

## **RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY DAN KONSELING ISLAMI: STUDI EKSPERIMEN UNTUK MEREDUKSI PERILAKU PORNOGRAFI SISWA**

Hari Utami Dewi<sup>1\*</sup>, Budi Purwoko<sup>2</sup>, Najlatun Naqiyah<sup>3</sup>

Universitas Negeri Surabaya<sup>1\*,2,3</sup>

\*) Corresponding author, email: [raden.20012@mhs.unesa.ac.id](mailto:raden.20012@mhs.unesa.ac.id)<sup>1\*</sup>, [budipurwoko@unesa.ac.id](mailto:budipurwoko@unesa.ac.id)<sup>2</sup>,  
[najlatunnaqiyah@unesa.ac.id](mailto:najlatunnaqiyah@unesa.ac.id)<sup>3</sup>

### **ABSTRACT**

This study aims to test the difference in effectiveness between the three treatment groups to reduce pornographic behavior for students of SMA Negeri 1 Sumenep. This research was a quantitative study with a Quasy Experimental design, with a control group and an experimental group. The sample used purposive sampling, namely students who had a high pornography score on a pornography scale of 22 students who were divided into 3 treatment groups. The research instrument was a questionnaire validated and supported by data sources, namely interviews, observations, and documentation. Data analysis used Anava, the normality test method using Shapiro-Wilk, and the homogeneity test using the Test of Homogeneity of Variances. The results of the normality test were normally distributed, which were classified as parametric, the results of the homogeneity test of all groups were homogeneous, while the results of the Anova one way were differences in the decrease in pornography behavior after receiving treatment compared to before treatment, and the REBT group counseling treatment and Islamic counseling were more effective than the other two treatments. . So pornographic behavior or deviant or immoral behavior should be reduced by using effective counseling methods and techniques to solve student problems.

### **Keywords**

group counseling, rational emotive behavior therapy, islamic counseling, pornographic behavior

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan Menguji perbedaan keefektifan antara ketiga kelompok perlakuan untuk menurunkan perilaku pornografi bagi siswa SMA Negeri 1 Sumenep. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Quasy Experimental*, terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Sampel menggunakan *purposive sampling* yakni peserta didik yang memiliki skor pornografi tergolong tinggi pada skala pornografi sebesar 22 siswa yang dibagi dengan 3 kelompok perlakuan. Instrumen penelitian adalah kuesioner yang telah divalidasi, didukung oleh sumber data yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan Anova satu jalur, metode uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk*, dan uji homogenitas menggunakan *Test of Homogeneity of Variances*. Hasil uji normalitas berdistribusi normal yakni tergolong parametrik, hasil uji homogenitas semua kelompok adalah homogen, sedangkan hasil uji Anova adanya perbedaan penurunan perilaku pornografi setelah mendapatkan perlakuan dibandingkan sebelum perlakuan, perlakuan konseling kelompok REBT dikombinasikan dengan konseling Islami lebih efektif dari kedua perlakuan lainnya. Maka perilaku pornografi atau perilaku menyimpang atau amoral, hendaknya direduksi dengan menggunakan metode dan teknik konseling yang efektif untuk menyelesaikan masalah siswa.

### **Kata Kunci**

konseling kelompok, rational emotive behavior therapy (REBT), konseling Islami, perilaku pornografi.

**Cara mengutip:** Dewi, H. U., Purwoko, B., & Naqiyah, N. (2022). Rational Emotive Behavior Therapy dan Konseling Islami: Studi Eksperimen untuk Mereduksi Perilaku Pornografi Siswa. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 9(3), 238-249. <https://doi.org/10.29407/nor.v9i3.18073>

## **PENDAHULUAN**

Pornografi yang tersebar baik di dunia maya ataupun di dunia nyata menimbulkan patologi sosial dan menyebabkan perilaku maladaptif bagi remaja. Akibat dari pornografi ini menimbulkan perilaku lain yang maladaptif pula yaitu pergaulan bebas, penyimpangan seksual, homoseksual, lesbian, penyakit kelamin, hamil yang tidak diinginkan, dan sebagainya. Mulya Haryani (2012) dalam Rummyeni (2013a) mengungkapkan, seorang remaja dalam menerima dan memilah informasi terbilang rendah. Menurut para ahli menyebutkan bahwa aktivitas seksual pada remaja karena dipicu dari melihat atau aktivitas pornografi yang cenderung mencontoh dan melakukan aktivitas seks kepada teman atau orang lain di sekitarnya. Menurut Sardjito, (2019) pada saat pertama melihat pornografi ada perasaan jijik, karena sistem limbik yang dimiliki manusia, sistem ini mengeluarkan hormon dopamin agar menenangkan otak, namun dopamin pula akan memberikan sensasi bahagia, senang, dan kecanduan. Dopamin bergerak menuju ke bagian PFC, sedangkan PFC menjadi pasif karena tertimbun oleh dopamin. Manakala dopamin tinggi dan banyak maka menimbulkan perasaan penasaran dan bertambah ketagihan melihat pornografi. Sardjito.co.id (2019, 30 Maret)

