

**EFEKTIVITAS *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) UNTUK
MENINGKATKAN PEMAHAMAN REMAJA DALAM MENGURANGI
PERILAKU MENYIMPANG BALAP LIAR DI NAGARI TANJUNG**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Persyaratan Dalam Mencapai Gelar Sarjana Sosial Pada
Program Studi Bimbingan Konseling Islam*



**Oleh :
Hayatul Ulfa
NIM : 21060003**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA BARAT
2025 M / 1447 H**

ABSTRACT

Hayatul Ulfa. 2025. "The Effectiveness of Cognitive Behavior Therapy (CBT) to Improve Adolescents' Understanding in Reducing Deviant Behavior of Illegal Racing in Nagari Tanjung". Thesis Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.

This research is motivated by the phenomenon of deviant behavior, illegal racing, among adolescents in Nagari Tanjung, Koto VII District, Sijunjung. The problem arises from adolescents' maladaptive thinking, which leads to negative behavior, namely illegal racing. This study aims to determine the effectiveness of counseling using Cognitive Behavior Therapy (CBT) techniques in reducing deviant behavior among adolescents in Nagari Tanjung before and after treatment.

The research method used was a quantitative pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach to deviant illegal racing behavior in adolescents. The subjects in this study were 13 adolescents. The research subject selection technique used a purposive sampling technique. Data collection technique used a questionnaire on deviant illegal racing behavior with analysis using the Wilcoxon signed rank test.

The results of this study are: 1) the average pretest score is in the low and very low categories. 2) the average posttest score is in the very high category. 3) After being treated with Cognitive Behavior Therapy (CBT), the pretest results, which were initially in the low and very low categories, changed to the very high category. 4) CBT techniques are effective in changing maladaptive thinking into adaptive thinking, thus contributing to reducing illegal racing behavior in adolescents.

Keyword: Cognitive Behavior Therapy, Deviant Behavior, Illegal Juvenile Racing.

ABSTRAK

Hayatul Ulfa. 2025. “Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja Dalam Mengurangi Perilaku Menyimpang Balap Liar Di Nagari Tanjung”. Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh fenomena perilaku menyimpang balap liar yang terjadi ada remaja di Nagari Tanjung Kecamatan Koto VII Sijunjung. Permasalahan yang terjadi karena remaja yang memiliki pemikiran yang maladaptif yaitu pola pikir tidak baik sehingga menimbulkan perilaku yang bersifat negatif yaitu balap liar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana keefektifan konseling dengan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam mengurangi perilaku menyimpang remaja di Nagari Tanjung sebelum dan sesudah perlakuan.

Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif *pre-experimental design* dengan pendekatan *one group pretest-posttest* terhadap perilaku menyimpang balap liar pada remaja. Subjek pada penelitian ini berjumlah 13 orang remaja. Teknik pengambilan subjek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan menggunakan angket perilaku menyimpang balap liar dengan uji analisis menggunakan *wiloxon signed rank test*.

Hasil penelitian ini yaitu 1) hasil skor rata-rata nilai *pretest* berada pada kategori rendah dan sangat rendah. 2) hasil skor rata-rata nilai *posttest* berada pada kategori sangat tinggi. 3) Setelah diberikan perlakuan dengan teknik *Cognitive behavior Therapy* (CBT), hasil *pretest* yang awalnya pada kategori rendah dan sangat rendah berubah menjadi kategori sangat tinggi. 4) Teknik CBT efektif dalam mengubah pemikiran maladaptif menjadi adaptif sehingga dapat berkontribusi dalam menurunkan perilaku balap liar pada remaja.

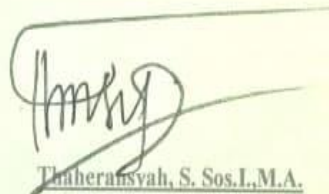
Kata Kunci: *Cognitive Behavior Therapy*, Perilaku Menyimpang, Balap Liar Remaja.

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "*Efektivitas Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja Dalam Mengurangi Perilaku Menyimpang Balap liar Di Nagari Tanjung*" yang ditulis oleh oleh Hayatul Ulfa, NIM 21060003. Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan pada sidang Munaqasyah.

Padang, 12 Agustus 2025

Pembimbing Pertama



Thaheransyah, S. Sos.I., M.A.
NIDN. 1016028702

Pembimbing Kedua



Fadil Maisseptian, S. Sos.I., M.Pd.
NIDN. 1007099101

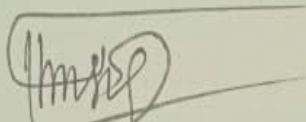
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja Dalam Mengurangi Perilaku Menyimpang Balap Liar Di Nagari Tanjung” ditulis oleh Hayatul Ulfa, NIM. 21060003, Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, telah diperbaiki sesuai dengan saran tim penguji munaqasyah yang dilaksanakan pada 29 Agustus 2025.

