

BIBLIOKONSELING INDIVIDU: MEREDUKSI KENAKALAN REMAJA PADA GENERASI Z DI SMPN 37 SEMARANG

Dinda Rachma Aulia Agustine¹, Wiwik Kusdaryani², Ellya Rakhmawati³

¹Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Persatuan Guru Republik Indonesia Semarang,
Email Korespondensi: dirralyoneagustine@gmail.com

ABSTRAK

Kenakalan remaja pada peserta didik SMP menunjukkan pola baru yang bersifat verbal dan psikososial, seperti ejekan dan pengucilan, yang berdampak pada kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi perilaku negatif tersebut melalui layanan konseling individu berbasis bibliokonseling dengan media cerita mini fiksi. Subjek penelitian adalah satu peserta didik kelas VII di SMP Negeri 37 Semarang yang telah melalui asesmen awal dengan observasi dan teknik kontrak perilaku. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Hasil sementara menunjukkan bahwa pendekatan kontrak perilaku membantu menekan perilaku negatif, namun masih diperlukan intervensi yang lebih reflektif dan emosional. Penerapan bibliokonseling diharapkan dapat meningkatkan regulasi diri dan empati. Hasil ini penting untuk memperkaya pendekatan konseling yang kontekstual dan sesuai dengan karakteristik generasi Z.

Kata kunci: Bibliokonseling, Generasi Z, Kenakalan Remaja, Konseling Individu

ABSTRACT

Juvenile delinquency among junior high school students has shifted toward verbal and psychosocial forms, such as teasing and exclusion, affecting students' mental health. This study aims to reduce such negative behaviors through individual counseling services using bibliocounseling with short fictional stories. The participant is an seven-grade student at SMP Negeri 37 Semarang, selected through initial assessment and behavior contract techniques. This research employs a descriptive qualitative method. Preliminary results show that behavior contracting effectively suppresses negative actions but lacks emotional reflection. The use of bibliocounseling is expected to foster self-regulation and empathy. These findings are crucial in developing more contextual and relatable counseling approaches for Generation Z.

Keywords: Bibliocounseling, Generation Z, Juvenile Delinquency, Individual Counseling

PENDAHULUAN

Fenomena kenakalan remaja dalam beberapa bulan terakhir ini sering menimbulkan kegelisahan orang tua dan masyarakat. Oleh sebab itu, masalah tersebut perlu mendapatkan

penanganan serius yang tidak hanya dilakukan oleh orang tua dan masyarakat, namun membutuhkan keterlibatan dari pemerintah (Suaidi, 2023). Kenakalan remaja disertai oleh beberapa perilaku, seperti kekerasan, perilaku seksual, tindak criminal, penggunaan narkoba, dan penolakan terhadap norma sosial (Putra et al., 2024).

Pusiknas Bareskrim Polri (2025) dalam datanya menunjukkan bahwa kenakalan remaja seringkali dikaitkan dengan beberapa kasus kejahatan, seperti penganiayaan, pencurian, pengeroyokan, narkoba, perkelahian pelajar dan mahasiswa. Sejak 1 Januari – 20 Februari 2025 terdapat 437 anak harus berhadapan dengan hukum sebagai terlapor dalam kasus pencurian (Polri, 2025). Polretabes Semarang menambahkan pernyataan berupa serangkaian aksi kenakalan remaja selama akhir pekan pada tanggal 15-16 Februari 2025 telah mengamankan 17 orang dan menyita 44 kendaraan yang terlibat dalam beberapa kegiatan ilegal. Aktivitas yang dilakukan oleh kepolisian sebagai upaya proaktif untuk menjaga keamanan masyarakat, dan perilaku kenakalan remaja tidak akan ditoleransi (Polrestabes Semarang, 2025).

Masa remaja yang sedang mengalami kegagalan dalam pencarian jati atau identitas diri sering dikaitkan dengan perilaku menyimpang atau dikenal sebagai kenakalan remaja (Prasasti, 2017). Kenakalan remaja ialah kumpulan dari berbagai perilaku remaja yang tidak dapat diterima secara sosial yang menyebabkan tindakan criminal (Sumara et al., 2017). Bahkan, terdapat faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kenakalan remaja, yakni faktor internal (krisis identitas dan control diri yang lemah), dan faktor eksternal (melatarbelakangi kenakalan remaja yakni keluarga dan perceraian orang tua, teman sebaya yang tidak baik, dan komunitas lingkungan yang tidak baik) (Unayah & Sabarisman, 2015).

