

## **EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEMBENTENGI REMAJA DARI PENGARUH PERGAULAN BEBAS**

**Rahimah, Ewi Rahmita, Eka Cahyati**

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara  
[rahimah@umsu.ac.id](mailto:rahimah@umsu.ac.id) (Corresponding Author)

### **ABSTRAK**

Artikel ini membahas efektivitas layanan bimbingan dan konseling dalam membentengi remaja dari pergaulan bebas. Pergaulan bebas merupakan fenomena yang sering dihadapi oleh remaja dan dapat berdampak negatif pada perkembangan mental, fisik, dan sosial mereka. Layanan bimbingan dan konseling dianggap sebagai salah satu intervensi yang dapat memberikan dukungan emosional, meningkatkan pemahaman diri, serta memberikan strategi untuk menghindari perilaku yang merugikan. Melalui pendekatan yang berbasis pada pemahaman psikologis, konselor dapat membantu remaja untuk mengenali dan mengatasi tekanan sosial, mengembangkan keterampilan komunikasi yang sehat, serta membangun sikap positif dalam menjalani kehidupan. Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling yang efektif dapat mengurangi kecenderungan remaja terlibat dalam pergaulan bebas, dengan memberikan mereka wawasan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk membuat keputusan yang lebih bijak. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan program bimbingan yang lebih tepat sasaran bagi remaja.

**Kata kunci: Efektivitas, Layanan Bimbingan Dan Konseling, Pergaulan Bebas, Remaja, Pengembangan Diri.**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Manusia adalah makhluk sosial yang secara alami membutuhkan interaksi dengan orang lain. Pada masa remaja, interaksi sosial menjadi sangat penting karena remaja mulai membentuk identitas diri dan mengeksplorasi peran sosialnya. (Kasingku et al., 2023). Pergaulan bebas di kalangan remaja telah menjadi salah satu masalah sosial yang cukup mengkhawatirkan di berbagai belahan dunia, termasuk di Indonesia. Masa remaja merupakan tahap perkembangan penting yang menjadi jembatan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Pada periode ini, individu mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan, yang membentuk karakter dan identitas mereka di masa depan. Faktanya, banyak remaja yang masih kurang memahami pentingnya pendidikan seks, khususnya dalam hal mengenali dan menjalani perilaku seksual yang sehat, terutama terkait dengan kesehatan reproduksi. Pemahaman yang terbatas mengenai topik ini seringkali mengarah pada miskonsepsi dan ketidakpahaman tentang konsekuensi dari perilaku seksual yang tidak sehat. (Ipah Saripah et al., 2021). Fenomena ini seringkali dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti pergaulan di lingkungan sekolah, tekanan teman sebaya, serta akses mudah terhadap media sosial yang memperkenalkan berbagai nilai dan norma yang belum tentu sesuai dengan budaya dan moral yang dijunjung tinggi. Tanpa pembimbingan yang tepat, remaja rentan terjerumus dalam perilaku negatif seperti

penyalahgunaan narkoba, seks pranikah, pergaulan yang tidak sehat, dan lainnya yang dapat merusak perkembangan fisik, mental, dan sosial mereka.

Dalam menghadapi permasalahan ini, layanan bimbingan dan konseling (BK) menjadi salah satu solusi yang efektif untuk membentengi remaja dari dampak buruk pergaulan bebas. Tujuan utama dari layanan bimbingan dan konseling adalah untuk membantu individu dalam mengembangkan potensi diri secara maksimal, sesuai dengan tahap perkembangan dan karakteristik yang dimilikinya, seperti kemampuan dasar dan bakat. Selain itu, bimbingan dan konseling juga mempertimbangkan latar belakang individu, seperti kondisi keluarga, pendidikan, dan status sosial ekonomi, serta berupaya membantu individu beradaptasi dengan tuntutan positif yang ada di lingkungan sekitar. (Haryati, 2020). Selain itu, Pengendalian perilaku sosial anak merupakan tanggung jawab orang tua yang membutuhkan pengetahuan tentang psikologi dan pendidikan. Pola asuh yang keliru dapat memperburuk perilaku anak, terutama dalam menghadapi tekanan sosial. Dalam konteks ini, layanan bimbingan dan konseling di sekolah berperan penting untuk mendukung orang tua dalam membentuk perilaku remaja yang sehat, menghindarkan mereka dari pergaulan bebas, dan membantu mereka membuat keputusan yang bijak. Orang tua dan konselor bekerja bersama untuk memberikan arahan yang tepat bagi perkembangan remaja. (Yuris et al., 2023)

