



PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE

PROSIDING SARASEHAN KONSELOR & CALL FOR PAPER "Penguatan Keilmuan Konseling Islam Sebagai Solusi Ketahanan Keluarga Muslim"

Penerapan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa Dalam Mengatasi Konflik Dengan Orang Tua di SMA Negeri 12 Makassar Nur Hidayatulla D, Muh Ilham Bakhtiar, Dan Abdul Wahid	1 - 16
Pentingnya Komunikasi Terhadap Keluarga Untuk Menjaga Harmonisasi Dan Terbentuknya Karakter Yang Berkualitas Dan Berakhlak Silmi Qurota Ayun	17 - 24
Filsafat Eksistensial Khudi Dalam Konseling Islam Ulfah	25 - 46
<i>Psychological Well-Being</i> Mahasiswa Pondok Pesantren Al-Musawwa Surakarta Khasanah	47- 57
<i>Ta'zir</i> Sebagai Upaya Menangani Perilaku Delikueni Remaja Pant Triyono dan Anang Syahrir Shidiq	58 - 74
Strategi Dakwah Radio Dalam Menghadapi Tantangan Pada Era Pandemi Samrah	75 - 80
Psikoedukasi untuk Peningkatan Pengetahuan Mahasiswa Tentang Anak Berbakat (<i>Gifted</i>) Novita Maulidya Jalal	81 - 91
<i>Self-Management</i> Meningkatkan Kontrol Diri Remaja Awal Dari Perilaku Negatif Astinah	92 - 110
Penerimaan Diri Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai Novita Maulidya Jalal, Miftah Idris, Dian Novita Siswanti dan Muhammad Daud	111 - 123
Dampak Pola Asuh <i>Long Distance Marriage</i> Terhadap Psikologis Anak Anggita Hardianti, Tania Salsabila, dan Siti Nafisa	124 - 135
Pola Asuh Demokratis Orang tua dalam Perkembangan Sosial Anak Nur Afiah dan Sukria	136 - 147
Resiliensi Ibu Yang Mendampingi Anak Disabilitas Intelektual Rukiana Novianti Putri dan Andi Tri Supratno Musrah	146 - 162
Memulihkan Luka (<i>Inner Child</i>) Dengan Konseling Individu Media Auto Audiobiografi di SMPN 3 Leuwiliang Bogor Cahyu Astriwi	163 - 188
Efektifitas Konseling <i>Online</i> Bagi Siswa di Masa Pandemi Covid 19 Novita Maulidya Jalal	189 - 202

P R O S I D I N G
SARASEHAN KONSELOR & CALL FOR PAPER

**“Penguatan Keilmuan Konseling Islam
Sebagai Solusi Ketahanan Keluarga Muslim”**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
05 Maret 2022**

Sarasehan Konselor & Call for Paper Bimbingan Dan Konseling Islam 2022

PENGUATAN KEILMUAN KONSELING ISLAM SEBAGAI SOLUSI KETAHANAN KELUARGA MUSLIM

Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Panitia Pelaksana

Penanggung Jawab : Muhammad Haramain, M.Sos.I
Ketua Panitia : Adnan Achiruddin Saleh, M.Si
Sekretaris : Emilia Mustary, M.Psi
Anggota : Nur Afiah, M.A.
Astinah, M.Psi
Ulfah, M.Pd
Nurul Fajriani, M.Si

Editor

Muhammad Haramain, M.Sos.I
Astinah, M.Psi

Reviewer

Adnan Achiruddin Saleh, M.Si.
Nur Afiah, M.A.
Nurul Fajriani, M.Si

Desain Sampul

Ulfah M.Pd

Penata Letak

Emilia Mustary, M.Ps

Diterbitkan oleh:
IAIN Parepare Press
Jln. Amal Bakti, No.7 Soreang, Kota Parepare Sulawesi Selatan
Kontak: 0421 21307

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji dan syukur kami haturkan kepada Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga kami segenap penanggung jawab dan panitia pelaksanaan dapat diberikan kemudahan dalam menyelesaikan kegiatan Sarasehan Konselor & Call for Paper “*Penguatan Keilmuan Konseling Islam sebagai Solusi Ketahanan Keluarga Muslim*” Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang membawa kita kedunia yang berperadaban.

Bimbingan dan konseling merupakan hubungan profesional yang memberdayakan keberagaman individu, keluarga, dan kelompok untuk mencapai kesehatan mental, kesehatan, pendidikan, dan tujuan karir. Proses ini dapat membantu individu untuk mengatasi hambatan-hambatan perkembangan diri dan untuk mencapai perkembangan kemampuan pribadi yang dimilikinya secara optimal.

Dalam pandangan Islam, proses bimbingan konseling akan membantu seseorang mengambil keputusan dan menyusun rencana guna melaksanakan keputusan tersebut. Dengan kompetensi tersebut ia bertindak atau berbuat sesuatu yang konstruktif sesuai dengan perilaku yang didasarkan atas ajaran Islam. Peranan konselor Islam menunjukkan posisi strategis dalam menunjukkan jalan kebaikan kepada individu atau masyarakat.

Bimbingan dan konseling Islam memiliki peranan strategis dalam pencapaian insan kamil atau manusia yang paripurna. Manusia yang bisa mejadi hamba sekaligus menjadi khalifah. Dalam pandangan Bugis, konselor Islam bisa mengantarkan individu pada posisi *tau tongeng*. Manusia yang bisa berperilaku benar dan menunjukkan kebenaran kepada orang lain.

Di sisi lain, perkembangan teknologi informasi saat ini tentunya sangat berpengaruh terhadap pembentukan perilaku manusia. Hal ini bisa dijadikan sebagai peluang oleh konselor Islam agar mampu hadir pada ruang-ruang teknologi. Bimbingan dan konseling Islam yang berkonsep *face to face* secara konvensional bertambah ranahnya secara digital.

Dua paradigma posisi dan kondisi perkembangan teknologi ini menjadi tantangan bagi konselor Islam. Peran strategis bisa memengaruhi perilaku masyarakat (klien) melalui bantuan teknologi. Kehadiran konselor Islam di tengah beragam tantangan sosial membantu pencapaian tujuan konseling Islam.

Paparan singkat di atas menunjukkan arti penting sarasehan konselor dalam mengembangkan keilmuan konseling. Perkembangan keilmuan dan teknologi adalah dua keniscayaan yang memerlukan kejelian dalam meningkatkan kompetensi dan ikut berkontribusi pada setiap proses perkembangan tersebut.

Pada akhirnya penguatan keilmuan bimbingan konseling Islam akan mengatarkan pada ketahanan keluarga muslim. Komunitas keluarga muslim mendukung terbentuknya generasi yang tangguh dalam menghadapi tantangan.

Semoga dengan berbagai ulasan tulisan dalam e-prosiding ini cukup mampu membantu dalam upaya preventif dan kuratif terhadap berbagai permasalahan yang dialami oleh keluarga muslim khususnya dan keluarga pada umumnya.

Oleh karenanya, kami mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang telah bersedia terlibat dalam kegiatan ini dan mendapatkan keberkahan dari Allah SWT. Aamiin.

Parepare, 21 Maret 2022

Dr. Abd. Halim K, M.A

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
 BAB I: PSIKOLOGI KELUARGA	
1. Penerapan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa Dalam Mengatasi Konflik dengan Orang Tua di Sma Negeri 12 Makassar	1-16
<i>Nurhidayatullah D, Muh Ilham Bakhtiar, dan Abdul Wahid</i>	
2. Pentingnya Komunikasi Terhadap Keluarga Untuk Menjaga Harmonisasi Dan Terbentuknya Karakter Yang Berkualitas Dan Berakhlak	17-24
<i>Silmi Qurota Ayun</i>	
 BAB II: PSIKOLOGI ISLAM	
1. Filsafat Eksistensial Khudi Dalam Konseling Islam	25-46
<i>Ulfah</i>	
2. <i>Psychological Well-Being</i> Mahasiswa Pondok Pesantren Al-Musawwa Surakarta	47-57
<i>Khasanah</i>	
3. <i>Ta'zir</i> Sebagai Upaya Menangani Perilaku Delikueni Remaja Panti	58-74
<i>Triyono dan Anang Syahrir Shidiq</i>	
 BAB III: PENYULUHAN ISLAM	
1. Strategi Dakwah Radio Dalam Menghadapi Tantangan Pada Era Pandemi	75-80
<i>Samrah</i>	
2. Psikoedukasi Untuk Peningkatan Pengetahuan Mahasiswa Tentang Anak Berbakat (<i>Gifted</i>)	81-91
<i>Novita Maulidya Jalal</i>	

BAB IV: PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

- 1. *Self-Management* Meningkatkan Kontrol Diri Remaja Awal Dari Perilaku Negatif** 92-110
Astinah
- 2. Penerimaan Diri Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai** 111-123
Novita Maulidya Jalal, Miftah Idris, Dian Novita Siswanti dan Muhammad Daud

BAB V: PENGASUHAN ANAK

- 1. Dampak Pola Asuh Long Distance Marriage Terhadap Psikologis Anak** 124-135
Anggita Hardianti, Tania Salsabila, dan Siti Nafisa
- 2. Pola Asuh Demokratis Orang Tua dalam Perkembangan Sosial Anak** 136-147
Nur Afiah dan Sukria
- 3. Resiliensi Ibu Yang Mendampingi Anak Disabilitas Intelektual** 148-162
Rukiana Novianti Putri dan Andi Tri Supratno Musrah