Perilaku pornografi menurut Hardani dkk (Hardani et al., 2018) yaitu melihat situs web porno, membaca buku atau komik porno, mendengar, berbicara, dan memikirkan hal-hal yang berbau porno. Perilaku pornografi mengonsumsi media pornografi baik *online* dan *offline* yang mengakibatkan masturbasi dan berperilaku seksual aktif (Maisya & Masitoh, 2020). Bahwa semua bentuk perilaku yang didapat dari konten seksual untuk menimbulkan hasrat seksual karena seringnya remaja mengakses konten pornografi. Dengan demikian pengertian perilaku pornografi dapat disimpulkan bahwa perilaku pornografi yaitu perilaku menunjukkan tindakan dengan cara membaca, melihat, mengakses, berbicara, mendengar, dan memikirkan hal-hal yang berhubungan dengan porno sehingga menimbulkan gairah seksual. Pornografi yang tersebar baik di dunia maya ataupun di dunia nyata menimbulkan patologi sosial dan menyebabkan perilaku maladaptif bagi remaja sehingga perlu direduksi. Akibat dari pornografi ini menimbulkan perilaku lain yang maladaptif pula yaitu pergaulan bebas, penyimpangan seksual, homoseksual, lesbian, penyakit kelamin, hamil yang tidak diinginkan, dan sebagainya. Mulya Haryani (2012) dalam Rummyeni (2013a) mengungkapkan, seorang remaja dalam menerima dan memilah informasi terbilang rendah. Menurut para ahli menyebutkan bahwa aktivitas seksual pada remaja karena dipicu dari melihat atau aktivitas pornografi yang cenderung mencontoh dan melakukan aktivitas seks kepada teman atau orang lain di sekitarnya

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan interaksi secara signifikan antara pikiran, perasaan, dan perilaku dan mempunyai kaitan sebab akibat dan timbal balik, yang menekankan ketiga modalitas secara konsisten dalam interaksinya (Corey, 2013). Pendekatan REBT merupakan induk dari pendekatan perilaku kognitif, dalam REBT Emosi berasal dari keyakinan, mengganti cara berpikir yang tidak efektif menjadi kognisi yang efektif atau rasional, fungsi konselor sebagai guru secara direktif, kerangka A-B-C inti dari REBT

adalah untuk memodifikasi perasaan, pikiran, peristiwa, dan perilaku konseli. Adanya restrukturisasi filosofis untuk merubah kepribadian disfungsional dan terdapat orientasi spritual dalam praktik REBT.

REBT dipilih untuk mereduksi perilaku pornografi karena memiliki teknik yang sesuai untuk mengurangi perilaku maladjustmen, hal ini dapat dibuktikan pada penelitian terdahulu Permasalahan tentang perilaku menyimpang yang dihadapi remaja menggunakan konseling integratif REBT, analisis transaksional, dan analisis realita, dalam penelitian tersebut dijelaskan cara mengatasi siswa yang salah suai (maladjustment) dengan teknik pendekatan gabungan tersebut. Hasilnya ada perubahan perilaku adjustment dengan dibantu oleh kolaborasi antara sekolah dan keluarga siswa yang mengalami salah suai (Nita, 2017). Dari penelitian tersebut ada hal yang sama dengan penelitian ini terkait penerapan konselingnya yaitu REBT dan perilaku pornografi yang termasuk maladjustmen. Perbedaannya terletak pada konseling integratif.