Artikel ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas layanan bimbingan dan konseling dalam membentengi remaja dari pergaulan bebas, dengan menggunakan metode penelitian kajian pustaka. Kajian pustaka ini akan mengulas berbagai teori dan konsep yang mendasari layanan bimbingan dan konseling, serta mengeksplorasi hasil-hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan pengaruh bimbingan dan konseling terhadap perilaku remaja. Selain itu, artikel ini juga akan membahas berbagai pendekatan dan strategi yang diterapkan dalam layanan BK untuk mendukung perkembangan remaja secara positif dan mencegah mereka terlibat dalam pergaulan bebas.

Dengan pendekatan yang berbasis pada kajian pustaka, diharapkan artikel ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya peran bimbingan dan konseling dalam membentuk karakter dan perilaku remaja. Melalui pemahaman yang komprehensif, diharapkan dapat ditemukan solusi yang lebih efektif dalam menangani permasalahan pergaulan bebas di kalangan remaja, serta memberikan kontribusi bagi pengembangan layanan BK di sekolah dan masyarakat secara lebih luas.

## **B. Rumusan Masalah**

Terdapat permasalahan yang diambil dalam penelitian ini, Bagaimana efektivitas layanan bimbingan dan konseling dalam membentengi remaja dari pengaruh pergaulan bebas.

## **C. Metode Penelitian**

Suatu penelitian tidak dapat dikatakan penelitian apabila tidak memiliki metode penelitian (Koto, 2021). Metode penelitian adalah suatu proses pengumpulan dan analisis data yang dilakukan secara sistematis, untuk mencapai tujuan tertentu. Pengumpulan dan analisis data dilakukan secara alami, baik kuantitatif maupun kualitatif, eksperimental dan non-eksperimental, interaktif dan non-interaktif (Koto, 2020). Metode Penelitian yang digunakan yaitu penelitian yuridis normatif, yaitu penelitian hukum yang dilakukan dengan cara meneliti bahan pustaka atau data skunder (Koto, 2022). Analisis bahan

hukum dilakukan menggunakan metode analisis kualitatif yang digunakan untuk menjelaskan peristiwa hukum, bahan hukum atau produk hukum secara rinci untuk memudahkan hukum penafsiran (Zainuddin & Ramadhani, 2021). Analisis bahan hukum adalah dilakukan dengan menggunakan metode analisis isi (*content analysis method*) yang dilakukan oleh menguraikan materi peristiwa hukum atau produk hukum secara rinci untuk memudahkan penafsiran dalam diskusi (Ramadhani, 2020). Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan masalah, yaitu dengan pendekatan hasil dari kajian empiris teoritis dengan melihat berbagai pendapat para ahli, penulis dan kajian hukum dan peraturan yang berkaitan dengan masalah berdasarkan prinsip hukum dan merumuskan definisi hukum (Ramadhani, 2021). Dalam penelitian kualitatif, proses perolehan data sesuai dengan tujuan penelitian atau masalah, dipelajari secara mendalam dan dengan pendekatan holistic (Rahimah, Koto, 2022).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan melalui pengumpulan artikel ilmiah, disimpulkan bahwa Layanan Bimbingan dan Konseling memiliki peran yang signifikan dalam membentengi remaja dari pergaulan bebas. Literatur menunjukkan bahwa konseling individu membantu remaja mengidentifikasi penyebab perilaku menyimpang dan memberikan strategi personal untuk menghadapinya. Layanan Bimbingan konseling juga berfungsi sebagai media Pendidikan karakter yang berfokus pada nilai-nilai moral dan agama, yang terbukti efektif dalam mencegah perilaku negatif. Layanan bimbingan konseling juga membantu siswa/remaja memahami dan menghadapi masalah dan tekanan sosial.

Bimbingan dan konseling adalah terjemahan dari istilah “guidance” dan “conseling” dalam Bahasa Inggris. Kata “guidance” berasal dari kata dasar “guide” yang berarti menunjukkan, membimbing, memimpin, memberikan saran, atau menuntun. Dengan demikian, bimbingan dapat dipahami sebagai proses membantu atau menuntun. Namun, tidak semua bentuk bantuan atau tuntunan dapat dianggap sebagai bimbingan, bantuan yang bermakna harus memenuhi rangkaian syarat dan prinsip tertentu yaitu :

### 1) Proses membantu individu

Bimbingan adalah proses yang bertujuan untuk membantu individu, bantuan dalam konteks ini bersifat sukarela tanpa adanya paksaan dari pihak konselor maupun pihak konseli. Dalam pelaksanaan konseling tercipta suasana kerja sama yang demokratis antara konselor dan konseli yang disepakati Bersama untuk mengembangkan potensi konseli secara optimal.