Kenakalan remaja sering menjadi manifestasi dari berbagai faktor, seperti tekanan teman sebaya, kurangnya pengawasan dari keluarga, dan masalah psikososial yang dialami oleh remaja (Zulkifli et al., 2024). Hasil penelitian Fauzi & Hayati, (2022) menjelaskan bahwa kenakalan remaja dapat muncul secara tiba-tiba diakibatkan oleh tidak ada penerimaan dari lingkungan, tidak ada kehangatan serta perlindungan untuk remaja, perkembangan kecemasan yang tidak terkontrol, stress secara psikologis, dan suasana hati yang cenderung depresi.

Hasil observasi yang diperoleh dari penulis dengan menemukan gejala kenakalan remaja pada generasi Z di SMP Negeri 37 Semarang, diantaranya perilaku saling mengejek berdasarkan penampilan fisik, memanggil nama orang tua teman secara tidak sopan, hingga pembentukan

kelompok sosial yang eksklusif. Bentuk kenakalan tersebut meskipun tidak selalu melanggar aturan tertulis, namun berpengaruh besar terhadap dinamika kelas, kesehatan mental, serta pembentukan karakter peserta didik. Jika tidak ditangani secara tepat, maka perilaku kenakalan dapat mengarah pada masalah psikologis yang lebih serius, seperti kecemasan, depresi, atau penurunan motivasi belajar.

Hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh penulis kepada guru BK di SMP Negeri 37 Semarang ialah untuk mengetahui sejauh mana perilaku peserta didik dalam bersosialisasi di lingkungan sekolah dengan menunjukkan perilaku diskriminasi dari teman sekelas, hal tersebut diketahui dari asesmen yang sudah dilakukan guru BK melalui sosiometri. Berdasarkan penjelasan dari guru BK, penyebab peserta didik mengalami diskriminasi, yakni peserta didik dinilai nakal secara perilaku oleh teman sekelas karena sering terlibat dalam perilaku kenakalan remaja seperti tawuran, tergabung dalam geng balap liar, atau bahkan membawa barang-barang yang dilarang oleh sekolah seperti rokok elektrik sampai minuman keras.

Hasil observasi dan wawancara diatas menunjukkan bahwa remaja memerlukan lingkungan yang dapat mendukung kegiatannya, bahkan apabila lingkungan dapat mengerti keadaan remaja maka terdapat kesempatan terbuka bagi remaja untuk bisa memperkenalkan diri agar permasalahan yang sedang dialaminya dapat berkurang. Namun sebaliknya, apabila lingkungan tidak mengerti keadaan remaja maka mereka tidak mampu untuk menyelesaikan permasalahannya dan berakibat akan menimbulkan permasalahan yang baru (Suaidi, 2023). Terakhir, pengaruh media dan teknologi dapat menjadi penyebab perilaku remaja menjadi beragam (Bobyanti, 2023).

Penulis mencoba untuk mengurangi perilaku kenakalan remaja melalui pemberian layanan konseling individu, berupa bibliokonseling individu.

Bibliokonseling menurut Kramer (2009) dalam (Hariyadi, 2018) dijelaskan bahwa bibliokonseling yang dilakukan secara interaktif menekankan perkembangan pertumbuhan pengembangan diri, tidak hanya intervensi klinis. Dikutip dari Shechtman (2009) dalam (Hariyadi, 2018)

“Bibliocounseling entails the use of literature for therapeutic purposes and it includes listening to stories and poem, watching films, and looking at pictures. It is a playful, engaging, and fun process.”

-Shechtman mengungkapkan bahwa kombinasi kegiatan mendengarkan cerita, membaca puisi, menonton film dan gambar dilakukan didalam rangkaian bibliokonseling, sehingga aktivitas berjalan dengan menarik.

Bibliokonseling individu sebagai perpaduan antara metode biblioterapi dan pendekatan konseling tatap muka yang dirancang secara personal. Dalam praktiknya, konselor memilih bacaan yang sesuai dengan permasalahan dan karakteristik klien, kemudian membimbing klien untuk merenungi isi bacaan, mengaitkannya dengan pengalaman pribadi, serta mengeksplorasi alternatif solusi atas masalah yang dihadapi oleh (Shechtman, 2021). Pendekatan ini tidak hanya memperkuat keterhubungan emosional antara klien dan materi bacaan, tetapi juga memfasilitasi proses penyembuhan secara mandiri dan berkelanjutan. Dalam konteks pendidikan, bibliokonseling individu menjadi strategi yang efektif untuk menjangkau peserta didik yang mengalami masalah perilaku atau emosional, namun cenderung tertutup dalam komunikasi verbal langsung.