BAB VI: KONSELING ANAK DAN REMAJA

- 1. Memulihkan Luka (Inner Child) Dengan Konseling Individu Media Auto Audiobiografi di SMPN 3 Leuwiliang Bogor** 163-190
Cahyu Astriwi
- 2. Efektivitas Konseling Online Bagi Siswa di Masa Pandemi Covid 19** 191-204
Novita Maulidya Jalal

BAB I PSIKOLOGI KELUARGA

PENERAPAN TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN SISWA DALAM MENGATASI KONFLIK DENGAN ORANGTUA DI SMA NEGERI 12 MAKASSAR

Nurhidayatullah D¹, Muh Ilham Bakhtiar², Abdul Wahid³

1,2,3 Bimbingan dan Konseling, STKIP Andi Matappa

*Email: yayalibra1510@gmail.com

ABSTRACT

Implementation Of Psycodrama Techniques To Improve Students' Ability In Overcoming Conflict With Parents At SMA Negeri 12 Makassar. The formulation of the problem in this research are: (1) What is the description of the level of students' ability in dealing with conflicts with parents at SMA Negeri 12 Makassar? (2) Can the application of psychodrama techniques improve students' abilities in overcoming conflicts with parents at SMA Negeri 12 Makassar?. The research objectives are to find out: (1) the description of the level of students' ability in overcoming conflicts with parents at SMA Negeri 12 Makassar, (2) The application of psychodrama techniques can improve students' abilities in dealing with conflicts with parents at SMA Negeri 12 Makassar. This research uses a quantitative approach, the type of research is pre-experimental. The research population is 10 students of class X SMA Negeri 12 Makassar. Research sample 10 through withdrawal, Saturated Sampling. Collecting data using questionnaires and observations. Data analysis is descriptive statistical analysis and non-parametric inferential statistical analysis, namely the Wilcoxon Signed Ranks Test. The results showed that: (1) The level of ability of students in overcoming conflicts with parents at SMA Negeri 12 Makassar was generally in the moderate category (2) Psychodrama techniques could improve students' abilities in dealing

with conflicts with parents at SMA Negeri 12 Makassar.

Keywords: *Psycodrama Techniques, Conflict*

PENDAHULUAN

Konflik merupakan suatu hal yang sering dialami oleh individu dan kelompok. Dalam sejarah kehidupan manusia konflik merupakan bagian dari kehidupan yang tidak pernah terpisahkan. Menurut Swanstrom dan Weissmann (Harmaini dkk, 2016) konflik adalah perbedaan persepsi terhadap suatu isu oleh dua orang atau kelompok pada waktu yang sama. Hal inilah yang sering terjadi pada remaja dan orangtua. Perbedaan persepsi remaja dan orangtua akan sesuatu hal yang berbeda dapat memicu timbulnya konflik. Seperti halnya menurut Soetopo & Supriyanto (Zulkarnain, 2013) bahwa konflik itu merupakan suatu keadaan dari seseorang atau sekelompok orang dalam suatu sistem sosial yang memiliki perbedaan dalam memandang suatu hal. Konflik dapat membuat hubungan remaja dan orangtua menjadi tidak baik. Hubungan keluarga yang tidak baik akan mempengaruhi perkembangan identitas remaja (Santrock, 2013). Konflik menjadi tidak sehat jika dihindari atau ditangani dengan menang atau kalah (hanya satu pihak yang menang). Situasi balas dendam akan berkembang, komunikasi macet, rasa saling percaya dan sikap saling mendukung berkurang. Sehingga berakibat terjadi permusuhan, timbul kecenderungan membela pihak tertentu, produktivitas berkurang atau bahkan lenyap sama sekali (Zulkarnain, 2013). Seperti yang dikemukakan oleh Santrock (2013) bahwa:

“Gaya asuh yang membatasi dan menghukum di mana hanya ada sedikit percakapan antara orangtua dan anak; menghasilkan anak yang tidak kompeten secara sosial. Mereka cenderung cemas menghadapi situasi sosial, tidak bisa membuat inisiatif untuk beraktivitas dan keahlian komunikasinya buruk.”

Sehubungan dengan hal tersebut, maka pelayanan bimbingan dan konseling serta peran guru BK sangat diperlukan untuk mengatasi masalah tentang konflik remaja dan orangtua. Seperti yang telah dikatakan Baron dan Byrne (Hamaini, 2016) bahwa secara alami sifat dasar konflik meliputi empat tahap yaitu (1) konflik merupakan pertentangan dari kedua belah pihak baik individu ataupun kelompok, (2) kedua belah pihak menyadari pertentangan tersebut, (3) masing-masing pihak percaya bahwa pihak lain akan melakukan intervensi kepentingan mereka, dan (4) satu atau dua belah pihak akan mengambil tindak intervensi.

Berdasarkan survei awal pada tanggal 1 Agustus 2017 yaitu mengadakan wawancara langsung dengan guru BK di SMA Negeri 9 Makassar tentang konflik siswa dan orangtuanya, maka diperoleh informasi bahwa ada beberapa siswa SMA Negeri 9 Makassar yang sedang mengalami masalah dengan orangtuanya, seperti siswa yang merasa terkekang oleh orangtuanya hingga membuat siswa tersebut tidak betah berada di rumah dan hanya pulang ke rumah ketika malam hari. Ada pula orangtua siswa yang datang ke sekolah mencari anaknya karena sudah beberapa hari tidak pulang ke rumah. Serta ada siswa yang tidak pernah lagi ke sekolah karena sedang marah kepada orangtuanya.

Fenomena konflik remaja dan orangtua sudah sering terjadi di beberapa sekolah. Hal ini dapat membuat siswa tidak dapat menjalankan tugas-tugas perkembangannya dengan baik, sehingga akan menjadikan remaja cenderung berperilaku agresif di lingkungan sosialnya seperti memukul, mengejek, mengancam, mengeluarkan kata-kata kasar, serta tidak sopan. Seperti yang dikemukakan Omrod (2010) bahwa anak-anak yang pada usia belia tidak memiliki kelekatan erat dengan orangtua atau individu lain dapat berkembang menjadi individu yang tidak dewasa, manja, tidak populer, dan rentan terhadap perilaku disruptif atau agresif pada fase-fase perkembangan selanjutnya. Siswa yang memiliki konflik dengan orangtua pun cenderung melakukan pergaulan

bebas seperti merokok, menggunakan narkoba, melakukan seks bebas, dan sebagainya.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan pemberian layanan konseling kelompok penerapan teknik psikodrama. Teknik psikodrama merupakan teknik yang digunakan untuk membantu konseli dalam mengatasi masalah-masalah pribadi dengan cara menggunakan permainan peran, drama, atau terapi tindakan. Lewat cara-cara itu konseli dibantu untuk mengungkapkan perasaan tentang konflik, kemarahan, agresi, perasaan bersalah dan kesedihan, dengan kata lain teknik psikodrama merupakan teknik bermain peran guna memecahkan masalah psikis yang di alami oleh individu dan dituangkan dalam bentuk permainan peran dengan menggunakan metode drama. Dengan demikian siswa yang kurang mampu mengatasi konflik dengan orangtuanya hingga mengganggu psikisnya serta meimbulkan pikiran-pikiran negatif, kini lebih mampu diminimalisir dan mengubah pikiran-pikiran negatif siswa menjadi pikiran positif untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtuanya. Sehingga konflik yang terjadi antara siswa dan orangtua dapat terselesaikan dan tidak lagi dapat mengganggu psikis sang anak. Jadi konseli dapat kembali menjalankan tugas-tugas perkembangan identitasnya dengan baik.

Tujuan penelitian ini Bagaimana gambaran tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar dan Apakah penerapan teknik psikodrama dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar?

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dan jenis penelitiannya *Pre-Experimental Design*, yang akan mengkaji penerapan teknik psikodrama untuk meningkatkan kemampuan

siswa dalam mengatasi konflik remaja dan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar. Penelitian ini bermaksud untuk mengkaji dua variable, yaitu penerapan teknik psikodrama sebagai variable bebas (X) atau yang mempengaruhi (independen), dan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik remaja dan orangtua sebagai variable terikat (Y) atau yang dipengaruhi (dependen).

Rancangan *Pre-Experimental* yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design* yaitu eksperimen yang dilaksanakan satu kelompok dengan mengukur seberapa besar peningkatan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik remaja dan orangtua yang terjadi sebelum dan setelah diterapkan teknik psikodrama pada kelompok tersebut. Desain ini dilakukan dengan membandingkan hasil *pretest* dengan hasil *posttest*.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 12 Makassar yang teridentifikasi memiliki konflik dengan orangtua. Sesuai dengan hasil ini dapat teridentifikasi dengan melalui pemberian kuesioner/angket didapatkan populasi dalam penelitian ini sebanyak 10 orang yang tersebar dari 3 kelas. Oleh sebab itu dikarenakan populasi pada penelitian ini tidak terlalu besar, maka peneliti menetapkan populasi sebanyak 10 orang sebagai sampel. Adapun teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan sampling jenuh/sampel total.

Teknik pengumpulan data sangat dibutuhkan dalam penelitian sebab dapat menentukan keberhasilan suatu penelitian. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpulan data yang cukup valid yang digunakan Kuisisioner (angket) dan observasi. Analisis data penelitian dimaksudkan untuk menganalisis data hasil angket penelitian berkaitan dengan tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua, teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* (Z).