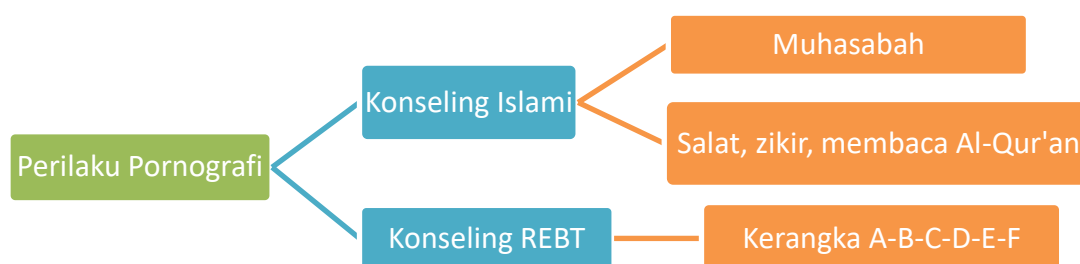
Penelitian yang dilakukan oleh Imam Tadjri<sup>1</sup> dan Evi Kartika Chandra dari Institut Agama Islam Ma'arif NU (IAIMNU) Metro Lampung, dengan judul artikel "Model Kelompok Konseling Rasional-Emotif untuk Memodifikasi Kenakalan Siswa SMA Jawa di Kota Semarang". Kenakalan remaja merupakan perilaku maladaptif dengan pengaruh psiko-individu dan psiko-sosial. Faktor penyebab kenakalan adalah keyakinan irrasional yang dimiliki oleh siswa. Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas model konseling rasional emotif dalam memodifikasi perilaku kenakalan. Metode penelitian menggunakan eksperimen semu dengan desain *patched-up*. Komponen meliputi struktur, input, proses, output, dan evaluasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa RET efektif dalam memodifikasi kenakalan siswa (Imam Tadjri, 2009). Dalam penelitian terdahulu sesuai dengan penelitian ini dengan menggunakan RET / REBT. Perilaku Maladjustmen adalah kenakalan remaja secara umum, sedangkan penelitian ini hanya mencakup perilaku pornografi.

REBT disandingkan dengan pendekatan konseling Islami dalam mereduksi perilaku pornografi sangat sejalan, karena bertitik tolak pada masalah perilaku maladjustmen. Perilaku pornografi merupakan perilaku maladjustmen / amoral, maka agama sebagai pengendali moral, terapi Islami merupakan kesadaran spiritual serta pengamalan beragama sangat penting dalam merubah tingkah laku yang amoral.

Dalam mengatasi atau mengurangi perilaku pornografi tidak cukup menerapkan REBT, karena konseling REBT masih menyentuh jiwa, sedangkan konseling yang menyentuh rohani dan hatinya adalah Konseling Islami. Alasan pemilihan pendekatan konseling Islami, sebab konseli yang diteliti beragama Islam, perilaku pornografi merupakan perilaku amoral, maka agama sebagai pengendali moral, terapi Islam efektif dalam menurunkan perilaku amoral, dan kesadaran spiritual serta pengamalan beragama sangat penting dalam merubah tingkah laku yang amoral. Konseling Islami dalam kaitannya dengan perilaku pornografi telah ada dalam Al-Qur'an yaitu ayat yang melarang umat manusia mendekati zina, sebab perilaku pornografi merupakan tergolong perilaku yang mendekati zina. Menurut Lubis, 2007 dalam (Tajiri, 2014) literature Arab kata konseling mempunyai kesamaan dengan kata *al-irsyad* atau *al-istisyarah*, yang merupakan bantuan kepada individu

yang menghadapi masalah untuk mengajarkan kesadaran spiritual Islam yang dibutuhkan dalam penanganan masalah. Menurut Adz-Dzaki (2002) menyatakan bahwa konseling Islami diawali dari landasan yang benar tentang proses konseling yang dilaksanakan secara baik dan mewujudkan perubahan perilaku positif terhadap konseli dengan memiliki pandangan pola berpikir, pola memanfaatkan potensi nurani, mengungkapkan perasaan, pola berkeyakinan, dan pola berperilaku yang sesuai dengan ajaran Islam yang bersumber pada Al-Qur'an dan Hadits

Tujuan penelitian ini yaitu Untuk mengetahui keefektifan dari ketiga model konseling yang diuji – konseling kelompok konvensional, konseling kelompok REBT, dan konseling kelompok REBT yang dikombinasikan dengan konseling Islami, yang paling efektif untuk menurunkan pornografi siswa.



Gambar 1. Mind Mapping teoritis

Hipotesis penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut; Penerapan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dikombinasikan dengan konseling Islami dapat mereduksi perilaku pornografi siswa.

## METODE

Penelitian ini menerapkan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen menggunakan desain *Quasi experimental*. untuk mempermudah kesulitan karena terjadinya disfungsi kelompok kontrol dalam mengontrol, apakah ada variabel luar yang bisa mempengaruhi penelitian tersebut (Rukminingsih et al., 2020). Desain penelitian dilakukan dengan tiga perlakuan, perlakuan pertama diberikan kepada kelompok kontrol dengan teknik konvensional. Sementara kelompok eksperimen yaitu konseling kelompok pendekatan REBT dan pendekatan REB dikombinasikan dengan konseling Islami. Penelitian ini memilih desain *pretes* dan *posttes* dengan kelompok kontrol tanpa penugasan acak (*Nonequivalent Control Group Design*).