### 2) Proses yang berkelanjutan

Bimbingan konseling merupakan suatu proses yang berkelanjutan, sistematis, terencana, dan diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu. Oleh karena itu, aktivitas bimbingan tidak dilakukan secara incidental sembarangan ataupun tanpa rencana.

Berdasarkan definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang berkelanjutan dari seorang pembimbing yang memiliki kompetensi pada individu. Menurut Hornby (1958), bimbingan bertujuan untuk mengembangkan seluruh potensi individu secara optimal dengan memanfaatkan berbagai media dan teknik dalam suasana normative agar individu dapat mencapai kemandirian serta memberikan manfaat bagi diri sendiri dan lingkungan, serta meraih kebahagiaan di dunia dan akhirat. (Sukatin et al., 2022).

Prinsip-Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam :

1. Individu yang Unik dan Dinamis: Setiap individu memiliki kepribadian unik, bersifat dinamis, dan berpotensi untuk berkembang.
2. Faktor Pembentuk Kepribadian: Kepribadian terbentuk dari faktor internal (dari dalam diri) dan eksternal (lingkungan).
3. Pengembangan Terarah: Individu berkembang terus-menerus dan perlu diarahkan ke pola hidup yang bermanfaat bagi diri sendiri dan masyarakat.
4. Hak atas Bantuan: Setiap individu berhak mendapatkan bantuan untuk mencapai kesuksesan hidup.
5. Kesetaraan Hak: Hak dan kesempatan mengembangkan diri berlaku bagi semua tanpa membedakan suku, bangsa, atau agama.
6. Fitrah Beragama: Setiap individu memiliki fitrah beragama yang perlu dikembangkan melalui bimbingan yang sesuai.
7. Konseling sebagai Ibadah: Konseling agama adalah ibadah yang bertujuan meraih ridha Allah SWT. (Maharani et al., 2024).

Layanan Bimbingan dan Konseling sangat penting dalam sekolah, layanan ini membantu siswa dengan berbagai masalah, salah satunya menghentikan pergaulan bebas. Sudah terbukti bahwa layanan bimbingan konseling dapat membantu siswa menyelesaikan masalah, baik di sekolah maupun diluar sekolah. Guru BK memberi nasihat positif untuk membantu siswa menjadi orang yang lebih baik dengan meningkatkan pengetahuan mereka dan mengubah pola pikir mereka. Guru BK yang berpengalaman dapat memberikan layanan berkualitas tinggi dan mendorong keberhasilan program bimbingan dan konseling. Tugas guru BK juga mencakup siswa yang menghadapi masalah dan mendukung proses Pendidikan secara keseluruhan. (Harahap et al., 2023)

Sebagai guru pembimbing hendaknya proaktif untuk membimbing siswa secara keseluruhan. Harus ada kerjasama antara guru pembimbing di sekolah untuk mengefektif kegiatan bimbingan moral. Bimbingan merupakan proses bantuan psikologis dan kemanusiaan secara ilmiah dan profesional yang diberikan oleh pembimbing kepada peserta didik agar ia dapat berkembang secara optimal. Tujuannya adalah membantu para peserta didik (remaja) dalam tugas perkembangan agar mereka memiliki keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki sikap positif, dinamis terhadap perkembangan fisik, psikis dan penalaran moral. Bimbingan yang efektif akan membantu siswa remaja dalam menghadapi pengaruh pergaulan bebas. (Amara, 2024).

#### Strategi Efektif dalam Layanan BK

1. Penyuluhan dan Edukasi: Penyuluhan tentang dampak negatif pergaulan bebas, seperti risiko kesehatan, sosial, dan moral.
2. Konseling Individu dan Kelompok: Pendekatan ini memberikan ruang bagi siswa untuk membahas masalah pribadi secara lebih mendalam dan menemukan solusi yang tepat.
3. Pengembangan Keterampilan Hidup (Life Skills): Program pelatihan keterampilan, seperti pengambilan keputusan, manajemen emosi, dan komunikasi efektif, dapat membantu siswa menghadapi tekanan sosial.
4. Kolaborasi dengan Orang Tua dan Komunitas: Dukungan orang tua dan komunitas diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pembentukan karakter siswa.