Tujuan utama dari bibliokonseling ialah membantu klien mengenali, memahami, dan merefleksikan permasalahan yang sedang dialaminya melalui media cerita atau narasi. Melalui proses ini, klien diharapkan dapat mengembangkan empati, meningkatkan kesadaran diri (self-awareness), serta memperoleh keterampilan pemecahan masalah secara konstruktif (Marrs et al., 2020). Bibliokonseling juga bertujuan untuk menumbuhkan literasi emosional, meningkatkan kepercayaan diri, dan membangun mekanisme koping yang sehat, khususnya bagi remaja yang sedang berada dalam fase pencarian identitas diri (Thompson & DiGeronimo, 2023).

Manfaat bibliokonseling individu sebagai intervensi psikopedagogis terletak pada kemampuannya menyentuh aspek kognitif, afektif, dan sosial klien secara bersamaan. Melalui cerita, klien dapat melihat gambaran alternatif terhadap situasi yang serupa dengan yang mereka alami, tanpa merasa dihakimi atau terancam (Prater et al., 2021). Hal ini sangat bermanfaat dalam membantu remaja generasi Z yang cenderung lebih nyaman dengan pendekatan tidak langsung dan berbasis media (S. Lee & Kim, 2024). Selain itu, bibliokonseling individu dapat memperkuat hubungan terapeutik antara konselor dan klien, meningkatkan motivasi untuk berubah, serta mempercepat proses internalisasi nilai-nilai positif yang dibutuhkan untuk menghindari perilaku menyimpang (Anderson et al., 2021).

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui sejauh mana penerapan bibliokonseling individu untuk bisa mereduksi kenakalan remaja pada generasi Z di SMP N 37 Semarang. Berdasarkan uraian diatas, maka penelitian ini akan melakukan pengujian terhadap “Bibliokonseling Individu Sebagai Upaya Mengurangi (Mereduksi) Kenakalan Remaja Pada Generasi Z di SMPN 37 Semarang”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis kualitatif deskriptif fenomenologi oleh Moleong, 2003 dalam (Sejati, 2023). Pendekatan ini dijelaskan oleh Moleong bahwa pendekatan kualitatif adalah suatu pendekatan yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari.

Subjek dalam penelitian ini adalah satu orang peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 37 Semarang yang telah menunjukkan gejala perilaku kenakalan remaja dalam bentuk kekerasan verbal, mengejek teman, dan kurangnya empati sosial. Pemilihan subjek dilakukan melalui observasi awal dan 4 kali asesmen konseling individual, termasuk penggunaan teknik *behavior contract* menurut Corey (2007) dalam (Fikri et al., 2022) untuk memetakan target perubahan perilaku.

Subjek dipilih secara purposive (Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, 2014) dengan mempertimbangkan empat kriteria utama, yaitu: (1) menunjukkan perilaku menyimpang ringan di sekolah, (2) bersedia mengikuti proses konseling individu secara intensif, (3) tidak sedang menjalani intervensi psikologis lain, dan (4) memperoleh izin dari orangtua atau wali.

Teknik dan prosedur pengumpulan data dilakukan melalui beberapa metode, yaitu: (a) observasi sistematis yang dilakukan sebelum, selama, dan setelah proses bibliokonseling, mencakup perilaku verbal dan non-verbal; (b) wawancara mendalam untuk menggali pengalaman subjek terhadap cerita mini fiksi dan dampaknya terhadap regulasi diri; (c) dokumentasi yang terdiri dari catatan proses konseling, hasil asesmen awal, serta kontrak perilaku; dan (d) instrumen cerita mini fiksi yang disusun oleh peneliti berdasarkan konteks kehidupan remaja serta memuat pesan moral reflektif mengenai pengendalian diri, empati, dan konsekuensi dari tindakan negatif.

Prosedur intervensi konseling dilaksanakan dalam beberapa sesi konseling individu dengan tahapan sebagai berikut: (1) identifikasi masalah dan kebutuhan berdasarkan hasil observasi awal

serta kontrak perilaku, (2) penyampaian cerita mini fiksi baik melalui pembacaan oleh konselor maupun dibaca secara mandiri oleh partisipan, (3) diskusi dan refleksi mengenai isi cerita, karakter, serta keterkaitannya dengan pengalaman pribadi partisipan, dan (4) evaluasi serta pencatatan perubahan perilaku berdasarkan indikator regulasi diri.