Padang, 10 September 2025

Tim Penguji Sidang Munaqasyah

Ketua

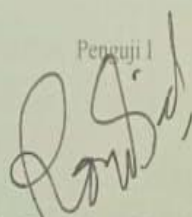

Thaheranyah, S.Sos.I, M.A
NIDN. 1016028702

Sekretaris

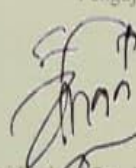

Fadil Maisenthan, S.Sos.I, M.Pd
NIDN. 1007099101

Anggota

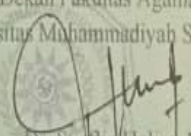
Penguji I


Dr. Rosdjalena, S.Sos.I, MA
NIDN. 1027058303

Penguji II


Anggi Fitriani, S.Sos. M.Pd
NIDN.

Diketahui oleh
Dekan Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat


Dr. Syahlin Halim, M.A
NIDN. 1026048305

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja Dalam Mengurangi Perilaku Menyimpang Balap Liar Di Nagari Tanjung” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmiah yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau klaim dari pihak lain terhadap kesalahan karya saya ini.

Padang, 12 Agustus 2025
Saya yang menyatakan,




Havatul Ulfa
NIM. 21060003

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan rahmat yang sebesar-besarnya sehingga penulis bisa menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Untuk Meningkatkan Pemahaman Remaja dalam Mengurangi Perilaku Menyimpang Balap Liar di Nagari Tanjung” dengan baik dan sesuai dengan prosedur. Semoga kita selalu dalam lindungannya dan selalu beribadah kepadanya. Shalawat dan salam untuk junjungan umat Nabi Muhammad SAW.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis tidak luput dari keadaan senang dan susah. Demi mengejar gelar Sarjana Sosial dibelakang nama, penulis berusaha menyelesaikan dengan tekad yang kuat, keinginan yang tinggi, harapan yang sangat besar, dan kesabaran yang tidak ada habisnya. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Bapak Dr. Riki Saputra, M.A, yang telah memberikan fasilitas pendidikan yang lengkap dalam proses perkuliahan.
2. Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Bapak Dr. Syaflin Halim, M.A, yang bertugas memimpin Fakultas Agama Islam, penyelenggara pendidikan, serta memberikan izin penelitian.
3. Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Ustadzah Dr. Rosdialena, S.Sos.I.,MA, yang telah mendidik, memberikan bimbingan, memberikan motivasi untuk menyemangati penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ustadz Thaheransyah, S.Sos.I.,M.A, sebagai pembimbing akademik 1 yang telah bermurah hati meluangkan waktu, tenaga, pikiran dalam membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

5. Ustadz Fadil Maisiptian, S.Sos.I.,M.Pd, sebagai pembimbing 2 yang telah bermurah hati dalam meluangkan waktu, tenaga, pikiran, memberikan motivasi sehingga menjadi penguat bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ustadz Jasman S.Sos.I.,M.A., Ustadzah Rosdialena S.Sos.I.,MA, Ustadzah Anggi Fitria, S. Sos.,M.Pd, dan Ustadz Iqbal Nuari, S.Sos.,M.Pd, serta terimakasih banyak penulis ucapkan kepada Almarhumah Ustadzah Erna Dewita, S.Sos.I.,M.A, sebagai dosen yang mengajar penulis dalam perkuliahan, sebagai konselor yang baik, tempat mengadu yang baik bagi penulis. Terimakasih kepada para dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu pengetahuan selama di perguruan tinggi ini.
7. Terimakasih banyak kepada Ayah tercinta Bapak Erdimal, yang bersusah payah menafkahi dengan keringat dibawah terik matahari, mencukupi, memberikan yang terbaik untuk anaknya, mengajarkan arti ketulusan, kesabaran, yang membuktikan bahwa seorang ayah yang tidak tamat SD bisa menyekolahkan anaknya ke jenjang Perguruan Tinggi.
8. Terimakasih banyak kepada Ibu tersayang Salma Rida, yang telah mengorbankan banyak hal untuk anaknya, memberikan didikan yang baik, memberikan doa yang tidak pernah putus, dan mengharapkan anaknya tidak merasakan kepahitan yang pernah ia rasakan.
9. Terimakasih kepada kedua saudara penulis, Yori Akmal Junaidi sebagai kakak laki-laki, yang telah berkorban memberikan rezeki, mencukupi kebutuhan selama proses perkuliahan, motivasi serta semangat yang diberikan. Terimakasih kepada Aisyah Atta Ramadhani, yang selalu menjadi penyemangat dalam mencapai gelar S1 ini.
10. Terimakasih kepada Wali Nagari Tanjung, Bapak Defrizal, S.St.Par, yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di Nagari tanjung.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

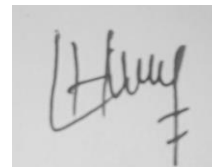
Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

11. Terimakasih kepada teman-teman Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam yang sama-sama menyemangati dalam menyelesaikan perkuliahan dan mengejar gelar dengan baik.
12. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, tak lupa syukur Alhamdulillah karena telah sampai pada tahap ini. Walaupun tidak berjalan dengan mulus, tapi setiap kesulitan pasti ada jalan keluarnya. Skripsi selesai tidak berarti perjalanan berakhir, ini awal dari perjalanan panjang. Semoga segala impianku segera terwujud, bukan hanya untuk diri sendiri, tapi untuk mama, papa, adik dan abang. Semoga kelak saya bisa mewujudkan keinginan kalian Aamiin Aamiin ya Rabbal Alamin.