**Gambar 2. Skema Perlakuan**

Penelitian ini memilih desain *pretes* dan *posttes* dengan kelompok kontrol tanpa penugasan acak (*Nonequivalent Control Group Design*). Desain ini pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dibandingkan dan sampel diambil secara tidak acak. Dua kelompok yang ada diberi pre test kemudian diberikan perlakuan lalu diberikan pos test.

Desain Pretes dan Postes menggunakan kelompok kontrol tanpa penugasan random (*Nonequivalent Control Group Design*) sebagai berikut:

Subyek 1 (KK REBT)	O1 -----	X1 -----	O2
Subyek 2 (KK REBT+Islami)	O3 -----	X2 -----	O4
Subyek 3 (KK konvensional)	O5 -----	X3 -----	O6

Prosedur penelitian eksperimen dengan langkah-langkah sebagai berikut yaitu merumuskan masalah, menetapkan sampel penelitian, menetapkan penelitian eksperimen, menyusun instrumen pengukuran, melakukan sintaks penelitian dan mengumpulkan data, menganalisis data, dan merumuskan kesimpulan (Jaedun, 2011).

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI MIPA 1 sampai kelas XI MIPA 4 dan XI IPS 1 sejumlah 180 siswa di SMA Negeri 1 Sumenep yang dilaksanakan penelitian pada bulan Februari sampai Mei 2022, setiap kelas berjumlah 36 siswa. Penelitian ini tidak menjangkau seluruh anggota populasi tetapi terhadap sampel (wakil poulasi). Subjek penelitian dipilih dengan *purposive sampling*, yakni peserta didik yang memiliki skor pornografi tergolong tinggi pada skala pornografi.

Data penelitian yakni perilaku pornografi, dikumpulkan dengan beberapa teknik pengumpul data secara kombinatif, yakni: angket skala likert, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Untuk langkah-langkah pengembangan instrumen disesuaikan dengan rambu-rambu penelitian. Untuk menguji validitas isi angket perilaku pornografi maka dilakukan teknik penilaian ahli (*expert judgement*) oleh dua ahli. Validitas isi berhubungan pada alat penilaian yang mengukur isi suatu variabel. Tujuan uji validitas untuk menentukan tingkat representatif butir-butir instrumen. Sasarannya adalah populasi penelitian. Uji validitas menggunakan product moment dan uji realibilitas menggunakan *Alpha Cronbach*. Uji validitas dan uji realibilitas dibantu dengan program SPSS. 24.0 for windows.

Dalam melaksanakan perlakuan, jumlah pertemuan diatur sebanyak 8 kali pertemuan untuk kelompok eksperimen dan 6 pertemuan untuk kelompok kontrol. Dilaksanakan pre test dan pos test yang merupakan dimensi dari penelitian eksperimen. Mempertimbangkan bahwa data penelitian berupa data kuantitatif maka teknik analisis data yang digunakan adalah statistik dengan rumus uji Anova satu jalur. Sebelum menetapkan teknik statistik mana yang akan digunakan maka akan dilakukan uji asumsi terlebih dahulu. Jika asumsi terpenuhi maka digunakan teknik parametrik dengan menggunakan varian/ Anava satu jalur.

## **HASIL**

Pada penelitian eksperimen ini menggunakan instrumen angket dengan jumlah 25 butir pada perilaku pornografi. Diujikan kepada responden non sampel sejumlah 17 orang. Teknik uji menggunakan *product moment* dan teknik uji realibilitasnya menggunakan Cronbach's Alpha SPSS versi 24. Berdasarkan hasil olah data pada nilai  $r$  hitung seluruh item pertanyaan lebih besar dari  $r$  tabel 0,482 maka dapat disimpulkan bahwa seluruh item pertanyaan pada kuesioner variabel dinyatakan valid.

Uji Reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Cronbach's Alpha*, dengan metode pengambilan keputusan menggunakan batasan 0,600, Apabila nilai *Cronbach Alpha* > 0,600, maka reliabel, sebaliknya apabila nilai *Cronbach Alpha* < 0,600 maka dinyatakan tidak reliabel. Hasil Nilai *Cronbach's Alpha* pada penelitian ini sebesar 0.961, berarti reliabel.