KAJIAN TEORI

Definisi konflik sangat kompleks dan beragam, tergantung bagaimana tempat dan persepsi terhadap konflik tersebut. Menurut Harmaini dkk (2016) bahwa konflik diartikan sebagai persepsi terhadap kepentingan berbeda. Lebih lanjut konflik adalah perbedaan persepsi terhadap suatu isu oleh dua orang atau kelompok pada waktu yang sama. Soetopo & Supriyanto (Zulkarnain, 2013) mendefinisikan konflik itu sebagai suatu keadaan dari seseorang atau sekelompok orang dalam suatu sistem sosial yang memiliki perbedaan dalam memandang suatu hal dan diwujudkan dalam perilaku yang tidak atau kurang sejalan dengan pihak lain yang terlibat di dalamnya ketika mencapai tujuan tertentu.

Harmaini dkk (2016) mengemukakan sebab-sebab munculnya konflik terbagi menjadi empat hal yaitu:

1. Individu. Individu merupakan salah satu penyebab munculnya konflik. Individu yang dimaksudkan yaitu meliputi faktor biologis dan kepribadian. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu tipe A (terburu-buru, mudah marah) lebih mudah berkonflik”.
2. Situasi Sosial. Ada beberapa situasi sosial yang berpotensi menimbulkan konflik, yaitu (a) **kompetensi**, yaitu persaingan yang melibatkan dua atau lebih individu atau kelompok dalam meraih suatu tujuan. (b) **dilema sosial**, yaitu situasi di mana setiap orang dapat meningkatkan perolehan individual dengan bertindak sendiri, tetapi jika semua orang melakukannya, hasil akhir yang diterima semua orang akan berkurang.
3. Faktor Sosial. Menurut Baron dan Byrne (Harmaini, 2016) faktor sosial lebih sering memunculkan konflik yang terdiri dari: *Pertama*, atribusi yang salah kepada perilaku lain. *Kedua*, komunikasi yang salah. *Ketiga*, perbedaan dalam mempresepsikan diri sendiri sebagai objek dan realitas dibandingkan sebenarnya.

4. Materi. Materi meliputi segala sesuatu yang memiliki nilai berharga dan menjadi daya tarik yang kuat bagi individu dan kelompok. Tidak jarang konflik yang terjadi di muka bumi ini karena bersaing memperoleh dan mengamankan materi.

Berdasarkan penjelasan tentang faktor penyebab munculnya konflik remaja dan orangtua di atas maka dapat disimpulkan bahwa dari faktor tersebut akan muncul suatu permasalahan, dari permasalahan tersebutlah yang akan menimbulkan konflik. Berikut masalah yang dapat memicu timbulnya konflik remaja dan orangtua, yaitu:

1. Bidang Pribadi. Pada bidang ini, masalah yang muncul merupakan masalah yang menyangkut pribadi/diri siswa. Seperti: dilarang pacaran, gaya berpakaian, pola hidup, peraturan jam keluar rumah, dan sebagainya.
2. Bidang Sosial. Pada bidang ini, masalah yang muncul merupakan masalah yang menyangkut sosial atau lingkungan siswa. Seperti: pemilihan teman bergaul atau teman sebaya, pemilihan lingkungan bermain, cara bersosialisasi, dan lain-lain.
3. Bidang Belajar. Pada bidang ini, masalah yang muncul merupakan masalah yang menyangkut dengan proses atau hasil belajar siswa. Seperti: tuntutan untuk memiliki hasil belajar yang memuaskan dan tuntutan jam belajar harus lebih banyak, tuntutan harus memiliki peringkat/juara kelas, dan sebagainya.
4. Bidang Karir. Pada bidang ini, masalah yang muncul merupakan masalah yang menyangkut karir siswa atau perencanaan masa depan siswa. Seperti: pemilihan sekolah, pemilihan jurusan, penentuan melanjutkan sekolah atau tidak, dan lain-lain.

Sunarty (2015) mengemukakan bahwa dampak dari bentuk komunikasi orangtua yang menggunakan komunikasi buntu yang juga menjadi tanda-tanda

munculnya konflik yaitu anak menggerutu, mengomel sendiri, menentang, tidak mau bicara lagi, anak menjadi murung, memendam dan menutup rapat – rapat permasalahannya, dan mengurung diri. Konflik remaja dengan orangtua akan berdampak buruk pada psikologis remaja. Seperti halnya yang dikemukakan oleh Suciati (2015) bahwa sebuah konflik memiliki pengaruh yang negatif yaitu (1) *Biaya konflik*. Biaya yang dimaksudkan di sini tidak hanya berupa materi saja, tetapi juga waktu, tenaga, perasaan, serta psikis lainnya. (2) *Merusak hubungan pihak-pihak yang berkonflik*. Sisi negatif dari sebuah penolakan adalah munculnya kemarahan, kebencian, sakit hati, ataupun antipati. (3) *Menurunkan mutu pengambilan keputusan*. Hal ini adalah dampak dari pengelolaan konflik yang tidak baik. Solusi konflik akan mengalami kebuntuan, dan menyebabkan rusaknya sebuah hubungan. Diskusi mungkin menjadi buntu, fitnah atau hilangnya rasa kepercayaan satu dengan lainnya. (4) *Kesehatan*. Konflik akan mengakibatkan pihak-pihak yang terlibat mengalami perasaan-perasaan negatif seperti: marah, stres, kecewa, emosional dan irasional. Begitupun dengan konflik remaja dan orangtua. Seharusnya konflik ini dapat membuat hubungan orangtua dan remaja menjadi semakin akrab namun yang sering ditemui justru sebaliknya. Bahkan ada remaja yang nekat meninggalkan rumah orangtuanya hanya karena konflik kecil yang terjadi.

Lestari (2019) menguraikan bahwa psikodrama adalah teknik bermain peran tanpa menggunakan naskah atau tanpa dilatih sebelumnya, Pada pelaksanaannya, masing-masing subjek dapat meningkatkan kemampuan untuk partisipasi aktif; spontanitas dan kreativitas pada psikodrama dapat membantu subjek mengatasi masalah, baik permanen maupun transisional; peran protagonis dapat memperoleh umpan balik dari penonton dan peran pembantu, begitu juga sebaliknya; peluapan emosi pada psikodrama tidak hanya bagi peran protagonis, namun juga bagi penonton atau peran pembantu.

Konsep kunci dalam psikodrama yaitu (1) kreativitas, psikodrama membantu untuk memunculkan kreativitas dalam tiap individu dan kelompok. (2) Spontanitas, spontanitas adalah respon memadai terhadap situasi baru atau tanggapan berbeda terhadap situasi lama. Di dalamnya ada keberanian, rasa bebas, semangat dan keterbukaan. (3) Bekerja pada saat sekarang, mencoba mereplika kejadian yang menjadi masalah di masa lalu dan menyelesaikannya sekarang. (4) Membuat klien merasa lega dan mendapat arti baru tentang kejadian itu. (5) Tidak lagi abstrak yang mereka hadapi. (6) Pertemuan, klien saling bertemu dan termotivasi untuk juga menyelesaikan masalah. (7) Mereka belajar juga melihat masalah klien lain dengan dalam. (8) Aksi dari jauh (Yunani). Moreno menyebutnya sebagai “feel” yang mengalir di antara individu yang membuat kelompok ini bersatu. (9) Realita surplus, membawa keinginan terdalam klien ke tingkat kesadarannya. Membuat klien sadar dan tahu apa harapan dan ketakutannya, bahkan bila itu tidak realistis. (10) Keterharuan dan Wawasan, perasaan haru adalah bagian alami dari psikodrama, namun itu bukan fokus. Yang dimaksud dengan wawasan yaitu adanya perubahan kognitif. (11) Realita testing, mencoba bertindak terhadap suatu masalah yang belum selesai di masa lalu yang mungkin tidak sesuai dengan norma pada kehidupan sehari-hari. (12) Teori peran, Moreno mengajarkan bahwa kita semua adalah aktor yang sering berimprovisasi dalam kehidupan, yang memainkan peranan kita setiap hari tanpa adanya skenario.

Purnamasari (2019) dalam penelitiannya tentang Konseling Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Terhadap Resolusi Konflik Siswa. Tingkat resolusi konflik sesudah diberikan treatment konseling kelompok dengan teknik psikodrama menjadi meningkat, hal ini ditunjukkan dengan hasil perhitungan analisis data post-test diketahui skor rata-rata kelompok eksperimen resolusi konflik siswa menjadi meningkat dari 49,7 dan menjadi 69,6 setelah dilaksanakannya treatment. Pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan

sebesar 19,9. (Placeholder3)

Pada proses teknik psikodrama yang akan dilaksanakan di SMA Negeri 12 Makassar, maka kemungkinan penulis tidak akan terpaku pada satu teknik saja. Melainkan juga menggunakan beberapa metode atau dengan kata lain menggunakan penggabungan teknik yang akan disesuaikan dengan topik yang akan dimainkan atau diperankan dalam psikodrama ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Tingkat Kemampuan Siswa dalam Mengatasi Konflik dengan Orangtua di SMA Negeri 12 Makassar

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberi perlakuan berupa teknik psikodrama, maka berikut ini akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase, yang diklasifikasikan atas kategori: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1: Hasil *Pretest* dan *Posttest* Tingkat Kemampuan Siswa dalam Mengatasi Konflik dengan Orangtua di SMA Negeri 12 Makassar

Interval	Kategori	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		F	P(%)	F	P(%)
168 – 200	Sangat Tinggi	-	-	3	30%
136 – 167	Tinggi	-	-	2	20%
104 – 135	Sedang	3	30%	5	50%
72 – 103	Rendah	2	20%	-	-
40 – 71	Sangat Rendah	5	50%	-	-
	Jumlah	10	100%	10	100%

Sumber: Hasil Angket Penelitian

Berdasarkan tabel diatas tampak bahwa dari 10 orang responden penelitian yang memiliki tingkat kemampuan dalam mengatasi konflik dengan orangtua pada *pretest* telah diketahui bahwa ada 3 orang atau 30% yang berada pada kategori sedang, 2 orang atau 20% berada pada kategori rendah, dan 5 orang atau 50% berada pada kategori sangat rendah. Setelah diberikan perlakuan berupa teknik psikodrama, diketahui bahwa kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua mengalami peningkatan. Hal tersebut sesuai dengan hasil *posttest*, bahwa dari 10 orang responden yang diteliti ternyata ada 3 orang atau 30% yang mengalami peningkatan kemampuan mengatasi konflik dengan orangtua berada pada kategori sangat tinggi, 2 orang atau 20% berada pada kategori tinggi, dan 5 orang atau 50% berada pada kategori sedang.