Penulis menyadari penulisan dalam skripsi ini jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap skripsi ini dapat berguna bagi penulis dan juga orang lain. Semoga bantuan, bimbingan dan dukungan dari semua bisa menjadi amal shaleh serta dibalas dengan pahala yang berlipat ganda oleh Allah SWT.

Padang, 12 Agustus 2025

Penulis



Hayatul Ulfa

NIM. 21060003

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Batasan Masalah	12
D. Tujuan Penelitian	13
E. Manfaat Penelitian	13
F. Definisi Operasional.....	14
G. Sistematika Penulisan	16
BAB II LANDASAN TEORI	18
A. Perilaku Menyimpang Remaja	18
1. Pengertian Perilaku Menyimpang Remaja	18
2. Ciri-ciri Perilaku Menyimpang	21
3. Bentuk-bentuk Perilaku Menyimpang.....	23
4. Faktor-faktor Penyebab Perilaku Menyimpang	27
5. Dampak dari Perilaku Menyimpang.....	28
6. Aspek-aspek Perilaku Menyimpang Remaja	30
B. Balap Liar	31
1. Pengertian Balap Liar	31
2. Faktor Penyebab Balap Liar	33
3. Karakteristik Pelaku Balap Liar	34

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

C. Cognitive Behavior Therapy	34
1. Pengertian <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	34
2. Tujuan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	36
3. Prinsip <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	37
4. Kelebihan dan Kekurangan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	40
5. Tahapan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	41
D. Penelitian Relevan	41
E. Kerangka Konseptual	43
F. Hipotesis	44
BAB III METODELOGI PENELITIAN	46
A. Jenis Penelitian	46
B. Tempat dan Waktu Penelitian	47
C. Subjek Penelitian	47
D. Teknik Pengumpulan Data	49
E. Teknik Analisis Data	56
F. Pelaksanaan Penelitian	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	61
A. Deskripsi Data Penelitian	61
B. Pembahasan	66
BAB V Penutup	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	94

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sampel Yang Akan Dinilai Untuk Jadi Subjek	48
Tabel 2. Skala Likert	50
Tabel 3. Kategori Penilaian	51
Tabel 4. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	51
Tabel 5. Hasil Uji Validitas	54
Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas	56
Tabel 7. Hasil <i>Pretest</i> Pemahaman Perilaku Menyimpang Balap liar	62
Tabel 8. Hasil <i>Posttest</i>	63
Tabel 9. Perbedaan Skor <i>Pretest-Posttest</i>	64
Tabel 10. Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	65

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian	104
Lampiran 2. Materi Tentang Perilaku Menyimpang Balap Liar.....	110
Lampiran 3. Hasil <i>pretest</i>	114
Lampiran 4. Hasil <i>posttest</i>	114
Lampiran 5. Hasil uji <i>wilcoxon</i> dan reliabilitas	114
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	115
Lampiran 7. Mengantar Surat Izin Penelitian	116

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Remaja adalah periode transisi ketika seseorang bergerak dari fase anak-anak menuju kedewasaan. Usia ini biasanya berada pada kisaran 13 sampai 18 tahun. Pada tahap tersebut, mereka tidak dapat lagi disebut anak-anak, tetapi juga belum sepenuhnya matang sebagai orang dewasa. Masa remaja ditandai dengan pencarian identitas diri serta pola hidup yang cocok, yang kerap ditempuh melalui proses mencoba berbagai hal, meskipun sering kali disertai kesalahan dalam perjalanannya (Zulkifli dkk., 2022).

Anak yang telah memasuki usia sekitar 12 hingga 13 tahun biasanya mulai dianggap berada pada tahap remaja awal, sedangkan fase remaja akhir umumnya berlangsung hingga usia 21 atau 22 tahun. Periode ini dikenal sebagai masa penuh perubahan dan dinamika. Pada fase tersebut, remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang besar serta dorongan untuk mencoba berbagai hal baru. Eksplorasi tersebut akan bernilai positif bila diarahkan ke hal yang baik, tetapi bisa menjadi masalah apabila mengarah pada perilaku negatif (Zaini, 2013).

Fase remaja kerap dipandang sebagai masa penuh tantangan, tidak hanya bagi individu yang menjalaninya, tetapi juga bagi orang tua, lingkungan sekitar, bahkan aparat penegak hukum. Hal ini muncul karena remaja berada pada tahap peralihan dari dunia kanak-kanak menuju kedewasaan. Dengan demikian, periode ini sering juga disebut sebagai masa negativistik ketiga (Hardiyanto & Romadhona, 2018).

