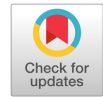




## Pendampingan Bimbingan Klasikal dalam Membangun Batasan Diri Remaja di Darul Asnaf Majelis Agama Islam Negeri Sembilan Malaysia



Filda Alifiatul Farahiyah\*<sup>1</sup>, Nova Defita<sup>2</sup>, Windi Nabilah Febriani<sup>3</sup>, Siti Nursahara Binti Fadly<sup>4</sup>, Zaen Musyrifin<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

\* Corresponding Author: [fildaalifaaa@gmail.com](mailto:fildaalifaaa@gmail.com)

### Abstract

*This community service program aims to enhance adolescents' understanding and ability to build self-boundaries as a preventive effort against risky social behavior. The program was implemented through classical guidance sessions at Darul Asnaf, Majelis Agama Islam Negeri Sembilan, Malaysia, involving adolescents as the primary participants. The method employed was an interactive seminar approach combined with discussions and question-and-answer sessions. The materials covered self-boundaries, types of personal boundaries, healthy relationships, and awareness of love and the risks of promiscuity. The results indicate that classical guidance effectively improved participants' understanding of the importance of self-boundaries and encouraged adolescents to express their needs and refuse inappropriate behaviors. In addition, participants showed high enthusiasm throughout the sessions, as reflected in their active participation in discussions and their ability to respond to questions related to the material presented. This program contributes to strengthening adolescents' character, particularly in self-control and healthy decision-making in social interactions. Therefore, classical guidance can serve as an effective preventive strategy to reduce risky behaviors and support the development of responsible and well-adjusted adolescents.*

**Keywords:**  
classical guidance; self-boundaries; adolescents; risky behavior; community service.

### Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan remaja dalam membangun batasan diri (self boundaries) sebagai upaya pencegahan pergaulan bebas. Program ini dilaksanakan melalui bimbingan klasikal di Darul Asnaf Majelis Agama Islam Negeri Sembilan, Malaysia, yang melibatkan remaja sebagai peserta utama. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan seminar interaktif yang disertai diskusi dan tanya jawab, dengan materi meliputi konsep batasan diri, jenis-jenis batasan diri, relasi yang sehat, serta pemahaman tentang cinta dan risiko pergaulan bebas. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa bimbingan klasikal mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya batasan diri, serta mendorong keberanian remaja dalam mengekspresikan kebutuhan dan menolak perilaku yang tidak sesuai. Selain itu, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan, yang ditandai dengan partisipasi aktif dalam diskusi dan kemampuan menjawab pertanyaan terkait materi yang disampaikan. Kegiatan ini memberikan kontribusi dalam penguatan karakter

**Kata Kunci:**  
bimbingan klasikal; batasan diri; remaja; pergaulan bebas; pengabdian masyarakat.

remaja, khususnya dalam aspek pengendalian diri dan pengambilan keputusan yang sehat dalam pergaulan. Oleh karena itu, bimbingan klasikal dapat menjadi strategi preventif yang efektif dalam mengurangi risiko pergaulan bebas serta mendukung perkembangan remaja yang lebih positif dan bertanggung jawab.

## Pendahuluan

Masa remaja yaitu masa seorang individu mengalami banyak perkembangan dan pertumbuhan untuk mencari identitas dan jati dirinya. Berbagai perubahan akan muncul baik dari sisi psikologis, fisik (pubertas) dan sosial lingkungan. Masa remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju masa dewasa. Dalam masa peralihan tersebut akan terjadi banyak perbedaan antara kebutuhan dan keinginan dari kemampuan penyesuaian diri remaja terhadap lingkungan tempat hidupnya dan tumbuh berkembang sebagai seorang pribadi manusia dan makhluk sosial. Masa transisi ini merupakan masa yang kritis bagi remaja, disaat muncul keinginan untuk lepas mandiri dari ketergantungan orang tua, rasa ingin tahu yang berlebihan dan mulai rentan terhadap perilaku beresiko.