Untuk mengetahui pengaruh penerapan teknik psikodrama untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar, maka digunakan uji hipotesis. Pengujian hipotesis yang digunakan yakni analisis statistik inferensial dengan uji nonparametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Hipotesis dalam penelitian ini berbunyi “penerapan teknik psikodrama untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar”.

Untuk pengujian hipotesis, diajukan hipotesis kerja (H1) yaitu “Ada perbedaan tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua sebelum teknik psikodrama (*pretest*) dan sesudah penerapan teknik psikodrama (*posttest*) di SMA Negeri 12 Makassar”. Oleh karena yang diuji adalah hipotesis nihil (H0), maka terlebih dahulu hipotesis kerja (H1) diubah kedalam hipotesis nihil (H0), sehingga bunyi hipotesis menjadi: “Tidak ada perbedaan tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua sebelum penerapan teknik psikodrama (*pretest*) dan sesudah penerapan teknik psikodrama (*posttest*) di SMA Negeri 12 Makassar”.

Hasil penelitian menunjukkan data awal penelitian di SMA Negeri 12 Makassar, 3 orang yang diketahui terdapat pada interval sedang, 2 orang pada interval rendah dan 5 orang pada interval sangat rendah, dalam data tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar (lihat pada tabel 4.1), sehingga diperoleh tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar secara umum berada pada kategori sedang-rendah. Konflik yang dialami meliputi: dilarang berpacaran, dilarang bergaul dengan teman sebaya, diharuskan berprestasi, serta diharuskan memilih jurusan IPA. Menurut Swanstrom dan Weissmann (harmaini, psikologi kelompok integrasi psikologi dan islam, 2016) konflik adalah perebedaan persepsi terhadap suatu isu oleh dua orang atau kelompok pada waktu yang sama. J.L Moreno Psikodrama adalah sebuah bentuk pengembangan manusia dengan eksplorasi, melalui tindakan dramatis, masalah, isu, keprihatinan, mimpi dan cita-cita tertinggi orang, kelompok, sistem dan organisasi. Hal ini kebanyakan digunakan sebagai metode kerja kelompok, di mana setiap orang dalam kelompok dapat menjadi agen penyembuhan (*therapeutic agent*) untuk satu sama lain dalam kelompok. Dalam proses penelitian ini siswa diberikan perlakuan berupa teknik psikodrama sebanyak 6 tahap dan dilakukan secara bertahap dan berjalan sesuai dengan skenario yaitu ,tahap pertama membuat siswa menyadari akan masalah yang sedang terjadi pada dirinya dan memberi informasi tentang tujuan dan prosedur pelaksanaan psikodrama, tahap kedua sampai kelima yaitu melaksanakan psikodrama, tahap keenam adalah melakukan refleksi dan evaluasi akhir.

Hasil yang diperoleh pada pertemuan pertama yaitu siswa menyadari konflik yang sedang mereka alami serta mengetahui proses atau cara bermain dalam psikodrama dan juga mengetahui tujuan dari melaksanakan psikodrama. Hasil observasi pertemuan pertama menunjukkan siswa aktif selama

mengikuti kegiatan. Hal ini terlihat dari hasil observasi, yang menunjukkan bahwa partisipasi siswa berada pada kategori tinggi.

Hasil pertemuan kedua sampai pertemuan kelima adalah siswa mampu mengetahui bagaimana perasaan orangtuanya ketika sedang berada dalam konflik sehingga siswa mampu memahami perasaan orangtuanya. Siswa juga mampu melihat sisi lain dari konflik dan dapat berpikir lebih luas, sehingga siswa mampu memahami apa yang harus dirinya lakukan saat menghadapi konflik dan apa yang harus dirinya lakukan untuk mengatasi konflik. Menurut (Romlah, 2006) Permainan peranan merupakan alat belajar yang dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan dan pengertian mengenai hubungan antar manusia, dengan cara memerankan situasi yang *paralel* (sama) yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya. Psikodrama adalah Permainan peran yang bertitik tolak pada permasalahan-permasalahan psikologis agar siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang dirinya, menemukan konsep diri, menyatakan reaksi terhadap tekanan-tekanan yang dialaminya. Psikodrama merupakan salah satu cara yang bisa digunakan sebagai media pengembangan manusia. Dengan berakting dalam sebuah drama diharapkan hal ini akan dapat menyadarkan seseorang dan juga menggali permasalahan yang sedang dihadapinya. Berbagai isu atau masalah dan kemungkinan pemecahannya dimainkan terasa lebih baik daripada sekedar berbicara. Psikodrama menawarkan kesempatan untuk melatih dengan aman peranan baru, dan melihat diri sendiri dari sisi luar. Hasil Observasi pertemuan kedua sampai kelima juga menunjukkan siswa aktif selama mengikuti kegiatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi yang menunjukkan partisipasi siswa berada pada kategori tinggi.

Hasil pada pertemuan keenam adalah siswa telah berhasil menemukan makna dari setiap permainan psikodrama pada pertemuan kedua sampai pertemuan kelima. Siswa juga mampu mengemukakan pendapat tentang

konflik yang dimainkan. Serta siswa telah mempunyai wawasan tentang konflik dan cara mengatasi konflik yang didapat dari permainan psikodrama. Hasil observasi pertemuan keenam menunjukkan siswa aktif selama mengikuti kegiatan. Hal ini dilihat dari hasil observasi yang menunjukkan partisipasi siswa berada pada kategori sangat tinggi.

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, dapat diketahui bahwa gambaran tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar, secara umum berada pada kategori sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat konflik remaja dan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar pada saat *pretest* berada pada kategori sedang dan mengalami peningkatan pada saat *posttest*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar.

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif dan uji *wilcoxon*, diperoleh data bahwa pada hakikatnya terdapat perubahan tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar setelah diberikan perlakuan berupa teknik psikodrama. Siswa yang menjadi subyek dalam penelitian menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengatasi konflik remaja dan orangtua, sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik psikodrama efektif digunakan khususnya dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik remaja dan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan teknik psikodrama untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik remaja dan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar, maka dapat disimpulkan bahwa:

Tingkat kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua

di SMA Negeri 12 Makassar diketahui berada pada kategori rendah. Setelah diberikan perlakuan berupa teknik psikodrama diketahui berada pada kategori tinggi .

Penerapan teknik psikodrama dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar. Artinya, penerapan teknik psikodrama secara signifikan meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik dengan orangtua di SMA Negeri 12 Makassar.

SARAN

Bagi guru pembimbing hendaknya dapat menerapkan teknik psikodrama sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik remaja dan orangtua.

Bagi siswa SMA Negeri 12 Makassar, agar senantiasa dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik remaja dan orangtua serta mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari baik itu di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat.

Bagi mahasiswa dan peneliti selanjutnya di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan agar dapat mengembangkan penelitian teknik psikodrama pada permasalahan yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Harmaini; Anatasia, F.D.; Agung, I.M.; Munthe, Ricca. A. (2016). *Psikologi Kelompok Integrasi Psikologi dan Islam*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Lestari, A. G. (2019). Pengaruh Psikodrama Terhadap Asertivitas Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2. ISSN: 2548-1800.
- Ormrod, J.E. (2010). *Psikologi Pendidikan Edisi Keenam Jilid I*. Jakarta: Erlangga

- Purnamasari. (2019). *Konseling Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Terhadap Resolusi Konflik Siswa*. Jurnal Bimbingan dan Konseling. ISSN: 2406-8691
- Romlah, T. (2006). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Santrock, J. W. (2013). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup
- Suciati. (2015). *Komunikasi Interpersonal Sebuah Tinjauan Psikologis dan Perspektif Islam*. Yogyakarta: Buku Litera
- Sunarty,K. (2015). *Mengenal Teknik-teknik Bimbingan dan Konseling*. Makassar. Badan Penerbit UNM.
- Zulkarnain, W. (2013). *Dinamika Kelompok Latihan Kepemimpinan Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara

PENTINGYA KOMUNIKASI TERHADAP KELUARGA UNTUK MENJAGA HARMONISASI DAN TERBENTUKNYA KARAKTER YANG BERKUALITAS DAN BERAKHLAK

Silmi Qurota Ayun

Institut Agama Islam Negeri Parepare

Email: Silmiqurota167@gmail.com

ABSTRACT

Family and communication are things that are very, very related and there needs to be a relationship which this will greatly affect the harmony in the family, the article in the family will be a place for us to exchange ideas and also release our complaints while there are still many who cannot accept our personalities, then the family is our place to get solutions and also get embraced, so from that communication becomes important for harmony in the family, besides that communication is also important in the growth and development of a child and is the initial place for children to recognize a word, therefore good and patterned communication will participate in the development of the child's learning process. the absence of communication in the family can create gaps and unwanted treatment in the home will occur, and this can also create a dual character in which children or family behavior at home may be polite and respectful, in fact it is inversely proportional to what is done outside. , and it could be the other way around.

