok”. Konseli menjawab “begini saya ada masalah keluarga, orang tua saya bercerai”.

Pada langkah kedua yakni peneliti melakukan penilaian terhadap gejala-gejala yang konseli alami dan menetapkan jenis masalah konseli, berdasarkan pengidentifikasian masalah yang dilakukan oleh konselor kepada konseli, dapat diketahui bahwa konseli adalah remaja korban perceraian orang tua dan setelah orang tuanya bercerai konseli jarang mendapatkan kasih sayang dan tidak dapat perhatian lebih dari orang tuanya, konseli sekarang memiliki perilaku menyimpang yang tidak sesuai dengan norma. Penyimpangan disini dapat dikategorikan sebagai perilaku agresif karena jika sudah terbawa oleh minuman yang beralkohol konseli sulit untuk mengontrol dirinya, bahkan apa yang dilakukan sendiri terkadang dia tidak menyadarinya dan perilaku agresif ini bisa dikatakan sedang karena terjadi sewaktu-waktu.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan konselor dengan konseli dan berbagai informan, dapat diketahui bahwa perilaku konseli menunjukkan adanya penyimpangan yang dilakukan, hal ini diketahui peneliti sendiri pada waktu melakukan home visit (kunjungan rumah), karena rumah konseli dalam keadaan tertutup konselor mengetuk pintu dan mengucapkan salam “assalamualaikum wan”. Konseli langsung bergegas membuka pintu dan bilang “waalaikumsalam, silahkan masuk. Maaf mas rumahnya berantakkan”. Konselor menjawab “tidak apa-apa wan sama saja kalau masalah berantakkan”, salah satu teman konseli yang bernama Tomo bilang “ayo mas sini ikut kami minum” dan pembicaraan dipotong oleh konseli “jangan teman-teman mas ini sahabat saya dia tidak

peminum alkohol”, selanjutnya konseli berbicara kepada konselor “maafkan dengan sikap teman-teman saya ya mas?”. Konselor menjawab “iya wan tidak apa-apa kok. ya sudah wan kalau begitu saya pulang dulu, kelihatannya sekarang kok sibuk, lain kali tak main kesini lagi”. Konseli menjawab “iya mas terimakasih, maaf jika saya dan teman-teman membuat mas tidak nyaman”. Konselor menjawab “iya wan santai tidak apa-apa kok, ya sudah saya pulang dulu assalamualaikum”, konseli kembali menutup pintunya sambil menjawab salam “walaikumsalam”.

Langkah ketiga, setelah peneliti sekaligus konselor tahu akar permasalahan yang dialami konselor mengajak konseli untuk belajar untuk mampu menerima keadaan yang ada, meskipun tidak ada yang mengingatkan setidaknya kita tahu mana yang baik dan mana yang buruk (menyimpang).

Peneliti merencanakan dan merumuskan teknik terapi yang sesuai dan relevan dengan masalah konseli. Disini konselor menggunakan terapi realitas dengan teknik WDEP untuk mengurangi perilaku agresif seorang remaja korban perceraian orang tua. konselor menggunakan terapi realitas karena konselor tidak ingin terlalu melihat bagaimana perilaku konseli di masa lalu. Konselor akan melihat perilaku konseli saat ini, apakah perilakunya memiliki banyak manfaat yang positif atau negatif.

Langkah keempat adalah proses pelaksanaan treatment oleh konselor. Proses treatment dilakukan di warkop secara tidak sengaja (tanpa rencana), karena sebelumnya sudah janji tetapi konseli tidak bisa karena ada kesibukan lain. Setelah konseli menceritakan apa yang menjadi permasalahannya, konselor dapat melihat bahwa konseli sudah mulai menunjukkan penilaiannya terhadap perilakunya selama ini.

Sebelum konseli memiliki keraguan lagi dan menunda pekerjaan ini, konselor akan membantu konseli dalam mengarahkan perilakunya menjadi yang lebih bertanggung jawab lagi. Akhirnya treatment yang diberikan oleh konselor adalah teknik WDEP dimana teknik ini akan konselor gunakan dalam proses konseling untuk mengurangi perilaku agresif yang dimilikinya.

Konselor memberi pengertian bahwa konseli ingin menjadi orang yang lebih baik dan mempunyai perilaku yang positif dan lebih bertanggung jawab dari sebelumnya, ia harus mempunyai tujuan hidup yang harus dicapai, agar ia senantiasa semangat dan selalu ingat bahwa ia punya mimpi, jadi ia tidak akan menyia-nyaiakan waktunya untuk hal-hal yang tidak penting. Dan untuk memotivasi dirinya, konseli harus menuliskan keinginan-keinginan itu agar tidak mudah lupa.