Dalam kehidupan manusia, masa remaja merupakan masa eksplorasi seksual. Perkembangan hasrat seksual remaja menimbulkan perasaan terhadap ketertarikan remaja terhadap lawan jenisnya (Papathanasiou & Lahana, 2007). Seksualitas adalah bagian dari perkembangan fisik alami umat manusia dan merupakan bagian integral dari setiap individu. Perilaku seksual mendorong seorang remaja untuk membentuk hubungan yang memberikan rasa aman secara emosional dan kepuasan tersendiri. Hal ini merupakan kekuatan yang mempengaruhi pikiran, emosi, kepekaan terhadap pilihan, kesehatan fisik dan mental bagi seorang individu.

Pergaulan bebas di kalangan remaja dewasa ini semakin mengkhawatirkan. Remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani mengambil resiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan matang. Pergaulan bebas penting dipahami, terutama untuk generasi muda. Berdasarkan hasil temuan resmi, kini usia anak pacaran semakin muda dibanding 10 tahun yang lalu. Parahnya, perilaku pacaran anak sekarang semakin agresif, sudah mengarah berhubungan seks. Perilaku seks bebas remaja tersebar hampir merata di kota dan di desa dengan ekonomi kaya dan miskin. Para remaja putri tersebut mengaku melakukan hubungan seks pranikah tanpa menggunakan alat kontrasepsi.

Pergaulan bebas bisa memberi dampak buruk bagi pertumbuhan anak dan remaja. Tak hanya untuk anak, pergaulan bebas juga bisa merugikan orang-orang di sekitarnya, dan sering dikaitkan dengan kenakalan remaja. Perilaku pergaulan bebas sering tidak terkontrol dan bisa

menjerumuskan anak ke berbagai hal negatif. Pengertian pergaulan bebas berhubungan dengan faktor lingkungan sekitar. Remaja merupakan generasi penerus yang akan membangun bangsa yang lebih baik dan mempunyai pemikiran jauh ke depan dan dapat menguntungkan diri sendiri, keluarga, dan lingkungan sekitar. Maka dari itu remaja tersebut harus mendapatkan perhatian yang lebih, baik oleh dirinya sendiri, keluarga, dan lingkungan sekitar.

Dari persoalan diatas, sangat penting bagi remaja untuk membangun Personal boundaries atau batasan diri. Personal boundaries adalah batasan diri sendiri terhadap orang-orang atau lingkungan di sekitar. Batasan ini perlu diciptakan agar Anda bisa hidup dengan nyaman. Memiliki self boundaries juga akan membuat Anda memiliki ruang untuk diri sendiri karena Anda dapat menyampaikan kebutuhan dan keinginan sendiri tanpa banyak terpengaruh dari luar. Personal boundaries tidak hanya tentang membangun batasan dengan pacar, tapi juga bisa dibuat untuk teman, rekan, kerja, dan keluarga.

## Metode Penelitian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Darul Asnaf Majelis Agama Islam Negeri Sembilan, Malaysia, dengan menggunakan pendekatan partisipatif melalui layanan bimbingan klasikal. Sasaran kegiatan adalah remaja yang tinggal di lingkungan asrama sebagai kelompok rentan terhadap pengaruh pergaulan bebas. Tahap awal kegiatan dilakukan melalui observasi dan identifikasi kebutuhan peserta untuk mengetahui tingkat pemahaman serta permasalahan yang dihadapi terkait batasan diri dan perilaku sosial. Pendekatan ini bertujuan untuk merancang materi dan strategi penyampaian yang sesuai dengan karakteristik peserta.

Program pengabdian diimplementasikan dalam bentuk bimbingan klasikal melalui metode seminar interaktif yang disertai diskusi dan tanya jawab. Materi yang disampaikan meliputi konsep batasan diri (self boundaries), jenis-jenis batasan diri, relasi yang sehat, serta pemahaman tentang cinta dan risiko pergaulan bebas. Kegiatan dilaksanakan secara terstruktur melalui tahapan pembukaan, penyampaian materi, diskusi interaktif, serta evaluasi pemahaman peserta. Keberhasilan program diukur melalui partisipasi aktif peserta, peningkatan pemahaman terhadap materi, serta kemampuan remaja dalam mengidentifikasi dan menerapkan batasan diri dalam kehidupan sehari-hari.

## Hasil dan Pembahasan

### Penyelenggaraan Bimbingan Klasikal

Kegiatan bimbingan klasikal merupakan salah satu program bimbingan konseling yang dirancang untuk menyampaikan materi kepada konseli dengan berbasis kelas. Bimbingan klasikal dilaksanakan pada tanggal 7 Oktober 2023 yang bertempat di asrama Darul Asnaf, Malaysia. Jumlah siswa yang mengikuti kegiatan bimbingan klasikal ini sebanyak 30 siswa.