Uji Normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data terdistribusi dengan normal atau tidak. Uji yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode Uji Normalitas Shapiro-Wilk dikarenakan jumlah sampel penelitian yang tergolong sedikit. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas yakni : jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal. Berdasarkan output di SPSS diketahui bahwa nilai Sig pada seluruh kelompok memiliki nilai lebih dari 0,05 artinya data pada seluruh kelompok di atas dinyatakan berdistribusi normal. Dikarenakan mayoritas data berdistribusi normal maka untuk uji selanjutnya digunakan uji dengan metode parametrik.

Uji Homogenitas digunakan sebagai bahan acuan untuk menentukan keputusan uji statistik. Hasil pengujian Uji Homogenitas pada Pre Test dan Post Test kelompok Konseling Konvensional menunjukkan nilai Sig sebesar 0,581 lebih besar dari 0,05 yang berarti data Pre Test dan Post Test kelompok Konseling Konvensional memiliki varian yang sama atau homogen. Hasil pengujian Uji Homogenitas pada Pre Test dan Post Test kelompok Konseling REBT menunjukkan nilai Sig sebesar 0,787 lebih besar dari 0,05 yang berarti data Pre Test dan Post Test kelompok Konseling REBT memiliki varian yang sama atau homogen. Hasil pengujian Uji Homogenitas pada Pre Test dan Post Test kelompok Konseling REBT dan Konseling Islami menunjukkan nilai Sig sebesar 0,364 lebih besar dari 0,05 yang berarti data Pre Test dan Post Test kelompok Konseling REBT dan Konseling Islami memiliki varian yang sama atau homogen.

Untuk mengetahui perbedaan ketiga skor subyek maka menggunakan Uji Barlet sebagai berikut:

**Tabel 1. Hasil Uji Barlet**

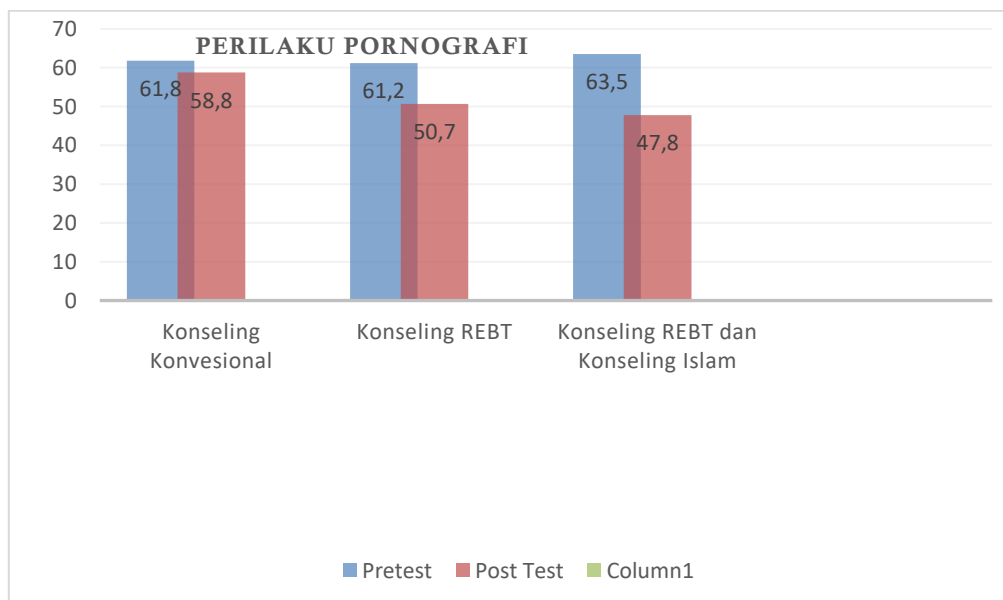
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.224	2	22	.313

Berdasarkan hasil uji pada tabel 1, dapat diketahui homogenitas antara Konseling Konvensional, REBT, REBT dan Islami. Hal tersebut ditunjukkan dengan perolehan nilai Sig Levene 0,313 > 0,05, yang menunjukkan hasil homogen.

Uji hipotesis 1 dari permasalahan pada penerapan konseling kelompok REBT maka menggunakan uji t sampel berpasangan sebagai berikut, nilai signifikan 0,025 < 0,05 dapat disimpulkan terdapat perbedaan signifikan antara pre test konseling REBT dengan post test konseling REBT.

Uji hipotesis 2 dari permasalahan pada penerapan konseling kelompok REBT dikombinasikan dengan konseling kelompok Islami maka menggunakan uji t sampel berpasangan yaitu nilai signifikan 0,006 < 0,05 dapat disimpulkan terdapat perbedaan signifikan antara pre test konseling REBT & konseling Islami dengan post test konseling REBT & Islami.