Keywords : Harmony, Family, Communication.

PENDAHULUAN

Pola komunikasi dalam keluarga semakin merosot sehingga menimbulkan permasalahan dan juga konflik didalam keluarga,yang mana unit terkecil dalam masyarakat ini menjadi pemegang peran penting dalam meningkatkan perkembangan masyarakat,yang mana dapat diharapkan nantinya. Lingkungan keluarga merupakan tempat awal berkembangnya individu dan juga merupakan tempat awal sekumpulan individu berinteraksi dengan individu lain,maka dari itu keluarga bisa dikatakan tempat awal terbentuknya sebuah karakter seseorang.

Pada era saat ini banyak sekali kasus-kasu yang memperlihatkan bahwa sanya didalam keluarga sering terjadinya tindakan yang tidak baik dan kurang harmonisnya didalam keluarga,hal ini dapat menjadi awal buruk dalam pembentukan karakter seseorang. Pengalaman interaksi dalam sebuah keluarga menjadi sebuah penentu dalam tingkah laku seseorang dan juga menjadi sebagai penentu seseorang dalam berinteraksi ditengah masyarakat,melihat kondisi zaman yang semakin canggih tidak dapat kita pungkiri juga bahwasanya komunikasi yang dulunya secara langsung begitu amat melekat kini semakin merosot,dan lebih memilih aktif didunia maya dan berkomunikasi didunia maya.Begitu pula dalam komunikasi keluarga orang tua yang lebih mempercayakan gedit dimainkan anaknya ketimbang berkomunikasi kepada keluarga, ini juga menjadi sebuah hambatan besar bagi tumbuh kembang serta keharmonisan keluarga

Yang mana awal baiknya dari sebuah keluarga harus terjalin namanya komunikasi, yang mana komunikasi ini merupakan langkah awal kita dalam menjalin hubungan baik dengan sesama keluarga terutama anak,komunikasi juga dapat membantukita didalam mencari solusi dalam berbagai permasalahan yang terjadi,didalam keluarga.

KAJIAN TEORI

Keluarga dan Komunikasi

Keluarga merupakan sekelompok individu yang memiliki tujuan dan ikatan yang harusnya saling menguntungkan dan juga saling menjaga yang mana didalam keluarga ini memiliki struktur-struktur yang terbagi diantaranya, kepala rumah tangga, ibu rumah tangga, dan anak-anaknya dan didalam hal tersebut mereka memiliki perannya masing-masing, ini merupakan hal yang dapat menjadi awal terbentuk sebuah karakter dan kualitas didalam keluarga, yaitu menjaga peran dan juga saling berkomunikasi tentang bagaimana peran kita didalam keluarga yang telah disetujui sejak awal terbentuknya, mengapa dikatakan adanya persetujuan karna dizaman sekarang banyak hal yang bisa terjadi seperti saja contohnya seorang ibu yang bisa saja menggantikan kepala rumah tangga menjadi tulang punggung ataupun ibu dan ayah menjadi tulang punggung didalam keluarga dan lain sebagainya.

Dalam keluarga ada peran orang tua yang mana terdiri dari komponen ayah dan ibu yang memiliki peran sangat penting dalam mendidik anaknya yang mana hal ini tentu menjadi hal yang tidak mudah, dan juga didalam keluarga sendiri merupakan tempat pertama anak mendapatkan sebuah pelajaran, dan ini merupakan tugas penting untuk orang tua itu sendiri, dikarenakan hal itu akan membentuk sebuah karakter manusia yang akan dijalani seumur hidupnya, dan tentu perlu hal yang matang untuk mengajari dan mendidik anak-anak didalam keluarga, dan salah satunya mendidik anak secara dua arah atau dengan berkomunikasi, Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan para ahli berikut ini Samsul Nizar mengatakan: "Bahwa keluarga (lingkungan rumah tangga), pada umumnya merupakan lembaga pertama dan utama dikenal anak. Hal ini disebabkan, karena kedua orang tuanyalah orang yang pertama dikenal dan diterimanya pendidikan, bimbingan, perhatian dan kasih sayang yang terjalin antara kedua orang tua dengan anak-anaknya, merupakan

basis yang ampuh bagi pertumbuhan dan perkembangan psikis serta nilai-nilai sosial dan religius pada diri anak didik.

Defenisi komunikasi secara termonologi, menurut para ahli adalah hubungan antara dua individu yang saling berinteraksi secara langsung maupun tidak langsung dalam kehidupan sehari-hari, dan dibawah ini beberapa defenisi dari beberapa ahli komunikasi diantaranya :

1. Menurut Rogers & O. Lawrence Kincaid “Komunikasi merupakan suatu interaksi dimana terdapat dua orang atau lebih yang sedang membangun atau melakukan pertukaran informasi dengan satu sama lain yang pada akhirnya akan tiba dimana mereka saling memahami dan mengerti” (Cangara, 2016)
2. Selain itu, “komunikasi berlangsung apabila orang-orang yang terlibat terdapat kesamaan makna mengenai sesuatu yang dikomunikasikan. Komunikasi melibatkan sejumlah orang dimana seseorang menyatakan sesuatu kepada orang lain”
3. Menurut Hafid Cangara, “komunikasi menekankan bahwa komunikator atau sumber memberi respon secara timbal balik pada komunikator lainnya. Proses komunikasi disini melingkar dengan adanya mekanisme umpan balik yang saling mempengaruhi antara sumber dan penerima” (Cangara, 2016)

Komunikasi hal terpenting untuk manusia, yang mana komunikasi yang terjalin antara manusia ke manusia merupakan bentuk sebuah sumber pemahamanyang akan memberikan informasi terhadap manusia lain, yang mana ada yang bertindak sebagai pemberi informasi dan juga ada yang menerima informasi, dan didalam keluarga sendiri berkomunikasi antara sesama keluarga seperti istri dan suami, orang tua dan anak akan membuat keluarga menjadi semakin harmonis, dan ini juga membantu dalam perkembangan pertumbuhan anak secara emosional yang mana akan memahami perasaanya

dan juga persaan orang lain,karna didalam terjalin komunikasi yang baik bagi anak, ini akan membuat anak akan merasa memiliki tempat untuk mencari hal-hal yang dia tidak ketahui.

Pola komunikasi dalam keluarga sangat perlu untuk diterapkan dan menjadi interaksi yang paling baik,maka dari itu sebagai orang tua memang sangat penting untuk mengetahui dan memahami dari cara bagaimana kita hendak berkomunikasi dengan anak ataupun keluarga, yang paling penting dan utama kepada anak,agar apa yang ingin disampaikan dapat tersampaikan dengan jelas dan terarah, agar anggota keluarga dapat memahami serta mengerti dan tidak adanya pemahaman ganda dalam berkomunikasi dan anak atau keluarga yang berkomunikasi mendapatkan feedback.Beberapa hal yan dapat dilakukan agar terjalin komunikasi yang baik

1. Meluang kan waktu untuk berkomunikasi, hal ini amat sangat penting dilakukan untuk bisa melihat perkembangan yang terjadi didalam keluarga dan hal0hal apa saja sudah terlewatkan dan juga dialami oleh masing-masing anggota keluarga,seperti contohnya melakukan quality time bersama keluarga dimalam hari diteras rumah,atau diruang keluarga yang telah disediakan.
2. Komunikasi yang secara efektif,yang mana komunikasi secara dua arah,komunikasi seperti ini memperlihatkan bahwa keluarga memiliki kesempatan untuk berpendapat dan mengeluarkan segala hal yang ingin ia sampaikan,dari situ keluarga dapat mencari solusi dan sama-sama saling merangkul untuk mendaptak solusi
3. Tidak saling menjatuhkan dan menjelekan ,berkomunikasi yang baik dan bertindak yang baik yang mana tidak adanya tindakan kekerasan dan juga sikap menjatuhkan,terlebih lagi terhadap anak-anak,karna ini dapat menjadi sebuah contoh nanti bila mana ada sebuah tindakan yang tidak senonoh yang dilakukan orang dewasa,maka dari itu kita

harus dapat mengontrol sikap dan sifat ketika berkomunikasi, bila ada sesuatu hal yang perlu ditegasi maka tegasilah dengan hal yang bijaksana dan kepala dingin.

4. Bahasa yang sederhana, Komunikasi menjadi tempat belajar anak, segala perilaku yang ditampilkan oleh orang tua akan menjadi contoh nanti untuk anak, maka dari itu orang tua harus mengingat bahwa sanya dia sedang dalam berkomunikasi dengan anak, maka dari gunakan bahasa-bahasa atau isyarat yang dapat dimengerti oleh anak dan bila ada bahasa yang belum dimengerti maka ajarkan itu dengan perlahan dan santai.

Kesimpulannya adalah didalam berkomunikasi bukan hanya sekedar berbicara dan bertukar informasi saja tetapi juga adanya hal terkandung juga mendidik baik itu antara keluarga dan juga anak, hal diatas merupakan sebagian kecil dari berbagai cara untuk melakukan komunikasi yang baik dan efektif.