Tujuan dari dilaksanakannya bimbingan klasikal ini yaitu untuk memberikan pengetahuan tentang pentingnya membangun batasan diri sebagai upaya pengendalian pergaulan bebas yang tengah menjamur di lingkungan asrama. Dengan ini, diharapkan dapat membantu siswa dalam membangun batasan diri dengan lingkungan agar siswa mampu mengendalikan diri dari pergaulan bebas.

Untuk menunjang kegiatan bimbingan klasikal sebagai upaya pengendalian pergaulan bebas yang terjadi di lingkungan asrama tentunya menggunakan pemateri untuk menyampaikan materi. Dalam kegiatan tersebut, pemateri bimbingan klasikal yaitu mahasiswa uin sunan kalijaga yang sedang melaksanakan PPL di Majlis Agama Islam Negeri Sembilan, Malaysia.

### Rangkaian Hasil Kegiatan

Bimbingan klasikal yang dibawakan oleh Tim PPL UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Bimbingan klasikal dimulai dengan beberapa materi diantaranya pengertian batasan diri, Jenis-jenis batasan diri, kemudian dilanjutkan dengan pembahasan mengenai pengertian relasi, macam macam kekerasan dalam hubungan, perbedaan antara relasi yang sehat dan tidak sehat, lalu dilanjutkan dengan pembahasan mengenai pengertian cinta, unsur cinta dan sifat-sifat cinta. Kegiatan berlangsung dengan lancar dan para siswa memperhatikan dengan baik apa yang disampaikan oleh pemateri. Di akhir sesi, ada sesi tanya jawab serta diskusi mengenai materi yang telah diberikan.

Dalam sesi tanya jawab para siswa terlihat sangat antusias dalam mengajukan pertanyaan seputar materi yang telah disampaikan. Dari hal tersebut maka dapat dilihat bahwa penyampaian materi yang telah dilakukan, mendapatkan respon yang baik. Selain itu pemateri juga memberikan pertanyaan kepada siswa. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa para siswa telah memahami materi. Dan hasil menunjukkan bahwa siswa dapat menjawab pertanyaan dengan baik dan benar.



*Gambar 1. Pemberian Permainan Batasan Diri*



*Gambar 2. Partisipan Bimbingan Klasikal*



*Gambar 3. Pemberian Materi*

## Materi Kegiatan

### a. Batasan Diri

Batasan diri adalah batasan wajar yang kita tentukan sendiri dalam berinteraksi dan berkomunikasi satu sama lain dalam lingkungan sosial. Salah satu tanda seseorang memiliki pengendalian diri yang ideal adalah orang tersebut berani dan terbuka mengungkapkan apa yang membuat dirinya nyaman dan tidak nyaman saat berinteraksi dengan orang lain, misalnya berani mengatakan “tidak” pada sesuatu yang membuat kita tidak nyaman atau dirugikan. Perlu sobat ketahui juga bahwa keterbatasan diri seringkali dipengaruhi oleh norma dan budaya suatu daerah, hal ini juga menyebabkan kita memiliki perilaku dan sikap yang berbeda dalam berkomunikasi dengan orang lain. Salah satu contoh pembatasan diri adalah kamu berani menolak ajakan temanmu untuk pergi ke bioskop, karena kamu harus membantu orang tuamu di rumah.

#### 1) Jenis-Jenis Batasan Diri

##### a) Batasan Diri Tertutup

Perilaku dan sikap yang cenderung tertutup ketika berinteraksi dengan orang lain, seperti merasa enggan untuk meminta bantuan seseorang, tidak terbuka mengenai informasi pribadi, tidak mudah menceritakan masalah pribadi kepada orang lain, dan sulit menjalin hubungan dekat dengan orang lain.

##### b) Batasan Diri Terbuka

Perilaku dan sikap yang cenderung terbuka (longgar) dalam berinteraksi dengan orang lain, seperti sulit menolak (mengatakan tidak) ketika ada permintaan dari orang lain meskipun merasa tidak nyaman, sangat membutuhkan kehadiran orang lain dalam hidupnya, sangat terbuka dalam menceritakan kisah hidupnya, dan terlalu mengalah ketika menerima perlakuan buruk.