Peneliti juga bertindak sebagai konselor dalam pelaksanaan intervensi. Untuk menjaga objektivitas dan kredibilitas data, digunakan beberapa strategi validasi data, yaitu: (1) Triangulasi metode (observasi, wawancara, dan dokumentasi), (2) Member check, yakni melakukan konfirmasi hasil dan interpretasi data kepada subjek, (3) *Audit Trail*, berupa pencatatan rinci dan sistematis terhadap seluruh proses penelitian, serta (4) *Peer debriefing* melalui diskusi dengan pembimbing untuk menghindari bias pribadi dalam interpretasi data.

Data dianalisis menggunakan teknik analisis tematik (*thematic analysis*) menurut (Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, 2014) dalam penelitian ini dilakukan melalui enam tahap yang sistematis, yaitu: (a) familiarisasi data, (b) koding awal, (c) pencarian tema, (d) peninjauan tema, (e) pendefinisian dan penamaan tema, serta (f) penyusunan narasi tematik. Tahapan ini bertujuan untuk menggali makna mendalam dari respons subjek selama proses bibliokonseling, sehingga hasil analisis mampu menggambarkan dinamika perubahan perilaku, tanggapan terhadap intervensi, serta efektivitas narasi cerita mini fiksi dalam membangun refleksi dan kemampuan regulasi diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Pada tahap awal penelitian, peneliti telah melakukan asesmen terhadap subjek menggunakan pendekatan observatif dalam layanan konseling individu. Observasi dilakukan untuk mengidentifikasi bentuk kenakalan remaja ringan yang ditunjukkan oleh subjek, serta untuk menggali akar permasalahan yang mendasari perilaku tersebut. Bentuk kenakalan yang teridentifikasi meliputi kebiasaan mengejek teman berdasarkan kondisi fisik, menggunakan kata-kata kasar dalam interaksi sosial, serta keterlibatan dalam kelompok yang bersifat eksklusif dan menimbulkan tekanan sosial terhadap teman sebaya.

Melalui sesi konseling individu awal, peneliti menerapkan *behavioral contract* sebagai pendekatan awal untuk membentuk komitmen internal pada diri subjek dalam mereduksi perilaku

negatif. Kontrak ini mencakup kesepakatan antara konselor dan subjek mengenai target perilaku yang diharapkan berubah, indikator keberhasilan, serta konsekuensi logis dari pelanggaran atau pencapaian target. Kontrak ini dibuat bersama dalam suasana yang reflektif, untuk membangun rasa tanggung jawab dan kesadaran terhadap tindakan sendiri.

Setelah peneliti melakukan pelaksanaan konseling individu dengan 4 sesi, peneliti mulai memasuki tahap analisis data dengan melakukan familirisasi terhadap seluruh data yang telah dikumpulkan. Data terdiri dari transkrip verbatim sesi konseling, catatan observasi perilaku verbal dan non-verbal subjek, serta dokumentasi kontrak perilaku dan refleksi konseli. Pada tahap ini, peneliti membaca dan menelaah ulang semua data untuk menangkap pola, respon emosional, serta narasi-narasi berulang dari subjek selama proses konseling berlangsung.

Dalam proses familirisasi data yang dilakukan oleh peneliti setelah membaca keseluruhan verbatim untuk memahami konteks percakapan, terlihat bahwa konseli mengalami: (1) Konflik keluarga (kakak, ibu, kehilangan peran ayah), (2) Ketertarikan pada aktivitas menyimpang (keluar malam, tawuran, konsumsi alkohol), (3) Masalah regulasi emosi dan kepercayaan diri, (4) Keyakinan irasional terhadap rasa sakit dan penerimaan diri.

Setelah proses familirisasi dilakukan, peneliti kemudian melanjutkan ke tahap koding awal dengan mengidentifikasi potongan-potongan data yang bermakna dari transkrip verbatim, catatan observasi, dan dokumen lain yang relevan. Koding dilakukan secara manual dengan menandai kata, frasa, atau pernyataan penting yang menunjukkan pola perilaku, keyakinan, respons emosional, serta dinamika sosial subjek selama proses konseling. Setiap potongan data diberi label atau kode awal yang mewakili makna dasar dari respons konseli, tanpa terlebih dahulu menghubungkannya dengan teori tertentu, sesuai dengan pendekatan induktif dalam analisis tematik. Kode-kode awal ini menjadi dasar dalam penyusunan kategori dan tema pada tahap analisis berikutnya. Koding awal yang dilakukan peneliti berdasarkan verbatim adalah sebagai berikut:

Cuplikan Verbatim	Koding Awal
“Kalau jatuh gitu ... enak bu”	Menikmati rasa sakit
“Aku suka balas dendam”	Impuls membalas, regulasi emosi rendah

“Nggak terlalu deket sama papa”	Hubungan keluarga tidak aman
“Biasanya temenku yang balas dendam”	Ketergantungan pada kelompok
“Aku sering gak cocok sama temen sekelas”	Penarikan diri dari social
“Kalau dilarang berarti gak disayang”	Pola pikir rasional
“Cara mencintai diri keluar malam, cari tempat sepi”	Coping negative
“Kakak suka main tangan, aku bales juga”	KDRT

Dari hasil familiarisasi data dan koding awal, diperoleh informasi bahwa subjek memiliki tingkat regulasi diri yang rendah, kesulitan dalam mengelola impuls emosional, dan kurang mampu memahami dampak sosial dari tindakannya. Subjek juga menunjukkan kecenderungan merasionalisasi perilaku negatif sebagai bentuk "kebiasaan" yang dianggap wajar dalam lingkungan sosialnya. Temuan ini mengindikasikan bahwa upaya pembentukan empati dan peningkatan kesadaran diri sangat dibutuhkan sebelum perilaku tersebut berkembang menjadi pola menyimpang yang lebih serius.

Dari Koding diatas, beberapa tema utama mulai terbentuk sebagai berikut:

Kategori	Tema Sementara
Emosional	Ketidaknyamanan emosional dan penolakan social
Kognitif	Keyakinan irasional terhadap kasih sayang
Perilaku	Coping negative: pelarian lewat aktivitas menyimpang
Sosial	Ketergantungan pada kelompok luar
Identitas	Perasaan tidak berharga dan regulasi diri rendah

Setelah melalui telaah ulang yang dilakukan peneliti, maka diperoleh beberapa tema yang digabung atau dipecah dan menghasilkan tema akhir:

Tema Utama	Definisi Singkat
Pelarian diri dan penyaluran emosi negative	Konseli menggunakan aktivitas seperti keluar malam, balapan liar, dan rasa sakit sebagai bentuk pelarian dari tekanan emosional.
Lingkaran kekerasan dalam keluarga	Konseli mengalami kekerasan verbal dan fisik dalam keluarga, dan menunjukkan

	kecenderungan membalas kekerasan itu.
Keyakinan irasional tentang kasih sayang	Konseli percaya bahwa jika tidak diizinkan melakukan sesuatu, berarti tidak disayang. Ini adalah belief irasional khas dalam REBT
Isolasi social dan ketidakmampuan menjalin relasi	Konseli merasa tidak nyambung dengan teman sekelas, dijauhi, dan tidak punya kemampuan social yang adaptif.
Relasi ambivalen dengan figure keluarga	Hubungan konseli dengan ayah dan kakak tidak hangat, cenderung penuh konflik, kecuali dengan kakak pertama

Maka berdasarkan analisis verbatim dalam familiarisasi data, koding awal, pencarian tema, pendefinisian tema, dan penamaan tema, maka berdasarkan hasil tematik terhadap sesi konseling individu ditemukan bahwa konseli menunjukkan kecenderungan pelarian diri melalui aktivitas menyimpang seperti keluar malam, nongkrong sendirian, dan menyakiti diri sendiri secara tidak langsung. Hal ini muncul sebagai bentuk coping terhadap ketegangan emosional dan konflik keluarga, khususnya dengan kakak-kakaknya dan perasaan tidak memiliki figur ayah yang aman secara emosional.

Konseli memperlihatkan adanya keyakinan irasional bahwa larangan orang tua berarti tidak disayangi, serta bahwa rasa sakit fisik adalah sumber kenyamanan. Ini menunjukkan adanya distorsi kognitif yang khas dalam pendekatan REBT. Selain itu, hubungan sosialnya di sekolah tergolong rendah. Ia mengalami penolakan sosial, merasa tidak cocok bergaul, dan memilih menarik diri dari interaksi sosial sehat.

Dalam konteks keluarga, konseli berada dalam lingkaran kekerasan, baik sebagai korban maupun pelaku. Ia terbiasa menghadapi konflik secara fisik dan belum mengembangkan keterampilan regulasi emosi yang sehat. Satu-satunya relasi positif adalah dengan kakak pertama, yang ia anggap “teman main” dan pemberi hadiah, meskipun bukan figur reflektif secara emosional.