Masa remaja sering digambarkan sebagai fase pemberontakan. Ketika memasuki pubertas, remaja kerap memperlihatkan gejala emosional, menjaga jarak dari keluarga, serta menghadapi berbagai persoalan, baik di rumah, sekolah, lingkungan sekitar, maupun dalam pergaulan. Saat ini, kondisi tersebut tampak dari semakin banyaknya remaja yang terlibat dalam perilaku menyimpang (Shidiq & Raharjo, 2018).

Remaja yang sering bergul dengan teman sebayanya cenderung merasakan ikatan kuat dengan kelompoknya, sehingga perilaku kelompok sangat memengaruhi dirinya. Pada tahap ini, mereka biasanya kurang kurang memperhatikan aturan dan norma masyarakat secara umum, karena lebih memilih untuk menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku di lingkungannya. Akibatnya, norma sosial yang seharusnya dijunjung seringkali diabaikan. Masa remaja sendiri merupakan periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang kerap menimbulkan kebingungan. Kondisi ini bisa memicu konflik internal, sehingga muncul perilaku yang canggung, tidak wajar, dan apabila tidak diarahkan dapat berkembang menjadi kenakalan (Afrita & Yusri, 2023).

Dalam kehidupan remaja, perilaku menyimpang sering kali ditemukan sebagai salah satu bentuk dinamika perkembangan sosial. Fenomena ini umumnya muncul akibat adanya proses interaksi yang tidak sejalan dengan nilai maupun norma yang berlaku. Remaja termasuk kelompok yang rawan terlibat dalam perilaku menyimpang, sebab mereka sedang berada pada fase pencarian identitas diri serta menjalani transisi dari masa remaja menuju kedewasaan, yang ditandai dengan karakteristik perkembangan khas.

Perilaku menyimpang pada remaja kini merupakan bagian dari permasalahan sosial yang cukup signifikan di Indonesia, karena muncul dalam berbagai bentuk dan menimbulkan kekhawatiran di masyarakat. Beberapa bentuk perilaku tersebut bahkan tidak lagi dapat dikategorikan sebagai kenakalan remaja semata, melainkan sudah masuk pada ranah pelanggaran hukum hingga memerlukan perhatian serius (Hardiyanto & Romadhona, 2018).

Perilaku menyimpang pada remaja dapat dipahami sebagai kenakalan remaja, yakni perilaku yang tidak sesuai dengan norma, aturan, maupun hukum yang diterapkan dalam kehidupan bermasyarakat, ketika individu berada pada usia remaja, yakni peralihan saat menuju dewasa. Dalam kajian masalah sosial, kenakalan remaja termasuk dalam bentuk perilaku menyimpang. Dari perspektif sosiologis, masalah sosial muncul akibat adanya penyimpangan perilaku terhadap aturan, nilai dan norma yang berlaku. Penyimpangan itu dapat diartikan sebagai perilaku individu maupun kelompok dengan kesadaran penuh ataupun tidak, kurang menyesuaikan diri dengan aturan yang diakui dalam kehidupan sosial (Mantiri, 2014).

Perilaku menyimpang (*deviant behavior*) dipahami sebagai setiap bentuk tindakan yang tidak sejalan dengan aturan sosial yang diterapkan di masyarakat. Istilah tersebut merujuk pada perbuatan yang dikerjakan oleh seseorang maupun kelompok, baik secara sadar maupun tanpa disadari, yang melanggar aturan serta kesepakatan sosial. Jika perilaku tersebut menimbulkan korban, maka dapat digolongkan sebagai tindak kejahatan, pelanggaran, atau kenakalan. Sebaliknya, apabila tidak menimbulkan korban selain pelakunya sendiri, maka hal tersebut

disebut penyimpangan dengan dampak utama terhadap diri individu (Hisyam, 2018).

Menurut Clinard dan Meier, perilaku menyimpang dapat dijelaskan melalui empat sudut pandang yang berbeda. Pertama, sudut pandang statistik yang mengartikan perilaku menyimpang sebagai tindakan yang menyimpang dari rata-rata, jarang terjadi, dan tidak umum dilakukan. Kedua, perspektif absolut yang menegaskan bahwa peraturan mendasar dalam suatu masyarakat bersifat jelas, sehingga anggotanya harus sepakat mengenai perilaku mana yang dianggap menyimpang dan mana yang tidak. Ketiga, pendekatan reaktif yang menekankan pada respon masyarakat atau aparat pengendal sosial terhadap tindakan individu. Keempat, perspektif normatif yang memandang penyimpangan sebagai bentuk pelanggaran terhadap norma sosial yang berlaku (Zulkhairi dkk., 2019).

Pada dasarnya, perilaku menyimpang bisa dipahami selaku tindakan yang tidak sejalan dengan ketentuan normatif maupun dengan ekspektasi sosial yang berlaku di lingkungan masyarakat. Bentuk penyimpangan sendiri dibedakan menjadi dua macam, yaitu penyimpangan primer dan sekunder. Penyimpangan primer bersifat sementara, tidak dilakukan secara berulang, serta masih dapat ditoleransi oleh masyarakat, misalnya melanggar lalu lintas atau membuang sampah sembarangan. Sementara itu, penyimpangan sekunder merupakan perilaku yang dianggap serius dan sulit diterima masyarakat, seperti pergaulan bebas, perampokan, penggunaan narkoba, maupun balap liar (Su,ud, 2011).