##### c) Batasan Diri Ideal

Perilaku dan sikap asertif ketika berinteraksi dengan orang lain, seperti berani mengungkapkan perasaannya terhadap perlakuan orang lain terhadap dirinya, berani menolak bila merasa tersinggung, berani mengungkapkan pujian dan penghargaan kepada seseorang yang menurutnya berprestasi, dan memahami orang lain. situasi dan tidak memaksakan kehendak pribadi.

Secara umum, tidak ada seorang pun yang hanya memiliki satu jenis pembatasan diri, kebanyakan orang memiliki semua jenis pembatasan diri di atas untuk merespons situasi yang berbeda atau bergantung pada orang yang berkomunikasi dengannya.

## b. Relasi

Relasi adalah hubungan antara seorang individu dengan individu lain yang melibatkan aspek sosial, psikologis, dan emosional. Relasi berlaku untuk siapa saja:

- 1) Keluarga, orang-orang terdekat yang sangat erat hubungannya dengan kehidupan kita, Hubungan yang sehat dalam keluarga penting untuk dijaga karena di dalam lingkungan keluarga terbentuklah karakter, perilaku dan sikap individu.
- 2) Teman, orang-orang yang ada di sekitar kita, teman tersebut dapat berubah seiring berjalannya waktu sesuai dengan perkembangan kehidupan manusia, misalnya saja ketika berpindah sekolah, lingkungan kerja, dan lingkungan masyarakat.
- 3) Sahabat, yaitu seorang atau beberapa sahabat yang hubungannya semakin erat karena adanya rasa saling mendukung, percaya dan saling peduli untuk saling membantu. Seringkali persahabatan akan bertahan lebih lama dari sekedar persahabatan karena mereka terikat secara emosional satu sama lain.
- 4) Pacar, seseorang yang dipilih untuk mengungkapkan perasaan romantis, ikatan dan hubungan yang dibangun dalam hubungan ini melibatkan ketertarikan emosional dan seksual.
- 5) Guru, tokoh masyarakat, dan tenaga kesehatan adalah orang-orang yang berperan membantu masyarakat secara menyeluruh dalam hal pendidikan, kesehatan, dan kebutuhan sosial lainnya, dalam hal ini hubungan dan hubungan yang terjadi satu sama lain dalam hubungan sosial dan kekeluargaan.

Tips menjaga relasi dengan saling menghormati dan bermartabat:

- 1) Saling peduli dan percaya satu sama lain.
- 2) Saling menghargai perbedaan dan keterbatasan serta tidak memaksakan kehendak.
- 3) Saling membantu, mendukung dan saling memberi kesempatan untuk menjadi lebih baik.
- 4) Berani berkata "tidak" jika merasa terpaksa dan risih dengan permintaan orang sekitar kita.

Bagi kamu yang sudah memutuskan untuk pacaran, berhati-hatilah, tanpa disadari kamu bisa menjadi korban atau pelaku kekerasan dalam pacaran. Apa saja yang termasuk dalam kategori kekerasan dalam pacaran?

- 1) Kekerasan verbal adalah kekerasan yang dilakukan melalui kata-kata kasar yang bertujuan menyakiti pasangan, misalnya mengumpat, menghina, dan membicarakan hal-hal negatif tentang pasangan di belakang Anda.
- 2) Kekerasan psikis dan emosional meliputi sikap mengejek, curiga, selalu menyalahkan, mengekang atau membatasi aktivitas dan pergaulan, melarang kita menegur dan menyapa orang lain.
- 3) Kekerasan fisik meliputi memukul, menendang, mencabut rambut, menampar, meninju, melempar benda, membawa seseorang ke tempat yang membahayakan keselamatan pasangannya.

Karena hubungan menghubungkan satu individu dengan individu lainnya, sehingga ada beberapa hubungan yang sehat dan ada pula hubungan yang tidak sehat, di mana hubungan Anda sekarang? Sehat atau tidak sehat?