Masa remaja yaitu masa transisi, remaja seringkali dihadapkan dengan masalah-masalah dalam hidup dikarenakan kurangnya iman dan moral dalam menjalani kehidupan sehingga terjerumus dalam pergaulan yang bebas tanpa adanya kontrol oleh

diri sendiri, pihak keluarga, masyarakat dan sekolah yang pada akhirnya merugikan diri mereka sendiri. Dan salah satu bentuk dari pergaulan bebas adalah perilaku seksual remaja. (Harahap et al., 2023)

Dalam proses interaksi sosial, remaja cenderung mengenali dan menilai lingkungan di sekitarnya. Jika mereka merasa cocok, mereka akan beradaptasi dan menjadi bagian dari lingkungan tersebut. Sebagai contoh, dalam lingkungan pertemanan sebaya, budaya pacaran yang "melewati batas" sering kali menjadi fenomena umum di kalangan anak muda. Bahkan, ada anggapan di kalangan remaja bahwa seorang laki-laki dianggap "tidak keren" jika belum pernah pacaran. Situasi ini menempatkan remaja yang belum pernah pacaran dalam dilema, apakah mengikuti norma kelompok atau mempertahankan prinsip mereka. Jika mereka memilih untuk tidak ikut serta, sering kali mereka dianggap ketinggalan zaman oleh lingkungannya. (Fatu et al., 2022)

Pergaulan bebas yaitu merujuk pada perilaku yang menyimpang yang melanggar norma-norma yang ada, Dimana "bebas" berarti melampaui Batasan-batasan yang ditetapkan oleh Masyarakat. Pergaulan bebas juga termasuk Tindakan manusia yang tidak hanya menyimpan, tetapi juga melanggar norma-norma agama dan sosial. Pergaulan bebas kerap mendorong remaja terlibat dalam perilaku yang tidak sesuai dengan norma. Padahal, remaja adalah generasi penerus yang menjadi harapan bangsa. Ironisnya, perilaku menyimpang ini terus muncul dalam berbagai pemberitaan setiap tahun. Lebih memprihatinkan lagi, pergaulan bebas yang dulunya lebih sering terjadi di kota-kota besar kini telah merambah hingga ke wilayah pedesaan. Dalam konteks Pendidikan islam, pergaulan bebas dapat diartikan sebagai interaksi antara individu. Khususnya antara lawan jenis, yang dapat mengarah pada hubungan seksual diluar nikah. Tindakan ini memiliki konsekuensi negative dan bertentangan dengan nilai-nilai yang diajarkan dalam Pendidikan islam. Pergaulan bebas dianggap sebagai fenomena sosial yang berpotensi merusak moral dan etika individu serta masyarakat keseluruhan. (Aisyah, 2013)

Pergaulan Bebas di kalangan anak remaja semakin menjadi perhatian yang serius dalam Masyarakat modern saat ini, terlepas dari perkembangan teknologi dan akses informasi yang lebih mudah, fenomena pergaulan bebas memberikan dampak negatif pada beban pikiran remaja yaitu diantaranya :

1. Identitas Diri yang belum Matang
2. Tekanan Psikologis
3. Rendahnya Kesehatan mental
4. Rendahnya Prestasi Akademis
5. Resiko Kesehatan Fisik
6. Hubungan Keluarga yang Buruk

## **PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Layanan bimbingan dan konseling (BK) di sekolah memiliki peran yang sangat efektif dalam melindungi siswa dari dampak negatif pergaulan bebas. Melalui pendekatan yang terarah, layanan BK membantu siswa untuk memahami dan mengatasi masalah yang berkaitan dengan pergaulan yang tidak sehat, serta memberikan pemahaman tentang nilai-nilai moral dan etika yang perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menerapkan prinsip dan asas yang sesuai, BK dapat memberikan bimbingan yang tepat