Uji hipotesis 3 dari permasalahan pada penerapan konseling kelompok konvensional maka menggunakan uji t sampel berpasangan adalah nilai signifikan 0,328 > 0,05 dapat disimpulkan tidak ada perbedaan signifikan antara pre test konseling konvensional dengan post test konseling konvensional.



**Gambar 3. Uji beda**

Uji hipotesis 4 untuk mengetahui mana yang paling efektif dari ketiga kelompok perlakuan yaitu konseling kelompok REBT, konseling kelompok REBT dikombinasikan dengan konseling Islami, serta konseling konvensional, maka diuji dengan menggunakan uji

Anova satu jalur sebagai berikut, nilai Signifikan  $0,223 > 0,05$  dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan signifikan antara perbedaan konseling konvensional, REBT serta REBT & Islami. Setelah melihat hasil output SPSS, maka konseling REBT & Islami memiliki nilai paling efektif untuk penurunan tingkat pornografi siswa karena nilai penurunan perbedaan rata-ratanya paling besar yaitu  $-1,16$  dibanding konseling yang lainnya.

## **PEMBAHASAN**

Pada hasil penelitian mengenai perilaku pornografi dalam konseling kelompok dengan tiga perlakuan, yang mana perlakuan REBT dan konseling Islami dalam menurunkan perilaku pornografi lebih efektif dibandingkan dengan perlakuan yang lain, hal ini dibuktikan pada hasil perbedaan skor yang menunjukkan pada konseling konvensional menurunkan skor tingkat perilaku pornografi sebesar  $-0,2100$ , pada konseling REBT menurunkan skor tingkat perilaku pornografi sebesar  $-0,7467$  serta pada konseling kelompok REBT dikombinasikan dengan konseling kelompok Islami menurunkan skor tingkat perilaku pornografi sebesar  $-1,1600$ . Dengan demikian dari hasil tersebut di atas dalam perlakuan eksperimen bahwa tujuan konseling REBT adalah A-B-C-D-E (*antecedent event, belief, emotional consequence, disputing, dan effect*) maknanya terjadinya efek setelah dilakukan tindakan intervensi dalam konseling oleh konselor yang dimungkinkan secara psikis ada perubahan setelah selesai dalam mengikuti rangkaian konseling (Corey, 2013).

Berdasarkan penelitian terdahulu pada artikel dengan judul Konseling Individu *Rational Emotive Behavior*: Studi eksperimen terhadap peningkatan konsep diri, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penerapan *rational emotive behavior* efektif dalam meningkatkan konsep diri siswa (Setyowati, 2021). Begitu pula penelitian terdahulu dengan judul Efektivitas Pendekatan Cognitive Behavior Modification (CBM) dalam Mengurangi Perilaku Pornografi pada Siswa SMAN 1 Sungai Geringging dengan Setting Kelompok, menunjukkan bahwa pendekatan CBM efektif dalam mengurangi perilaku pornografi di kalangan siswa (Kumala Sari, 2019). Penelitian terdahulu sejalan dengan penelitian ini yang juga hampir sama menggunakan pendekatan REBT yang terbukti efektif dalam mengurangi perilaku pornografi.

Demikian pula dalam konseling Islami ada intervensi terhadap konseli dengan melakukan teknik muhasabah, salat taubat, zikir, dan membaca Al-Qur'an. Utsman Najati (2005) mengatakan: Al-Qur'an merupakan petunjuk nyata bagi manusia yang menuntun mereka dari kesesatan. Dalam Al-Qur'an terdapat metode praktik dan bagaimana melatih pikiran dan kebiasaan berperilaku secara efektif yang diajarkan ke dalam hati dan jiwa manusia dalam rangka pembinaan kepribadian seutuhnya. Dalam penelitian terdahulu dengan judul Penerapan Konseling Islami dalam Perkembangan Moral Siswa SMP Muhammadiyah 3 Medan, menunjukkan hasil penelitiannya bahwa penerapan konseling Islami telah terlaksana dengan baik (Yunanda, 2018). Penelitian terdahulu sejalan dengan penelitian eksperimen ini karena menunjukkan hasil signifikan dalam menurunkan perilaku amoral khususnya perilaku pornografi.



Adapun perilaku pornografi yang dilakukan oleh subyek atau konseli sebelum melaksanakan perlakuan, pada pre test ditemukan bentuk perilaku yang didapat dari konten seksual untuk menimbulkan hasrat seksual karena seringnya remaja mengakses konten pornografi. Penelitian terdahulu oleh Maisya dengan topik Derajat keterpaparan pornografi bagi siswa SMA dan SMA, bahwa perilaku pornografi mengonsumsi media pornografi baik *online* dan *offline* yang mengakibatkan masturbasi dan berperilaku seksual aktif (Maisya & Masitoh, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian ini, konseli yang berperilaku pornografi berakibat timbulnya masturbasi dan onani yang dilakukan oleh 11 siswa dari 22 siswa yang menjadi sampel. *Mind set* mereka mengatakan bahwa pornografi adalah hal wajar di zaman sekarang ini. Sehingga mereka tidak malu untuk menonton pornografi meskipun secara sembunyi-sembunyi.