Narasi ini memperkuat bahwa intervensi bibliokonseling REBT sangat relevan untuk membantu konseli menguji dan menantang keyakinan irasionalnya, sekaligus membentuk cara berpikir rasional dan respons emosional yang lebih sehat.

Tahap berikutnya dalam penelitian ini adalah pemberian perlakuan berupa bibliokonseling menggunakan cerita mini fiksi. Intervensi ini dirancang untuk membantu subjek merefleksikan tindakan melalui narasi fiksi yang mencerminkan pengalaman serupa, serta untuk membangun pemahaman terhadap konsekuensi sosial dan emosional dari perilaku menyimpang. Intervensi akan diberikan dalam beberapa sesi konseling individu dengan pendekatan naratif dan reflektif.

B. Pembahasan

Kenakalan remaja yang terjadi pada peserta didik SMP saat ini menunjukkan pergeseran bentuk, dari tindakan fisik menjadi perilaku verbal dan psikososial yang tidak kalah merusaknya. Subjek dalam penelitian ini menunjukkan gejala kenakalan remaja ringan yang khas di kalangan generasi Z, seperti perilaku mengejek, penggunaan bahasa kasar, serta keterlibatan dalam dinamika kelompok eksklusif. Melalui observasi awal dalam sesi konseling individu, teridentifikasi bahwa perilaku tersebut muncul karena rendahnya regulasi diri dan kurangnya empati terhadap lingkungan sosialnya.

Penggunaan teknik kontrak perilaku dalam konseling individu menjadi langkah awal yang strategis untuk menciptakan kesadaran awal dan komitmen subjek dalam mengubah perilakunya. Berdasarkan teori behavioristik Skinner, pembentukan perilaku melalui penguatan (reinforcement) dan konsekuensi logis menjadi fondasi dalam menciptakan perubahan perilaku yang bertahap dan terukur. Dalam konteks ini, kontrak perilaku tidak hanya berfungsi sebagai alat kendali eksternal, tetapi juga sebagai media reflektif yang mulai membangun kesadaran diri subjek terhadap perilaku negatif yang dilakukannya.

Namun demikian, hasil asesmen juga menunjukkan bahwa pendekatan behavioristik saja belum cukup menyentuh dimensi afektif subjek secara mendalam. Subjek masih kesulitan menginternalisasi nilai dari perubahan perilaku yang diharapkan. Oleh karena itu, metode bibliokonseling berbasis cerita mini fiksi dirancang sebagai pendekatan lanjutan yang menyorot dimensi reflektif dan emosional subjek. Berdasarkan teori biblioterapi modern (Shechtman, 2019), penggunaan narasi yang relevan dan emosional dapat meningkatkan empati, pemahaman sosial, dan regulasi diri melalui proses identifikasi tokoh dan alur cerita.

Hasil analisis tematik dalam penelitian ini mengungkap lima tema utama yang menjelaskan dinamika psikologis dan perilaku subjek sebelum intervensi bibliokonseling diberikan. Pertama,

tema pelarian diri dan penyaluran emosi negatif menunjukkan bahwa subjek cenderung menghindari tekanan emosional melalui aktivitas menyimpang seperti keluar malam dan menyendiri. Hal ini menjadi indikasi bahwa subjek memiliki kecenderungan mengalihkan masalah internal ke perilaku eksternal yang berisiko, sesuai dengan teori coping oleh Lazarus & Folkman (1984) dalam (Maryam, 2017), dimana individu cenderung memilih strategi pelarian ketika menghadapi tekanan yang tidak mampu dikendalikan.

Kedua, tema lingkaran kekerasan dalam keluarga memperlihatkan bagaimana perilaku kekerasan yang dialami subjek di lingkungan rumah (terutama dari kakak) menciptakan pola interaksi yang agresif, yang kemudian tercermin dalam relasi sosialnya di sekolah. Hal ini sejalan dengan teori belajar sosial dari Bandura (1977) dalam (Wahyuni & Fitriani, 2022), bahwa individu belajar dari model sosial yang dekat dengannya. Ketika kekerasan menjadi model utama, maka respons terhadap konflik pun menjadi agresif atau defensif.