Terbentuknya Karakter Melalui Komunikasi

Berbicara dan ngobrol bersama keluarga adalah hal yang terlihat sederhana tetapi nyatanya berdampak besar dalam pembentukan karakter seseorang, sekaligus menjaga keharmonisan keluarga, seperti contoh kecil quality time atau ngobrol bersama keluarga diwaktu senggang, membicarakan hal yang telah terjadi beberapa minggu terakhir, apa kegiatan anak disekolah, orang tua menceritakan masa mudahnya, dan pembicaraan ringan lainnya, komunikasi yang efektif juga dapat membantu pola pikir keluarga bahwasanya dirinya dapat diterima dan menimbulkan kasih sayang antara sesama saudara, hal ini terjadi karna adanya perhatian sederhana yang memicu karakter baru seseorang yang beranggapan bahwasanya segala hal kecil merupakan hal penting bagi keluarga.

Seorang anak atau keluarga yang terbiasa dengan menyelesaikan masalahnya dengan berbincang atau menyelesaikan dengan meminta

pendapat, akan membantu seorang anak dalam membiasakan diri untuk tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan dan secara emosional anak akan lebih terkontrol, ini juga membantu anak atau hubungan didalam keluarga menjadi lebih kreatif dan juga efektif dalam pergaulan sosialnya diluar, karna terbiasa menghadapi situasi yang bisa diselesaikan dengan komunikasi terlebih dahulu,

Dalam membangun komunikasi antara anggota harus adanya pengenalan dan memahami model komunikasi, seperti siapa yang sedang diajak berkomunikasi contoh antara anak dan orang tua, hal ini menjadi kesempatan orang tua untuk mengembangkan karakter seperti mengenalkan hal-hal baru untuk anak, selain itu juga membantu mendewasakan anak secara berangsur.

Terbukanya Komunikasi Didalam Keluarga

Keterbukan antara komunikasi antara pribadi yang mana komunikasi antara komunikator untuk bersedia beraksi jujur dan terbuka, hal ini dapat diterapkan didalam keluarga, yang mana anggota keluarga harus bersedia mendengarkan, dan juga sang penyampai bersedia terbuka, selain itu reaksi sang pendengar juga perlu menyesuaikan, jangan sampai respon keluarga berlebihan dan bereaksi wajar, contohnya misalnya anak ketika bercerita tentang keberhasilannya orang tua atau anggota keluarga dapat memberikan support lebih atau memberikan hadiah yang memacu anak untuk lebih baik lagi, sedangkan bila anak bercerita tentang suatu kesalahan, berikan dia arahan yang dapat membimbing dia, untuk merubah kesalahannya dan tidak melakukannya lagi, ini akan membuat karakter anak akan memiliki sifat tanggung jawab.

Empati sesama keluarga, yaitu kemampuan keluarga yang saling mendukung dan juga saling peduli terhadap suatu masalah, jika keluarga

sedang mendapatkan kesulitan, keluarga mampu memahami dan ikut memberi bimbingan, motivasi, dalam membimbing untuk menyelesaikan masalah tersebut.

SIMPULAN

Keluarga merupakan satu hubungan antara kelompok individu yang memiliki tujuan yang sama, dan memiliki peran masing-masing dan terciptanya sebuah keharmonisan dalam keluarga merupakan bentuk bahwasanya keluarga tersebut melakukan hal yang mengedukasi masing-masing individu, yang tentu perlu sebuah pengetahuan yang baik, dan salah satu bentuk keharmonisan sebuah keluarga, terciptanya komunikasi yang baik didalamnya.

Komunikasi yang baik didalam keluarga adalah komunikasi yang mana diantara anggota keluarga saling memahami dan juga saling berbagi informasi, didalam komunikasi tersebut dapat membuat karakter didalam keluarga menjadi karakter yang saling peduli dan juga dapat menjadi attitude yang baik bagi anggota keluarga, agar bisa diterima ditengah masyarakat. Adanya komunikasi yang baik dan efektif didalam keluarga tentu memiliki pola, seperti mendengarkan apa yang disampaikan anggota keluarga terlebih kepada anak, dan ketika ada sesuatu yang berlebihan berakasilah dengan wajar, dan selanjutnya saling memberikan arahan yang baik dan juga mendukung, dan terakhir meluangkan waktu untuk berkomunikasi bersama keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Cangara, H. (2016). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Rajagrafindo Persada: Jakarta
- Rahmawati., Gazali, M. (2018). Pola Komunikasi Dalam Keluarga. *Jurnal Al-Munzir*. Vol.11. No. 2
- Rahmah, S. (2019). Pola Komunikasi Keluarga Dalam Pembentukan Kepribadian Anak. *Alhadharah Jurnal Ilmu Dakwah*. Vol.3 No. 8 DOI:[10.18592/alhadharah.v17i33.2369](https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2369)

BAB II PSIKOLOGI ISLAM

FILSAFAT EKSISTENSIAL KHUDI DALAM KONSELING ISLAM

Ulfah

Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah,
Institut Agama Islam Negeri Parepare, Indonesia
E-mail: ulfah@iainpare.ac.id

ABSTRACT

In the treasures of Islamic thought, the name Muhammad Iqbal as one of the Islamic thinkers whose philosophical thoughts resulted in existential philosophy. Iqbal wrote his thoughts through poetry in asrar-i-khudi. The substance of Khudi's philosophical thought is personal, and self-development in Islamic society. In this study, the authors seek, explore, and find the thoughts of Muhammad Iqbal's Islamic existential philosophy that can be used as a basis for conducting Islamic counseling. This study uses library research research methods, examines, analyzes the literature that discusses Khudi's Existential philosophy. The results of the study illustrate that the basic thought of Khudi's philosophy comes from the Qur'an and As-Sunnah. Which is in line with the foundation of Islamic counseling services. Islam places humans in the most exalted position and denies the resemblance of humans to animals, Iqbal's rationale that can be adopted in Islamic counseling services. Thoughts about human nature, weak humans and superior human characteristics, Khudi's philosophy also discusses freedom, responsibility, awareness, love, being authentic and efforts to achieve the highest personal position of Insan Kamil. The process of self-development towards human beings in three stages, the first stage of obedience, the second stage, Self-Control, and the third stage of Divine viceregency.

Keyword: *Existential Philosophy, Asrar-i-Khudi, Insan Kamil, Islamic counseling*

PENDAHULUAN

Ibu dari segala ilmu pengetahuan adalah filsafat. Dari Rahim filsafat terlahir ilmu pengetahuan. Sebagai ibu, filsafat memulai perjalanan dari mengandung benih-benih pemikiran keilmuan. Filsafat sebagai ilmu selalu mempertanyakan, mencermati permasalahan, mengembangkan gagasan-gagasan. Filsafat terus menjaga benih benih keilmuan untuk berkembang menjadi bayi ilmu. Terlahir sebagai ilmu yang baru lahir, yang masih lemah, maka ibu memberikan nutrisi pemikiran melalui kritik, mengoreksi agar ilmu dapat berkembang menjadi ilmu yang matang dan punya landasan kuat, sehingga bisa diakui sebagai ilmu.

Filsafat eksistensial memberikan gagasannya memperkaya psikologi, bukan dengan melahirkan sebuah “isme” baru yang bisa merubah psikologi menjadi antipsikologi atau menjadi antisains, akan tetapi membantu mendorong pembentukan cabang lain dari psikologi, yaitu psikologi Diri (Maslow, 2012). Eksistensialisme yang memberi ruang pada pengalaman subjektif manusia dan memberi warna baru pada dunia psikologi konseling dan psikoterapi. Aliran eksistensialisme memberi pengaruh pada lahirnya pendekatan psikologi transpersonal (sisi transendensi pengalaman manusia dan aspek spiritualnya) dan psikologi Islam yang mempelajari manusia dari perspektif Islam.

Filsafat eksistensialisme memfokuskan pada pertanyaan-pertanyaan yang tertuju pada manusia, seperti apa itu ber-ada di dunia? Bagaimana menjadi individu yang otentik? Bagaimana menjadi manusia unggul? Apa yang berbeda pada manusia dengan makhluk lainnya? Semua pertanyaan pokok eksistensial tertuju pada manusia (Supaat, 2010). Filsafat khudi merupakan pemikiran Muhammad Iqbal bertema eksistensial, filsafatnya membahas bagaimana manusia ber-ada di dunia, bagaimana pribadi yang mampu mencapai manusia unggul (insan kamil). Filsafat eksistensialisme Iqbal merupakan

eksistensialisme teistik Islami yang berbeda dengan eksistensialisme Nietzsche, Heidegger dan Sartre.

Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) adalah proses bantuan yang dilakukan konselor muslim kepada klien (individu), agar mampu memahami dirinya dan lingkungannya sehingga dapat mengembangkan potensi dirinya berdasarkan pada nilai-nilai Islami. Sebagai ilmu, BKI dilandasi filsafat, Psikologi, Sosial budaya, Pendidikan dan Dakwah, sehingga dalam proses layanannya akan berlandaskan pada filsafat, kondisi sosial budaya, Psikologi, Ilmu Pendidikan dan Ilmu dakwah.

Pada pendekatan konseling barat, dikenal pendekatan konseling eksistensial, pendekatan konseling tersebut yang berasal dari gagasan filsafat eksistensial yaitu eksistensial barat, beberapa tokoh eksistensial barat antara lain Soren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, Martin Heidegger, Jean Paul Sartre, Dan Martin Buber. Hasil pemikiran filsuf eksistensialisme yang lalu kemudian menjadi dasar pijakan pendekatan konseling eksistensial. Walaupun pendekatan konseling eksistensial berasal dari eksistensial barat secara umum gagasan eksistensial barat dapat digunakan secara universal, karena pemikiran eksistensial memfokuskan tentang keberadaan manusia sebagaimana penelitian yang dilakukan Fuad, (2011) pendekatan eksistensial humanistik sesuai dengan kaidah dan tujuan dalam BKI. Beberapa hal dalam eksistensial barat mempunyai gagasan yang sama dalam Islam namun belum menyentuh sisi keberagamaan manusia, hubungan manusia dengan penciptanya. Indonesia sebagai negara mayoritas penduduknya beragama Islam maka perlu diupayakan mencari pendekatan konseling yang memiliki akar pemikiran Islam dan sesuai dengan kondisi masyarakat Indonesia.