Penelitian ini memperkuat dari penelitian sebelumnya untuk menguji hipotesis dengan bermuara pada teori REBT dan konseling Islami. Ellis mempunyai hipotesis tentang REBT, bahwa emosi berasal dari keyakinan yang dapat mempengaruhi evaluasi dan interpretasi terhadap reaksi dalam situasi kehidupan (Corey, 2013). Di saat keyakinan salah berubah menjadi keyakinan yang benar maka perilaku dengan sendirinya akan berubah sesuai dengan *mind set* nya. Tentu saja ketiga modalitas keyakinan, perasaan/emotif, dan perilaku ketiganya saling mempengaruhi untuk mengolah kepribadiannya.

Sementara Menurut Adz-Dzaki (2002) menyatakan bahwa konseling Islami diawali dari landasan yang benar tentang proses konseling yang dilaksanakan secara baik dan mewujudkan perubahan perilaku positif terhadap konseli dengan memiliki pandangan pola berpikir, pola memanfaatkan potensi nurani, mengungkapkan perasaan, pola berkeyakinan, dan pola berperilaku yang sesuai dengan ajaran Islam yang bersumber pada Al-Qur'an dan Hadits.

Temuan dalam penelitian ini terletak pada perlakuan pada konseling kelompok REBT yang dikolaborasikan dengan konseling Islami dalam satu sesi pertemuan. Peneliti beralasan dengan dipadukannya dua metode ini yang penerapannya tersendiri maka diharapkan ada perubahan keyakinan atau pemikiran, emosi, dan perilaku dengan berlandaskan pada kesadaran spiritual. Treatment REBT dan treatment konseling Islam sama-sama diaplikasikan kepada konseli untuk membentuk karakter siswa seutuhnya bersumber pada kebaikan jiwa, hati, jasmani dan rohani. Sosok konseli yang dapat mengaplikasikan terapi REBT dan mengaplikasikan terapi Islami dalam kepribadiannya yang melahirkan perilaku adjusmen, menghargai serta menjunjung tinggi nilai-nilai moral dan agama.

Keterbatasan penelitian ini adalah penelitian ini tidak mengendalikan variabel-variabel luar yang secara teoritik mempengaruhi perilaku pornografi dan penerapan metode konseling yang diuji. Penelitian ini memiliki subyek dengan jumlah sedikit sehingga hasil penelitian tidak bisa digeneralisasikan. Pendekatan REBT dan konseling Islami dalam setting konseling kelompok menuntut peneliti atau konselor untuk mengeksplor kemampuan dan keahlian dirinya untuk mengungkapkan masalah konseli secara mendalam.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan uji hipotesis dari penelitian maka dapat disimpulkan bahwa Pendekatan REBT dan Konseling Islami lebih efektif dalam mereduksi perilaku pornografi daripada pendekatan REBT dan konseling konvensional dalam pelaksanaan konseling kelompok. Kegiatan REBT dan konseling Islami dalam layanan konseling kelompok telah membuka wawasan siswa dalam memperoleh pemikiran dan pengetahuan baru dan kesadaran spiritual yang dibiasakan dalam ibadah-ibadah harian untuk merubah perilakunya. Dinamika konseling kelompok dapat pula menstimulasi siswa dalam merespon, menghargai pendapat temannya, dan bersama mencari alternatif pemecahan masalah. Pengentasan masalah yang menyangkut amoral sangat sesuai dengan pendekatan REBT dan Konseling Islami, karena telah dibuktikan dari hasil penelitian ini. Maka hendaknya perilaku pornografi dan perilaku menyimpang lainnya menggunakan metode dan teknik konseling yang efektif untuk menyelesaikan masalah siswa. Bisa dimasukkan ke dalam program BK melalui layanan responsif baik secara konseling individu ataupun secara konseling kelompok.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ahmad, & Mansyur, A. . (2017). Problem solving berbasis konseling al qur'an. *Journal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 8(1), 45–64.
- Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 278. <https://doi.org/10.32832/tadibuna.v8i2.223>
- Azrina, N., Azura Ab Rahman, N., Maaidah Tengku Razak, T. A., Nurul Akmal Ab Alim, N., Kamilah Kamaruddin, N., Lateh, N., & Hashim, N. (2021). *Pornografi Dalam Kalangan Remaja Generasi Z Menurut Perspektif Islam Pornography Among Z Generation Adolescents From The Islamic Perspective*. 8(2), 67–78.
- Candiasa. (2011). *Statistik Multivariant disertai Aplikasi SPSS*. Undhiksha Press.
- Castro-Calvo, J., Cervigón-Carrasco, V., Ballester-Arnal, R., & Giménez-García, C. (2021). Cognitive processes related to problematic pornography use (PPU): A systematic review of experimental studies. In *Addictive Behaviors Reports* (Vol. 13). <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2021.100345>
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Brooks/Cole.
- Dzaky, M. H. B. A.-. (2002). *Konseling & Psikoterapi Islam*. Fajar Pustaka Baru.
- Gudnanto. (2015). Peran Bimbingan dan Konseling Islam Untuk Mencetak Generasi Emas. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i1.287>
- Hanin Hamjah, S., & Mat Akhir, N. S. (2014). Islamic Approach in Counseling. *Journal of Religion and Health*, 53(1), 279–289. <https://doi.org/10.1007/s10943-013-9703-4>