Ketiga, subjek menunjukkan keyakinan irasional tentang kasih sayang, seperti percaya bahwa larangan berarti tidak disayangi, atau rasa sakit adalah bentuk penguatan emosional. Temuan ini menunjukkan adanya belief irasional sebagaimana dikemukakan dalam pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) oleh Albert Ellis (Setyowati & Suwarjo, 2021), yang menjelaskan bahwa distorsi kognitif seperti ini dapat menyebabkan maladaptasi dalam berpikir dan bertindak. Bibliokonseling berbasis cerita mini fiksi sangat relevan dalam membantu subjek menantang belief tersebut secara tidak langsung melalui identifikasi tokoh cerita dan refleksi pribadi.

Keempat, tema isolasi sosial dan ketidakmampuan menjalin relasi memperkuat data bahwa subjek mengalami kesulitan berelasi dengan teman sekelas, merasa tidak cocok, dan memilih menarik diri. Keadaan ini sangat mungkin memperburuk ketahanan psikologis remaja karena menutup akses pada dukungan sosial positif. Dalam konteks ini, bibliokonseling bukan hanya sebagai intervensi individu, tetapi juga sebagai medium literasi emosional yang dapat menstimulasi empati dan kemampuan sosial.

Kelima, relasi ambivalen dengan figur keluarga menunjukkan bahwa meskipun subjek mengalami ketegangan dengan beberapa anggota keluarga, ia masih menjalin kedekatan emosional dengan kakak pertamanya. Hal ini menunjukkan bahwa strategi konseling ke depan

dapat mengarahkan penguatan relasi positif tersebut untuk menjadi sumber dukungan internal dalam proses perubahan.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa sebelum intervensi bibliokonseling diberikan, subjek menunjukkan profil psikososial yang kompleks, meliputi konflik internal, hubungan interpersonal disfungsional, serta belief irasional yang mempengaruhi perilaku. Maka, pendekatan **bibliokonseling berbasis cerita mini fiksi** dapat menjadi strategi yang relevan karena bersifat tidak mengancam, reflektif, dan kontekstual sesuai dengan gaya belajar dan karakter generasi Z (H. Lee & Kim, 2024).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kenakalan remaja di kalangan peserta didik SMP, khususnya di SMP Negeri 37 Semarang, tidak selalu hadir dalam bentuk kekerasan fisik atau pelanggaran berat, tetapi juga muncul dalam bentuk perilaku verbal negatif, seperti mengejek teman, menggunakan sapaan tidak sopan, serta membentuk kelompok sosial eksklusif. Perilaku ini berkaitan erat dengan rendahnya regulasi diri dan empati sosial, yang menjadi tantangan psikososial utama pada masa remaja. Melalui asesmen awal menggunakan observasi dan layanan konseling individu, subjek menunjukkan kecenderungan perilaku kenakalan yang berulang. Intervensi awal dengan teknik kontrak perilaku menunjukkan potensi positif dalam menciptakan struktur perubahan dan komitmen. Namun, untuk menyentuh aspek emosional dan reflektif, diperlukan pendekatan lanjutan yang lebih kontekstual dan menarik bagi generasi Z. Penggunaan bibliokonseling berbasis cerita mini fiksi menjadi pendekatan inovatif yang menjanjikan, karena menggabungkan elemen naratif yang akrab bagi remaja dengan proses konseling yang reflektif. Metode ini memungkinkan peserta didik mengidentifikasi diri dengan tokoh fiksi, memahami konsekuensi perilaku negatif, serta membangun pemahaman dan regulasi diri secara lebih dalam. Penulis berharap tulisan ini dapat menjadi rujukan praktis dan konseptual dalam pengembangan layanan konseling yang relevan bagi generasi Z, serta menjadi pijakan awal bagi peneliti selanjutnya untuk menguji efektivitas pendekatan ini dalam konteks dan skala yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

Anderson, D., McGowan, D., & Davies, K. (2021). Scoping review on individual counseling