- 1) Hubungan yang tidak sehat:
  - a) Hubungan berdasarkan rasa saling curiga dan tidak percaya
  - b) Hubungan yang bertujuan untuk saling menjatuhkan dan persaingan tidak sehat
  - c) Mempertanyakan perbedaan dan tidak menerima keberagaman
  - d) Saling menjatuhkan
- 2) Hubungan yang sehat:
  - a) Sebuah hubungan berdasarkan kepercayaan
  - b) Hubungan berdasarkan kepedulian dan saling membantu
  - c) Hubungan yang saling menerima perbedaan dan menghargai keterbatasan masing-masing
  - d) Hubungan yang saling mendukung dan tidak saling menyakiti
  - e) Hubungan yang menjaga kehormatan dan martabat satu sama lain

### c. Cinta

Hakikat cinta di abad 21 mungkin berbeda dengan abad sebelumnya. Ungkapan cinta dapat digunakan untuk mengungkapkan perasaan sebagai berikut:

1. Perasaan terhadap keluarga
2. Perasaan terhadap teman atau persahabatan
3. Perasaan romantis atau disebut juga percintaan
4. Perasaan yang hanya berupa kemauan, hasrat, nafsu, atau cinta
5. Perasaan tentang atau terhadap diri sendiri, disebut narsisme
6. Perasaan terhadap konsep tertentu
7. Perasaan terhadap negara atau patriotisme

Beberapa unsur yang selalu hadir dalam cinta:

1. Kasih sayang: menghormati orang lain.
2. Altruisme: tidak mementingkan diri sendiri terhadap orang lain (yang tidak dimiliki banyak orang).
3. Reciprocity: cinta yang saling menguntungkan (tidak saling memanfaatkan).
4. Komitmen : keinginan untuk mempertahankan cinta, tekad yang kuat dalam hubungan.
5. Tingkat emosional: berbagi emosi dan perasaan.
6. Keekerabatan : ikatan kekeluargaan.
7. Excitement : hasrat atau nafsu seksual yang cenderung menjadi bergairah.
8. Tingkat fisik: berbagi kehidupan yang erat satu sama lain secara fisik, termasuk hubungan seksual.
9. Kepentingan pribadi: cinta yang mengharapkan imbalan pribadi, cenderung egois dan ada keinginan memanfaatkan pasangan
10. Pelayanan : keinginan untuk membantu atau melayani

## Penutup

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Darul Asnaf Majelis Agama Islam Negeri Sembilan, Malaysia, dapat disimpulkan bahwa bimbingan klasikal merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai pentingnya membangun batasan diri sebagai upaya pengendalian pergaulan bebas. Melalui penyampaian materi yang interaktif dan kontekstual, peserta mampu memahami konsep self boundaries, mengenali relasi yang sehat, serta menyadari risiko perilaku pergaulan bebas yang dapat berdampak negatif bagi perkembangan diri mereka.

Selain itu, kegiatan ini juga menunjukkan adanya peningkatan partisipasi aktif, keberanian dalam mengemukakan pendapat, serta kemampuan remaja dalam mengidentifikasi dan menerapkan batasan diri dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, bimbingan klasikal dapat dijadikan sebagai strategi preventif yang efektif dalam pembinaan remaja, khususnya dalam membentuk karakter, pengendalian diri, dan pengambilan keputusan yang sehat. Program ini direkomendasikan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan peran keluarga dan lingkungan sebagai pendukung utama dalam perkembangan remaja yang lebih positif dan bertanggung jawab.

## Daftar Pustaka

- Amir, A. A., Fitri, R., & Zulyusri, Z. (2022). Persepsi Mengenai Pendidikan Seksual Pada Remaja: A Literature Review. *Khazanah Pendidikan*, 16(2), 111-116.
- Ningsi, A., Nurfadillah, N., Vebruani, N., & Ramadani, A. R. (2021). SEX EDUCATION TERHADAP BAHAYA SEX BEBAS PADA REMAJA "WE ARE MILLENIALS GENERATION, SAY NO TO FREE SEX" DI SMPN 21 MAKASSAR. *Media Implementasi Riset Kesehatan*, 2(1).
- Rofii, A., Herdiawan, R. D., Nurhidayat, E., Fakhrudin, A., Sudirno, D., & Nahdi, D. S. (2021). Penyuluhan Tentang Bahaya Pergaulan Bebas Dan Bijak Bermedia Sosial. *Bernas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(4), 825-832.