untuk memperkuat ketahanan diri siswa, membangun kesadaran akan bahaya pergaulan bebas, dan memberikan solusi untuk menghadapi tekanan teman sebaya. Dengan demikian, efektivitas layanan BK berperan sebagai salah satu pilar penting dalam perlindungan siswa, menciptakan lingkungan yang aman, dan mendukung perkembangan psikologis siswa dengan baik. Layanan bimbingan konseling juga membantu siswa/remaja dalam menghadapi masalah mereka dan tekanan sosial.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Aisyah. (2013). *Dampak negatif pergaulan bebas terhadap generasi muda menurut tinjauan pendidikan islam*. 58. <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/1228/1/AISYAH.pdf>.
- Anwar, H. K., Martunis, & Fajriani. (2019). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Pergaulan Bebas Pada Remaja Di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 9–18.
- Aprilia, L. (2023). Peran Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Mengatasi Pornografi. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(5), 1105–1127.
- Fatu, S., Gideon, G., & Manik, N. D. Y. (2022). Dampak Pergaulan Bebas Di Kalangan Pelajar. *SERVIRE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 103–116. <https://doi.org/10.46362/servire.v2i1.97>.
- Harahap, A., Triananta, E. F., Fany, P. A., Rahmadayanti, P., Islam, U., Sumatera, N., & Estate, M. (2023). *Pergaulan Bebas Dikalangan Remaja Di Smk Negeri 1 Percut Sei Tuan*. 1(1), 232–238.
- Haryati, E. F. (2020). Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mencegah Perilaku Berpacaran Remaja Smp. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 4(3), 93–106. <https://doi.org/10.22460/q.v4i3p93-106.1981>.
- Ipah Saripah, Nadia Aulia Nadhirah, Pepi Nuroniah, Rina Nurhudi Ramdhani, & Lucky Angkawidjaja Roring. (2021). Kebutuhan Pendidikan Seksual Pada Remaja: Berdasarkan Survei Persepsi Pendidikan Seksual Untuk Remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 5(1), 8–17.
- Ismail Koto. (2021). “Perlindungan Hukum Terhadap Korban Tindak Pidana Terorisme”, *Proceeding Seminar Nasional Kewirausahaan*, 2 No. 1.
- Ismail Koto. (2020). “Review Of Criminal Law On The Consumption Of Food And Drug Containing Narcotics And Psychotropics (Analysis Of Decision NO. 17 K/MIL/2016), *International Proceeding Of Law & Economics*.
- Ismail Koto. (2022). “Kebijakan Hukum Terhadap Perbuatan Penggunaan Merek Yang Sama Pada Pokoknya”, *SANKSI: Seminar Nasional Hukum, Sosial dan Ekonomi*.
- Kasingku, J. D., Hubert, A., & Sanger, F. (2023). Pergaulan Bebas di Remaja. *Educatio*, 9(4), 2114–2122. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.6061>.
- Maharani, N., Dan, B., Pendidikan, K., & Tarbiyah, F. (2024). *Dalam Mengatasi Kasus Bullying Pada Siswa*.
- Rahimah & Ismail Koto. (2022). “Implications of Parenting Patterns in the Development of Early Childhood Social Attitudes”. *IJRS: International Journal Reglement & Society* 3, No. 2
- Rahmat Ramadhani. (2020). “:Legal Consequences of Transfer of Home Ownership Loans without Creditors' Permission”, *IJRS:International Journal Reglement & Society* 1, No. 2.
- Rahmat Ramadhani. (2021). “Legal Protection for Land Rights Holders Who Are Victims of the Land Mafia”, *IJRS:International Journal Reglement & Society* 2, No. 2.
- Sukatin, Dianovi, A., Siregar, D., Mawaddah, I., & Suryaningsih. (2022). Bimbingan dan Konseling Dalam Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Anak Bunarraqa*, 8(2), 1–12.

- Supratiwi, M., Makmuroch, & Andayani, T. R. (2011). Perilaku Seksual Remaja Ditinjau Dari Efektivitas Komunikasi Dengan Orang Tua Dan Kontrol Diri Di Sma 5 Surakarta. *Wacana*, 000, 17.
- Wahyuni, S., Ramadhani, A., Sahara, A., Sagala, I. H., & Sahfitri, R. (2024). *Peran Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mencegah Pergaulan Bebas Remaja di Desa Timbang Lawan*. 7(2), 121–129.
- Yuris, E., Raniyah, Q., & Rahimah, R. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Sosial Anak Usia Dini Di Tk Aba. *Jurnal Muara Pendidikan*, 8(2), 525–532. <https://doi.org/10.52060/mp.v8i2.1481>.
- Zainuddin, Rahmat Ramadhani. (2021). “The Legal Force Of Electronic Signaturesin Online Mortgage Registration”, *Jurnal Penelitian Hukum De Jure* 21, No. 2.