Dalam khazanah pemikiran Islam, nama Muhammad Iqbal sebagai salah satu pemikir Islam yang hasil pemikiran filsafatnya menghasilkan karya eksistensial khudi. Dalam penelitian ini penulis ingin mencoba menggali,

menemukan pemikiran filsafat eksistensial Islam Muhammad Iqbal yang dapat dijadikan landasan dalam melakukan konseling Islami. Berdasarkan latar belakang tersebut masalah pokok penelitian ini yaitu : bagaimana filsafat khudi Muhammad Iqbal? bagaimana penerapan pemikiran eksistensial Khudi, Muhammad Iqbal ke dalam konseling Islam?

Adapun tujuan yang hendak penulis capai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Mendeskripsikan gagasan eksistensial khudi Muhammad Iqbal. Mendeskripsikan penerapan pemikiran eksistensial Khudi ke dalam konseling Islam? Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran eksistensial khudi yang mengarah pada usaha membangun dan mengembangkan konseling dan psikoterapi yang berwawasan Islam, menambah wawasan dalam mengembangkan pemikiran terhadap khasanah keilmuan konseling Islam. Selain itu, agar ke depannya dapat digunakan sebagai pendekatan konseling alternatif bagi konselor dalam membantu klien, agar ke depannya dapat dijadikan pegangan bagi para konselor muslim dalam membantu klien yang beragama Islam dalam membantu permasalahan individu untuk menjadi muslim yang sesuai dengan fitrah kemanusiaannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dimaksud untuk memperoleh gambaran tentang pemikiran filsafat eksistensial khudi Muhammad Iqbal, sehingga pendekatan yang digunakan di sini adalah pendekatan kualitatif dan metode induktif. Hal ini dilakukan karena fokus penelitian menitik beratkan pada kajian konseptual yang berupa butir-butir pemikiran dan bagaimana pemikiran itu tersosialisasikan. Fokus dalam penelitian ini adalah *library reserch*, yaitu suatu riset kepustakaan. Hal ini dilakukan untuk mengkaji literatur-literatur yang membahas tentang filsafat Eksistensial *Khudi*, terutama yang berkaitan dengan pemikiran insan kamil serta buku-buku yang membahas tentang konseling

Islam. Dari data-data yang telah terkumpul, kemudian akan dianalisis dengan pendekatan *content analysis* atau analisis isi yang *positivistik kualitatif*. Hal ini digunakan karena fokus penelitian menitik beratkan pada kajian konseptual yang berupa butir-butir pemikiran dalam bentuk puisi yang kemudian dianalisis dan bagaimana pemikiran itu tersosialisasikan.

KAJIAN TEORI

Definisi konseling Islami

Penjelasan tentang konseling Islami, terlebih dahulu penulis membahas definisi konseling secara umum, bagaimana pun sejarah konseling Islami dipengaruhi atau boleh dikatakan didasari dari konseling umum atau konseling barat. Berikut definisi konseling dari beberapa ahli konseling.

Menurut Juntika (2014) konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi antara konselor dan konseli, agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan sehingga konseli merasakan kebahagiaan dan efektif perilakunya. Menurut Pepinsky & Pepinsky dalam Prayitno dan Erman Amti, Konseling adalah interaksi yang terjadi antara konselor dan klien yang terjadi dalam suasana profesional dilakukan dan dijaga sebagai alat untuk menyediakan perubahan-perubahan dalam tingkah laku klien. dan menurut ACA (American Counseling Association bahwa konseling adalah proses pertumbuhan Kesehatan mental, pertumbuhan pribadi, dan perkembangan karir, dengan prinsip-prinsip psikologis, dan perkembangan melalui intervensi kognitif, afektif, perilaku dan dilakukan secara sistemik (Gladding, 2012).

Dari beberapa definisi konseling diperoleh pemahaman yang implisit dan eksplisit bahwa konseling:

1. Konseling berhubungan dengan kesejahteraan, pertumbuhan pribadi, dan karier. Konseling memberikan layanan jasa professional dalam

berbagai dimensi kehidupan manusia dan dapat dilakukan dengan berbagai setting masyarakat.

2. Konseling dilakukan untuk orang yang dianggap sedang bermasalah namun dalam kondisi normal bukan abnormal.
3. Konseling dilakukan dengan berbasis teori. Konseling merupakan ilmu, dan merupakan profesi profesional yang dalam praktiknya memakai pendekatan teoritis mencakup kognitif, afektif dan perilaku. Konseling dapat diterapkan secara individu, kelompok, atau keluarga.

Konseling Islam dirintis di Indonesia sejak tahun 1985 dengan diadakannya seminar nasional bimbingan konseling Islami oleh Universitas Islam Indonesia UII, dilanjutkan pada 15-17 Oktober 1987 dilakukan seminar dan lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling Islami II diperoleh catatan bahwa konseling islami didefinisikan sebagai proses yang berbentuk kontrak pribadi yang dilakukan petugas profesional dengan individu atau sekelompok individu yang sedang dalam masalah guna pemecahan masalah, pengenalan diri, penyesuaian diri, pengarahan diri untuk mencapai realisasi diri secara optimal sesuai ajaran Islam. Menurut Anwar Sutoyo (2015) BKI adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah atau kembali pada fitrah dengan cara memberdayakan (empowering) iman, akal, dan kemampuan yang dikaruniakan Allah SWT. Dari definisi tersebut, layanan BKI bukan hanya mengupayakan mental yang sehat dan kehidupan sejahtera, namun menemukan hidup sakinah, serta untuk lebih dekat pada Allah SWT.

Dari definisi di atas, dapat dimaknai bahwa konseling Islami adalah aktivitas yang sifatnya membantu karena hakikatnya individu itu sendiri yang berjuang mengembangkan dirinya, untuk hidup sesuai dengan tuntunan Allah SWT.

Definisi Khudi

Dasar Filsafat Islam Muhammad Iqbal, yaitu khudi, bahasa urdu yang secara bahasa dapat diartikan sebagai aku, individu, self, pribadi, atau ego. Menurut Muhammad Khalid dalam Khan dan Malik (2021), beliau mengemukakan bahwa Khudi identik dengan Ruh, yaitu percikan abadi yang hadir dalam diri setiap manusia. Khudi melambangkan realisasi diri. Iqbal percaya bahwa manusia adalah yang terbesar dari semua ciptaan dan satu-satunya cara manusia dapat mengenali dan mencapai maksimalnya adalah Khudi. Tanpa Khudi, manusia adalah bunga tanpa wewangian.

Yasmeen dalam Malik (2021) menyatakan bahwa Khudi dapat dimaknai sebagai reinterpretasi ide-ide Al-Qur'an sesuai dengan realita kehidupan modern karena Al-Qur'an menghadirkan tanggung jawab manusia kepada dirinya sendiri dan Allah SWT. Iqbal bertujuan agar umat Islam dapat kembali menyelami semangat petualangan ilmiah dengan menekankan ide-ide Al-Qur'an.

Pemikiran Iqbal tentang khudi dikemukakannyadalam karya puisinya Asrar khudi. Salah satu bait puisi mengemukakan bahwa khudi atau pribadi pusat dari kehidupan, pribadi adalah asal dari alam semesta. Hal ini tercantum dalam puisinya dalam bab rahasia pribadi;

Segala bentuk peristiwa adalah akibat dari sang pribadi

Apapun yang engkau selesaikan itu semata sebab rahasia pribadi

Kepribadian bangkit mengatasi kesadaran

Diwujudkan dunia ide dan pikiran sejati

Ratusan alam melingkup dalam intisarnya

Mewujudkan dirimu melahirkan yang bukan pribadimu...

Dari beberapa definisi yang menjelaskan *khudi* penulis mendefinisikan khudi sebagai diri (ruh) sebagaimana yang didefinisikan Muhammad Khalid.

Khudi adalah percikan abadi dalam diri manusia dengan realisasi diri.

Filsafat Eksistensial Khudi

Filsafat khudi merupakan filsafat yang beraliran eksistensial, pemikiran Iqbal dipengaruhi pemikiran barat dan Islam, filsafat barat dari Nietzsche dan dari Islam Jalaluddin Rumi. Sebagaimana filsafat eksistensial barat, pemikiran Iqbal juga mempunyai pandangan bahwa eksistensi mendahului esensi, bahwa esensi manusia ditentukan oleh eksistensinya, pemikiran filsafat Khudi juga membahas konsep-konsep sebagaimana dengan filsafat eksistensial lainnya. Filsafat Khudi membahas tentang kebebasan, tanggung jawab, otentik kreativitas, dan cinta.