Ayat al-Qur'an yang membahas tentang perilaku menyimpang terdapat dalam surah Asy-Syu'ara (26) ayat : 151-152

وَلَا تُطِيعُوا أَمْرَ الْمُسْرِفِينَ ۝١٥١

الَّذِينَ يُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ وَلَا يُصْلِحُونَ ۝١٥٢

Artinya: *“Dan janganlah kamu menaati peraturan orang-orang yang melampaui batas (yaitu) orang-orang yang membuat kerusakan di muka bumi dan tidak mengadakan perbaikan”.*

Makna ayat ini yaitu Allah memperingatkan terhadap bahaya mengikuti perilaku yang menyimpang yang dapat merusak tatanan hidup baik di tataran keluarga maupun di tataran masyarakat (Mawardi, 2005).

Perilaku menyimpang pada remaja, seperti balap liar, menjadi salah satu permasalahan sosial yang menimbulkan keresahan di berbagai wilayah. Aktivitas ini kerap dilakukan remaja sebagai bentuk pencarian jati diri maupun pelarian, yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan kurang kondusif, keinginan untuk menunjukkan keberanian, serta dorongan dari teman sebaya yang memperkuat kecenderungan berisiko tersebut. Fenomena balap liar tidak terbatas membahayakan keselamatan pelakunya, melainkan juga berdampak pada perkembangan psikologis remaja serta mengganggu ketertiban dan tatanan sosial.

Fenomena balap liar sering kali disertai dengan tindakan kriminal lain, seperti perkelahian, pembegalan, dan pelanggaran lalu lintas, sehingga menimbulkan keresahan di tengah masyarakat. Sebagian besar pelaku balap liar adalah remaja, yaitu individu yang berada pada rentang usia belasan tahun. Masa

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

remaja sendiri dipahami sebagai periode transisi dari tahap akhir anak-anak menuju awal kedewasaan, yang umumnya dimulai sekitar usia 10-12 tahun dan berakhir pada kisaran 18-21 tahun (Suharyanti & Sutrisni, 2020).

Menurut Kartini Kartono, balap motor liar di jalan umum yang mengganggu lalu lintas dan mengancam keselamatan diri sendiri maupun orang lain dapat digolongkan sebagai perilaku nakal. Biasanya, remaja yang melakukan hal tersebut belum memiliki kesadaran sosial dan moral yang baik. Hal ini disebabkan karena perkembangan ego dan super-ego belum terbentuk secara utuh, sehingga mereka lebih mengikuti dorongan naluri dasar. Kondisi mental yang lemah membuat emosi dan keinginannya sulit dikendalikan, lalu tampak dalam tindakan yang berlebihan (Wicaksono, 2023).

Fenomena balap liar ini ditemukan pada kalangan remaja Nagari Tanjung, Kecamatan Koto VII, Kabupaten Sijunjung. Banyak remaja memilih waktu tengah malam untuk melakukan balapan liar karena jalanan lebih kosong, dimana sekelompok anak muda menggunakan sepeda motor untuk melakukan adu kecepatan di jalan umum tanpa izin resmi dari pihak yang berwenang. Aktivitas tersebut tidak hanya menyalahi hukum berkendara, tetapi juga menimbulkan ancaman serius bagi keamanan diri sendiri maupun pengguna jalan lainnya.

Di Indonesia, praktik balap liar dapat dikenai sanksi pidana sebagaimana Pasal 115 huruf b yang menegaskan bahwa “*pengemudi kendaraan bermotor di larang berbalapan dengan kendaraan yang lain*”. Selain itu, Pasal 297 Undang-Undang Nomor 22 tahun 2009 tentang lalu lintas dan angkutan jalan yang berbunyi “*setiap orang yang mengemudikan kendaraan bermotor berbalapan*

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

sebagaimana dimaksud pada pasal 115 huruf b dijatuhi pidana maksimal satu tahun dan maksimal denda tiga juta rupiah, ini belum termasuk pidana akibat kegaduhan yang merugikan orang lain” (Suharyanti, 2020).

Dengan adanya aktivitas balap liar yang dilakukan oleh remaja di Nagari Tanjung, Wali Nagari Tanjung menindak lanjuti kegiatan balap liar yang dilakukan oleh sekelompok remaja tersebut. Wali Nagari Tanjung langsung melaporkan hal tersebut ke pihak berwajib untuk dilakukan razia karena tidak ada yang menaati peraturan yang berlaku yang telah dibuat sebelumnya.