- Hardani, R., Hastuti, D., & Yuliati, L. (2018). *Self-Control and Pornography Behavior Among Junior High School Student*. 03(01), 15–27. <https://doi.org/10.2991/iconhomeecs-17.2018.58>
- Jaedun, A. (2011). Metodologi penelitian eksperimen. *Fakultas Teknik UNY*, 12.
- Kumar, P., Patel, V. K., Bhatt, R. B., Vasavada, D. A., Sangma, R. D., & Tiwari, D. S. (2021). Prevalence of Problematic Pornography Use and Attitude Toward Pornography Among the Undergraduate Medical Students. *Journal of Psychosexual Health*, 3(1), 29–36. <https://doi.org/10.1177/2631831821989677>
- Laili, M. M., Puspitawati, H., & Yuliati, L. N. (2018). Is it Parental Communication, Self-Esteem, or Internet use that makes Pornography Behavior in Teenagers?(cases of pornography and porno-action). *Journal of Child Development Studies*, 3(1), 59-69.
- Maisya, I. B., & Masitoh, S. (2020). Derajat Keterpaparan Konten Pornografi Pada Siswa Smp Dan Sma Di Dki Jakarta Dan Banten Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 117–126. <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2.2463>
- Minarcik, J. (2017). Proposed treatment of problematic pornography use: A cognitive-behavioral approach. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 77(8-B(E)), No-Specified. <http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=psyc14&NEWS=N&AN=2016-47717-167>
- Najati, M. U. (2005). Psikologi dalam Al-Qur" an Terapi Qurani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan, terjemah M. Zaka Al-Farisi. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Nita, R. W. (2017). *Strategi Mempersiapkan Generasi Emas Melalui Analisis Psikologis dan Studi Kolaboratif Antara Sekolah dan Keluarga tentang Perilaku Maladjustment Remaja*. 1, 34–41.
- Putry Andhyni, Tri Umar, & Z. S. (2021). Literature Study On The Use Of Rational Emotive Behavior Therapy For Adolescents. *JUrnla Online Mahasiswa FKIP*. Vol.8(2). 51-66. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFKIP/article/download/31147/30003>
- Riyadi, A. (2013). Zikir Dalam Al-Quran Sebagai Terapi Psikoneurotik (analisis terhadap Fungsi bimbingan dan konseling islam). *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 41. <http://journal.iainkudus.ac.id/index.php/konseling/article/view/1070/982>
- Rukminingsih, Adnan, G., & Latief, M. A. (2020). Metode Penelitian Pendidikan. Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Rumyeni, Evawani Elysa Lubis, N. Y. (2013a). *Pengaruh Terpaan Pornografi di Media Massa Terhadap Perilaku Remaja di Kota Pekanbaru*. November.

- Sarjito. (2019). Dampak Pornografi Terhadap Kesehatan Reproduksi. *RSUP Dr. Sarjito*.  
<https://sardjito.co.id/2019/03/30/rsup-dr-sardjito-bersama-fkkmk-ugm-gelar-seminar-sehari-dampak-pornografi-terhadap-kesehatan-reproduksi/>
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif , kualitatif dan r & d*. 456.
- Tadjri, I. (2009). *MODEL KONSELING KELOMPOK RASIONAL-EMOTIF UNTUK MODIFIKASI KECENDRONGAN PERILAKU NAKAL SISWA SMA ETNIS JAWA DI KOTA SEMARANG* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).