Akhirnya dalam proses pelaksanaan treatment pertama, konselor menggunakan konsep W (wants or needs) dimana konselor menggali atau mengeksplor apa saja yang ingin dilakukan oleh konseli, konselor membuat konseli mengutarakan apa saja keinginannya secara real. Dalam salah satu percakapan konseli mengutarakan keinginannya bahwa sebenarnya ingin sembuh, tetapi apa daya jika teman memaksa dan bilang “penghormatan” konseli terpaksa ikut meminumnya, jadi menurut konseli tidak semudah itu untuk meninggalkannya.

Konsep D (doing and direction) yang mana konselor menanyakan kepada konseli bagaimana arah kehidupan mereka. Jika konseli sudah mengutarakan keinginannya, dan memang keinginan itu adalah arah yang diinginkan, maka selanjutnya konselor mengarahkan konseli kepada faktor-faktor yang menjadi penyebab masalah tersebut, disini konselor memberi penguat bahwa dengan meminum alkohol itu bukan solusi yang paling tepat, alkohol juga minuman yang dilarang oleh agama, malah bisa menimbulkan masalah baru untuk diri sendiri, lebih-lebih akan mempunyai efek di orang tua. Jika konseli tetap memaksa untuk minum akan sulit mengontrol diri sendiri, perilaku-perilaku negatif pastinya yang akan terlihat.

Langkah selanjutnya adalah konsep E (evaluation), konselor meyakinkan konseli untuk menilai dan mengevaluasi perilakunya saat ini apakah sudah sesuai dengan arah kehidupannya, atau malah sebaliknya.

Tahap terakhir yaitu konsep P (planning), tahap dimana konseli merencanakan tindakan untuk menggapai impiannya, tindakan yang utarakan adalah rencana tindakan yang akan dilakukan konseli untuk mendekatkan dirinya dengan impiannya.

Teknik WDEP dirasa cocok untuk konseli, karena tindakan-tindakan yang positif mulai ia terapkan saat ini terutama di lingkungan akan terbiasa ia lakukan dan akhirnya akan menjadi perilaku yang terus-menerus melekat pada diri konseli. Sehingga perilaku yang kurang bertanggung jawabnya akan berubah menjadi perilaku yang benar dan bertanggung jawab, yang mana akan mempengaruhi konseli untuk selalu memotivasi dirinya menjadi lebih baik dari sebelumnya, karena ia memiliki target yang akan dicapai.

Langkah terakhir, peneliti selaku konselor mengevaluasi proses konseling dan treatment yang telah diberikan. Setelah melakukan tahap evaluasi dan peninjauan kembali, konselor telah menjalankan tahap-tahap konseling dan terapi sesuai dengan apa yang terdapat dalam prognosis dan teori yang ada. mulai dari identifikasi, diagnosis, prognosis, dan treatment. Lalu untuk evaluasi treatment yang digunakan, teknik WDEP telah menunjukkan hasil perubahan perilaku konseli ke arah yang lebih baik dari pada sebelumnya.

B. Analisis Hasil Pelaksanaan Konseling Realitas dalam Mengatasi Perilaku Agresif Seorang Remaja Korban Perceraian Orang Tua

Setelah melakukan proses bimbingan dan konseling dengan terapi realitas menggunakan teknik WDEP pada seorang remaja yang mempunyai perilaku agresif karena korban perceraian orang tua, maka peneliti dapat mengetahui hasil dari pelaksanaan bimbingan dan konseling yang dilakukan konselor cukup membawa perubahan pada diri konseli. Teknik WDEP dapat mengurangi perilaku agresif meskipun belum bisa meninggalkan secara maksimal atau belum mencapai hasil yang signifikan 100%.

Dari hasil observasi dan wawancara yang konselor lakukan terhadap konseli dan informan lainnya, dapat diketahui bahwa perubahan yang dialami konseli diantaranya adalah konseli mulai mempunyai tali silaturahmi kepada keluarganya, terutama lebih terbuka dengan orang tuanya. Dalam salah satu pertemuan dengan konseli dan informan disebutkan bahwa sebenarnya konseli ingin menjadwalkan waktu nongkrong, menurutnya hal ini sedikit sulit karena jika sudah asyik ngobrol lupa waktu. Konseli juga bersikap lebih terkontrol meskipun terkadang masih tidak bisa menjaga pola berfikir dengan teratur. Konseli juga terlihat mulai menghabiskan banyak waktu dengan kegiatan-kegiatan baru yang menurutnya lebih bermanfaat, untuk sekedar mengisi waktu luangnya jika nongkrong maupun di warkop hanya sebagai hiburan (menenangkan diri).