Pada bulan Februari 2025, Kepolisian Resor Sijunjung langsung terjun kelokasi yang telah dijelaskan dalam laporan sebelumnya untuk melaksanakan razia bagi remaja yang melakukan balap liar. Pada saat razia berlangsung, terdapat remaja (AR) dan (D) akan melakukan balap liar di jalan lurus Taruko menggunakan motor yang kenalpunya sudah dimodifikasi sebelumnya. Kepolisian Resor Sijunjung langsung menghentikan aktivitas tersebut dan mengamankan kendaraan yang hendak dipakai untuk ajang balap liar.

Dengan adanya razia yang dilakukan oleh Kepolisian Resor Sijunjung tersebut, para remaja sudah tidak lagi melakukan aktivitas balap liar pada sore hari. Tetapi, hal tersebut hanya berlangsung hingga beberapa saat saja. Para remaja tetap melakukan aktivitas balap liar pada malam hari saat masyarakat sedang beristirahat. Hal tersebut sering terjadi pada malam minggu dan sampai sekarang masih ada remaja yang melakukan aktivitas balap liar di Nagari Tanjung.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

Balap liar merupakan salah satu bentuk kegiatan yang banyak diminati oleh remaja saat ini, baik balap resmi yang dilakukan di sirkuit resmi maupun balap liar yang banyak dilakukan di jalan raya menimbulkan keresahan di tengah masyarakat. Kegiatan ini bermula dari kebiasaan sekelompok remaja pada malam minggu, yang kemudian berujung pada kegiatan balap liar yang dilakukan pada tengah malam di jalan raya. (Paujiah Dkk., 2022).

Tindakan balap liar yang dilakukan di jalan umum merupakan bentuk perilaku yang sangat mengganggu kenyamanan pengguna jalan serta masyarakat yang tinggal di sekitar lokasi balapan. Umumnya, pelaku dari kegiatan ini adalah remaja atau anak di bawah umur. Aktivitas balap motor liar sangat berbahaya karena biasanya dilakukan tanpa standar keselamatan yang layak, misalnya tidak menggunakan helm, jaket, sarung tangan, maupun perlengkapan kendaraan seperti spion, lampu, dan kondisi mesin yang sesuai. Selain menimbulkan ancaman keselamatan, kebut-kebutan di jalan rata juga berpotensi menimbulkan kemacetan yang menghambat arus lalu lintas. Tidak jarang pula, balapan liar ini berakhir pada kecelakaan yang menyebabkan korban luka-luka bahkan sampai kehilangan nyawa (Zulfan dkk., 2023).

Seperti yang dialami oleh (GR), yang mengalami kecelakaan akibat dari aktivitas balap liar yang dilakukan bersama teman-temannya. (GR) melakukan balap liar tanpa menggunakan helm dan perlengkapan lainnya. Dalam kecelakaan tersebut, (GR) mengalami patah tulang paha yang mengakibatkan dia tidak bisa berjalan dan tidak bisa pergi ke sekolah selama satu semester. Akan tetapi, hal tersebut tidak menimbulkan efek jera bagi (GR). Setelah bisa beraktivitas seperti

semula, (GR) mengendarai motornya dengan kebut-kebutan tanpa memikirkan keselamatan pengendara lain dan juga keselamatan dirinya sendiri. Masalah balap liar hingga kini masih terus berlangsung, salah satunya dipengaruhi oleh minimnya kegiatan positif bagi remaja di lingkungan sekitar, kurangnya pemahaman tentang alap liar, serta kurang optimalnya pembinaan melalui nilai-nilai keagamaan pada diri mereka.

Berdasarkan observasi yang dilakukan terhadap beberapa remaja di Nagari Tanjung, penyebab mereka melakukan aksi balap liar sangatlah beragam. Fator-faktor yang menjadi penyebab remaja melakukan balap liar tersebut antara lain yang pertama, yaitu faktor lingkungan. Jika ditinjau dari faktor lingkungan, sebagian besar anak-anak tumbuh dalam kondisi pergaulan yang kurang sehat. Ketika mereka berinteraksi dengan teman sebaya yang terbiasa melakukan perilaku menyimpang, maka kemungkinan besar mereka juga akan terdorong untuk menirukan hal yang sama. Kedua, yaitu fakto taruhan (judi), ketiga, faktor teknonologi yang memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku anak zaman sekarang ini. Dan keempat, faktor keluarga yang mana para remaja yang sering merasa terabaikan oleh keluarganya akan mudah mempengaruhi anak apabila anak tidak dibekali pertahanan dan kontrol diri oleh orang tuanya (Yulia, 2014).

Beberapa faktor yang memicu munculnya perilaku menyimpang pada remaja antara lain minimnya pengawasan dari orang tua. Kondisi ini membuat anak merasa leluasa melakukan berbagai aktivitas di luar rumah. Selain itu, masih banyak orang tua yang belum menyadari bahwa anaknya terlibat dalam perilaku

menyimpang. Mereka cenderung hanya memberikan kepercayaan penuh kepada anak tanpa diimbangi dengan pengawasan yang memadai, sehingga anak merasa bebas bertindak dan akhirnya terjerumus pada perilaku yang tidak sesuai (Hardiyanto & Romadhona, 2018).