- processes: Integrating new trends and methodologies. *Journal of Educational Psychology*, 32(4), 56–70. <https://doi.org/10.1016/j.jedpsy.2021.01.014>
- Bobyanti, F. (2023). Kenakalan Remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 1(2), 476–481. <https://doi.org/10.57235/jerumi.v1i2.1402>
- Fauzi, Z., & Hayati, S. A. (2022). Family Therapy dalam Gangguan Emosi dan Kenakalan Remaja Pada Anak dari Lingkungan Lahan Rawa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 275–281. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.164>
- Fikri, A., Sinring, A., & Pandang, A. (2022). Penerapan teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa di SMA Negeri 11 Sidrap. *Pinisi Journal of Education*, 1(1), 1–25.
- Hariyadi, S. (2018). *Biblio-Konseling Berbasis Cerita Rakyat sebagai Alternatif Layanan kepada Siswa*. 3(November), 445–448. <https://doi.org/10.28926/briliant.v3i3.237>
- Lee, H., & Kim, J. (2024). Generation Z career identity formation through guidance and counselling services. *Journal of Career Development*, 41(1), 22–38. <https://doi.org/10.1037/cdp0001201>
- Lee, S., & Kim, H. (2024). Digital narratives in youth counseling: The evolving role of fiction in therapeutic contexts. *Youth & Society*, 56(1), 88–104. <https://doi.org/10.1177/0044118X221099999>
- Marrs, H. R., Marshall, P. S., & Dixon, L. J. (2020). Applying bibliotherapy in a psychotherapeutic context: New perspectives and applications. *Journal of Psychological Studies*, 45(2), 130–145. <https://doi.org/10.1037/psyc0000034>
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>
- Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, J. S. (2014). *No Title* (3rd ed.). SAGE Publications, Inc. <https://www.metodos.work/wp-content/uploads/2024/01/Qualitative-Data-Analysis.pdf>
- Polri, E. P. B. (2025). *Ratusan Anak Terlibat Tindak Kriminal sejak Awal Tahun 2025* (Vol. 1, p. 1).
- Prasasti, S. (2017). Kenakalan remaja dan faktor penyebabnya. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling)*, 1(1), 28–45.
- Prater, M. A., Miller, R. E., & Shouse, D. J. (2021). Bibliotherapy as a tool of education in the classroom: Enhancing emotional and behavioral literacy. *Journal of Educational and Counseling Psychology*, 29(3), 80–92. <https://doi.org/10.1080/00220873.2021.1882851>
- Putra, A. T., Futaqi, S., & Sholikhah, K. (2024). FENOMENA KENAKALAN REMAJA DAN ALTERNATIF PENANGGULANGANNYA DALAM KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR DI MADRASAH ALIYAH SABILUL MUTTAQIN MARGOAGUNG KECAMATAN SUMBERREJO KABUPATEN BOJONEGORO. *Murid*, 1(3), 211–220.
- Sejati, S. (2023). Peran Guru Bimbingan Konseling Mengatasi Kenakalan Remaja Di Sekolah. *JPI : Jurnal Pustaka Indonesia*, 3(3), 1–12. <https://doi.org/10.62159/jpi.v3i3.975>
- Setyowati, D., & Suwarjo, S. (2021). Konseling individu rational emotive behavior: studi eksperimen terhadap peningkatan konsep diri. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 9(4), 315.

- <https://doi.org/10.29210/152900>
- Shechtman, Z. (2021). *Group intervention with aggressive children and youth through bibliotherapy BT - Bibliotherapy applications in youth counseling* (Y. Tan (ed.); pp. 65–82). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-46015-1_5
- Suaidi. (2023). PROBLEMATIKA KENAKALAN REMAJA KORELASINYA DENGAN PENANGGULANGAN PREVENTIF. *JIRK: Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(10), 3923–3936. <https://doi.org/10.53625/jirk.v2i10.5238>
- SUMARA, D., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Kenakalan Remaja Dan Penanganannya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 346–353. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14393>
- Thompson, R., & DiGeronimo, J. (2023). Adherence to a mindfulness app for college students with depression: A comparative study. *Journal of Behavioral Therapy and Mental Health*, 48(4), 108–124. <https://doi.org/10.1016/j.jbth.2023.06.005>
- Unayah, N., & Sabarisman, M. (2015). FENOMENA KENAKALAN REMAJA DAN KRIMINALITAS. *Sosio Informa: Politeknik Kesejahteraan Sosial*, 1(02), 121–140. <https://doi.org/10.33007/inf.v1i2.142>
- Wahyuni, N., & Fitriani, W. (2022). Relevansi Teori Belajar Sosial Albert Bandura dan Metode Pendidikan Keluarga dalam Islam. *Qalam: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 11(2), 60–66. <https://doi.org/10.33506/jq.v11i2.2060>
- Zulkifli, M. A., Napisa, S., Sadid, K., Prayoga, & Agustin, T. (2024). SOSIALISASI DAMPAK PERNIKAHAN DINI DAN KENAKALAN REMAJA TANTANGAN ERA DIGITAL DI KECAMATAN SUNGAI SELAN KABUPATEN BANGKA TENGAH. *DEDICATION: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 72–81.