Penelitian ini berfokus pada faktor-faktor apa saja yang menjadi penyebab aktivitas perilaku menyimpang balap liar pada remaja, bagaimana pemahaman remaja tentang balap liar, apa peran orang tua dan masyarakat terhadap remaja di Nagari Tanjung, bagaimana cara mengatasi perilaku menyimpang balap liar remaja, apa tindakan yang dapat dilakukan untuk mengurangi aktivitas perilaku menyimpang balap liar pada remaja. Topik ini layak dijadikan objek penelitian karena melihat dari dampak perilaku menyimpang remaja di Nagari tanjung, dan melalui penelitian ini, penulis dapat memahami faktor-faktor yang memicu terjadinya perilaku menyimpang pada remaja, pencegahan dan intervensi dini, mengurangi dampak negatif, meningkatkan peran orang tua dan masyarakat terhadap remaja, dan pendekatan terarah yang dilakukan.

Dengan adanya permasalahan tersebut, maka penulis mengemukakan teknik yang dapat mengurangi perilaku menyimpang balap liar pada remaja yaitu dengan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Alasan penulis memilih konseling CBT adalah karena pendekatan ini menitikberatkan pada hubungan antara pikiran dan perilaku. Remaja kerap mengalami kesulitan dalam memahami pola pikirnya sendiri, sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap perilaku yang muncul, baik dalam bentuk positif maupun negatif, tergantung pada kemampuan pengendalian diri. Terapi kognitif perilaku sendiri merupakan metode yang

berusaha melakukan perubahan melalui penyesuaian cara berpikir, keyakinan, maupun sikap individu. Pendekatan ini disadari oleh adanya keterkaitan antara rangsangan (stimulus), proses kognitif (pikiran), serta respon yang terus berlangsung dan akhirnya mempengaruhi pola pikir serta perilaku seseorang (Magfirah & Sari, 2024).

Cognitive Behavior Therapy (CBT) merupakan salah satu metode terapi psikologis yang menitikberatkan pada hubungan antara pikiran, emosi, dan tindakan individu. Tujuan utamanya adalah mengenali serta mengubah pola pikir dan perilaku yang dianggap tidak adaptif atau kurang efektif. Melalui proses ini, individu dapat belajar menata kembali cara berpikir, merasakan, dan bertindak, sehingga mampu meningkatkan kesalahan mental maupun kesejahteraan fisik mereka (Atika dkk., 2024).

Jadi, berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya, untuk meningkatkan pemahaman dan mengurangi perilaku menyimpang balap liar pada remaja di Nagari Tanjung tersebut yaitu dengan menggunakan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), yang mana CBT merupakan teori yang digunakan untuk merancang psikoterapi terstruktur, jangka pendek, dan berorientasi pada masa kini, yang diarahkan untuk pemecahan masalah dan memodifikasi pemikiran dan perilaku disfungsi. Terapi ini digunakan untuk menghasilkan perubahan kognitif untuk menghasilkan perubahan emosional dan perilaku yang baik (Beck, 2011).

Menurut Aaron T Beck (1996) *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) merupakan pendekatan layanan konseling yang dibuat untuk membantu konseli

mengatasi masalah yang dihadapi melalui restrukturisasi kognitif dan perilaku menyimpang. CBT merupakan sebuah terapi yang menitikberatkan pada pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan diri sendiri baik secara fisik maupun psikis (Zulkifli dkk., 2022).

Cognitive Behavior Therapy (CBT) berusaha untuk menstrukturisasi perilaku kognitif, membantu membentuk pikiran yang lebih positif sehingga membentuk perilaku yang positif pula. Pendekatan CBT digunakan karena melihat perilaku menyimpang yang terjadi yang dapat memunculkan pikiran negatif seperti melakukan kontak fisik sebagai pelampiasan, berpikir bahwa jagoan itu pintar dalam balapan, berfikir bahwa yang tidak takut adalah menantang dan seterusnya. CBT sendiri berusaha untuk merestrukturisasi kognitif agar menghasilkan perilaku yang baik dan bisa diterima di lingkungan masyarakat (Wibowo dkk., 2024).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) untuk meningkatkan pemahaman remaja dalam mengurangi perilaku menyimpang balap liar di Nagari Tanjung.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun, fokus utama dalam penelitian ini adalah apakah *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dapat meningkatkan pemahaman remaja dalam mengurangi perilaku menyimpang balap liar di Nagari Tanjung?

D. Tujuan

Berdasarkan batasan masalah tersebut, maka tujuan dari penelitian ini yaitu : Untuk mengetahui sejauh mana keefektifan konseling CBT dalam meningkatkan pemahaman remaja dalam mengurangi perilaku menyimpang balap liar di Nagari Tanjung sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penulis berharap hasil dari penelitian ini digunakan sebagai upaya meningkatkan pemahaman remaja dalam mengurangi perilaku menyimpang balap liar, dengan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *cognitive behavior therapy*.

1. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Agar tidak melakukan aktivitas perilaku menyimpang balap liar, dan mengetahui dampak dari perilaku menyimpang balap liar yang dilakukan.

b. Bagi Orang Tua

Agar lebih memberikan pengawasan, pengetahuan dan pemahaman kepada anak agar tidak melakukan perilaku menyimpang.

c. Bagi Konselor

Dapat digunakan untuk merancang program konseling yang lebih efektif dan berbasis bukti, dengan memahami konteks perilaku menyimpang balap liar pada remaja.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

d. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan, memberikan pengalaman yang besar, agar dapat memberikan pemahaman tentang perilaku menyimpang balap liar pada remaja melalui layanan konseling dengan teknik *cognitive behavior therapy*.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui variabel yang akan dibahas dalam penelitian ini agar tidak terjadi kesalahpahaman pembaca dalam memahami setiap konsep dalam penelitian ini yang berjudul Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) untuk meningkatkan pemahaman remaja dalam mengurangi perilaku menyimpang balap liar di Nagari Tanjung.

1. Perilaku Menyimpang Remaja

Menurut Clinard dan Meier, perilaku menyimpang dapat dipahami melalui empat perspektif yang berbeda. Pertama, dari sudut pandang statistikal, perilaku menyimpang dimaknai sebagai tindakan yang menyipang dari rata-rata atau jarang terjadi dalam masyarakat. Kedua, dalam perspektif absolut, penyimpangan dipandang sebagai pelanggaran terhadap aturan-aturan mendasar yang sudah disepakati bersama oleh anggota masyarakat. Ketiga, melalui pendekatan reaktif, penyimpangan diartikan berdasarkan respon masyarakat atau aparat pengendali sosial terhadap perilaku tertentu. Keempat, dalam pandangan normatif, perilaku menyimpang dianggap sebagai bentuk pelanggaran terhadap norma sosial yang berlaku (Zulkhairi dkk., 2019).



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

Kartono menjelaskan bahwa penyimpangan priaku remaja, yang sering disebut kenakalan remaja, merupakan tindakan yang melanggar norma, aturan, ataupun hukum yang berlaku di masyarakat, dan biasanya dilakukan pada masa remaja, yaitu periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Dalam kajian masalah sosial, kenakalan remaja termasuk dalam kategori perilaku menyimpang. Dari sudut pandang perilaku menyimpang, masalah sosial muncul ketika seseorang melanggar nilai serta aturan sosial yang berlaku. Penyimpangan dapat dipahami sebagai perilaku individu maupun kelompok yang secara sadar atau tidak, tidak menyesuaikan diri dengan norma yang telah disepakati dalam masyarakat (Mantiri, 2014).

2. Balap Liar

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), balap liar diartikan sebagai adu kecepatan, sedangkan kata “liar” bermakna tidak tertib atau tidak teratur. Secara umum, balap motor liar dapat dipahami sebagai aktivitas adu cepat kendaraan bermotor yang berlangsung tanpa izin resmi, dilakukan secara tidak teratur, serta sering dilakukan secara tersembunyi agar terjaring oleh aparat penegak hukum (Rahadayanto, 2014).

Balap liar adalah aktivitas adu kecepatan kendaraan, baik motor maupun mobil, yang dilaksanakan di jalan umum. Kegiatan ini tidak berlangsung di sirkuit resmi, melainkan menggunakan jalan raya sebagai arena. Praktik balap liar biasanya dilakukan di berbagai tempat publik, seperti jalan raya, area parkir stadion, atau lokasi lain yang dianggap memungkinkan untuk dijadikan ajang adu cepat (F. Hidayat, 2023).

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

3. Cognitive Behavior Therapy

Menurut Aaron T Beck (1964) *cognitive behavior therapy* (CBT) merupakan pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli yang dialami dengan melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku menyimpang. CBT merupakan sebuah terapi yang menitikberatkan pada pembenahan kognitif yang menyimpan akibat kejadian yang merugikan diri sendiri baik secara fisik maupun psikis. (Zulkifli dkk., 2022).

G. Sistematika Penulisan

BAB I : Bagian pendahuluan berisi uraian mengenai latar belakang, perumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat yang ingin dicapai, definisi operasional, serta sistematika penulisan.

BAB II : Landasan Teori, membahas tinjauan umum tentang teori permasalahan yang ditemukan, mencakup pengertian perilaku menyimpang remaja, pengertian teknik *cognitive behavior therapy*, tujuan dari konseling kelompok dengan teknik tersebut, pengertian perilaku menyimpang remaja, ciri-ciri perilaku menyimpang, pengertian perilaku menyimpang balap liar, faktor-faktor penyebab perilaku menyimpang balap liar remaja, serta karakteristik dari perilaku menyimpang balap liar remaja.

BAB III : Metode Penelitian mencakup jenis penelitian, tempat dan waktu penelitian, subjek yang diteliti, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, dan pelaksanaan penelitian.

BAB IV : Hasil dan pembahasan meliputi, deskripsi data penelitian, hasil pelaksanaan penelitian, pengujian hipotesis, dan pembahasan.

BAB V : Penutup meliputi, kesimpulan dan saran.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.