Kebebasan

Bahwa manusia itu memiliki kebebasan, kebebasan dalam menentukan nasibnya sendiri. Membuat jati dirinya sendiri. Iqbal memandang bahwa manusia memiliki potensi tak terbatas manusia memiliki kemampuan mengubah dunia dan dirinya sendiri. Karena pada intinya manusia adalah pencipta, arsitek kehidupannya sendiri. Sebagaimana dalam puisinya asrar-i-khudi,

*Tuhan menciptakan dunia dan
Manusia membuatnya lebih indah
Apakah manusia ditakdirkan
Untuk menjadi saingan Tuhan?*

Tanggung Jawab

Kebebasan dan tanggung jawab seperti dua mata uang, di balik kebebasan selalu ada tanggung jawab dibaliknya. Pemikiran Iqbal tentang tanggung jawab bagaimana tanggung jawab seorang muslim, dimana ia melihat masyarakat di India cenderung dengan perilaku pasrah terhadap kolonialisme Inggris raya.

Pilihan masyarakat di India untuk tunduk pada penjajah maka India harus menerima konsekuensi untuk menjadi bangsa yang dijajah. Keimanan, ritual tanpa tindakan nyata, tanpa upaya tidak akan memberikan hasil kemerdekaan. Iqbal menegaskan bahwa kemerdekaan India, kemerdekaan umat muslim di India merupakan tanggung jawab muslim di India, sehingga agar umat muslim mampu melakukan tindakan yang bertanggung jawab pada bangsa dan Agama, maka manusia terlebih dahulu membangun *Khudinya* (Iqbal, 2015)

Otentik

Pribadi untuk menuju citra diri ideal menurut Iqbal, hanya bisa ditempuh dengan menjadi diri sendiri, untuk menjadi diri secara sempurna mencapai insan kamil, manusia mengangkat sisi individualitasnya (identitasnya). Individu harus memiliki dan mengikuti nilai-nilainya sendiri, jangan menjadi pengikut orang lain, setiap manusia memiliki potensi yang berbeda dengan yang lain. Sebagai mana dalam puisi Iqbal (Iqbal & Claude, 2001: 30)

*Nyalakan api yang tersembunyi dalam debumu sendiri
Sebab cahaya orang lain tak berarti.*

Kreativitas

Menurut Iqbal untuk memperdalam wujud ego dan mempertajam keinginannya dengan kreatif (produktif) bahwa menjalani kehidupan di dunia ini bukan sekedar melihat dan mempelajari melalui konsep-konsep melainkan konsep itu untuk diciptakan, direalisasikan dalam bentuk tindakan-tindakan yang berkesinambungan. Konsep kreativitas merupakan tahapan tertinggi ego, dan dikonsepsi ini pula ego memperoleh ujian terberat. Dalam sajaknya Iqbal menyeru untuk mencipta seperti dalam puisi berikut;

*Jika kau hidup menciptalah
Peganglah seperti daku naik dengan tanganku sendiri*

*Berapa lamakau kan mengemis cahaya
Bagaikan musa digunung Sinai
Biarlah api marak penaka belukar terbakar
Dirinya sendirilah sumber api berkobar.*

Cinta

Eksistensi manusia dibentuk dari cinta, senjata ampuh yang dapat digunakan melewati pertarungan dan memungkinkan memperoleh kemenangan di dunia ini adalah cinta, dengan cinta hidup manusia menemukan gairah, semangat, keberanian, ketenangan, membuka kemungkinan, dari cinta manusia belajar tentang perjuangan, pengorbanan, manusia belajar mencintai dari keteladanan Nabi Muhammad SAW. Rasulullah merupakan sosok manusia mencapai kesempurnaan yang paripurna, manusia yang berusaha, menempuh perjalanan menuju kesempurnaan dirinya, yaitu dengan mencintai Rasulullah Muhammad SAW. Dalam masnawi asrar Khudi Iqbal menulis sajak khusus tentang cinta, cinta mengukuhkan pribadi, dalam penggalan puisinya;

*Cinta adalah abadi dan akan berakhir dengan keabadian
Tak sedikit yang akan menjadi pemburu cinta
Bila hari perhitungan telah datang
Orang yang tak mencintai bakal peroleh kehinaan
Titik terang ini Bernama Pribadi, ialah pancaran
Kehidupan di bawah debu kita
Cinta membuatnya lebih abadi, lebih segar
Lebih membakar, dan lebih memijar
Cintalah yang mengangkat insan, tinggi mencapai kebesaran hakiki.*

Kesadaran

Kesadaran dalam pandangan filsafat eksistensial barat merupakan sesuatu yang tunggal dalam kehidupan mental seseorang bukan potongan-

potongan kesadaran yang saling terhubung satu sama lain (Iqbal, 2016). Iqbal mengkritisi pemikiran konsep kesadaran dari barat, yang mengabaikan, atau tidak menghubungkannya dengan ego dalam diri manusia. Menurut barat kesadaran seperti kita berada di suatu tempat yang berbagai objek yang ada di lingkungan kita, tentu saja tidak semua hal kita sadari keberadaannya, pada saat kita lapar maka kita akan lebih terfokus pada makanan, atau toko penjual makanan, hal itu menjadi latar depan dan yang lainnya menjadi latar belakang.

Menurut Iqbal (2015) kesadaran merupakan kemampuan reflektif manusia, kesadaran adalah pengalaman batin ego yang sedang bekerja, dalam hal ini ego bekerja melakukan persepsi, pertimbangan, dan kemauan. hal ini disebut sebagai ego apresiatif, ego (kesadaran) terbagi dua, ada ego efisien, yaitu kesadaran secara fisik, mempersepsi sesuatu secara lahiriah, dan kedua;ego apresiatif (kesadaran batin) kemampuan ego dalam merefleksikan pengalaman dirinya.

Pengembangan diri (khudi) menuju manusia sempurna (*Insan Kamil*)

Karya pemikiran Muhammad Iqbal ini berisi tentang ego insani yaitu bagaimana ego mengembangkan diri menuju *Insan Kamil*. Pada karya Asrar-Khudi, Iqbal membahas khusus tentang insan kamil, dan menyodorkan tahapan yang dapat ditempuh ego untuk mencapai sempurna. Tiga tahapan yang dilalui ego untuk mencapai manusia unggul yaitu sebagai berikut :

Tahap 1: Ketaatan (*Obedience*)

Filsafat Eksistensial khudi menyodorkan pemikiran bahwa pencarian manusia pada kemungkinan-kemungkinan yang tak terbatas. Pada fase pertama yang harus dilalui manusia pada tangga perjalanan egonya yaitu ketaatan, ketaatan yang dimaksud disini adalah ketaatan kepada hukum, membahas ini dalam sajaknya Iqbal mengilustrasikan dengan unta. Menjelaskan karakteristik

unta, pada puisinya ia memberikan gambaran manusia untuk belajar, mengambil pelajaran pada karakteristik unta, hewan bijak dan pekerja keras. Dalam syairnya itu Iqbal juga mengutarakan bahwa dengan ketaatan membuat orang rendah menjadi terhormat, dan siapa yang ingin mengembangkan potensinya untuk senantiasa taat pada hukum sebagaimana yang dituliskan Iqbal dalam puisinya berikut ini, Iqbal, (2001)

*Bijak dan keras adalah sifat unta
Sabar dan tegar itu jalan hidup unta
Langkah lembut menapak di padang pasir
Dialah kapal bagi para pengarang samudera pasir
Semak belukar mengenai jejak langkahnya
Dialah mahluk yang jarang makan, tidurnya sedikit
Dan biasanya bekerja keras
Dibawanya beban di punggung
Berlari dan berlari hingga ke tujuan
Langkah nya selalu gembira ria
Unta hewan yang sabar, lebih sabar dari penunggangnya
Engkau juga kawan jangan kau tolak tugas dan kewajiban
Agar Engkau dapat hidup disisi Tuhan
Hai orang ceroboh taat dan patuhlah
Kemerdekaan adalah hasil paksaan
Karena ketaatan membuat orang rendah menjadi terhormat
Oleh karena keras kepala apinya jadi abu lagi.*

Tahap2: Penguasaan Diri (self-Control)

Kemampuan mengendalikan diri menurut Iqbal merupakan bentuk kesadaran diri tertinggi tentang pribadi, dalam diri manusia ada nafsu (nafs) sebagai pendorong perilaku manusia, hanya manusia yang memiliki kesadaran yang mampu menguasai dirinya, dapat mengontrol dirinya sebagaimana syair

Iqbal (2001) dalam asrar-Khudi, yaitu:

*Ruhmu semata membutuhkan dirimu sendiri sebagai unta
Sebab unta yakin pada dirinya sendiri, mengatur dirinya dan kuat
kehendaknya
Jadilah jantan, pegang talinya dalam tanganmu
Agar kau jadi mutiara meskipun kau tempayan
Bagi dia yang tak sanggup mengatur dirinya sendiri
Maka dia hanya akan jadi budak orang lain.*

Tahap 3: Khalifah Allah (*Divine Vicegerency*)

Manusia unggul adalah menjadi khalifah Allah dimuka bumi, pada tahap ini ego manusia (khudi) yang paling sempurna, puncak kehidupan baik mental dan fisik. Kondisi ketidak selarasan dapat menjadi keharmonisan. Kemampuan, potensi individu mencapai tahapan tertinggi. Dalam dirinya menyatu antara pikiran, dan perbuatan, naluri dan nalar menyatu. Disajaknya Iqbal mengilustrasikannya sebagai berikut:

*Jika engkau dapat kuasai untamu, niscaya dunia kau kuasai
Dikepalamu akan berkilaui singgasana sulaiman
Dirimu akan jadi cemerlang dunia, selama dunia masih berkembang
Alahkah nikmatnya jadi khalifah Allah di bumi ini
Segala unsut tunduk tekun padamu.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pandangan filsafat Khudi tentang:

Hakikat manusia

Gagasan filsafat khudi memandang hakikat manusia sebagaimana halnya pandangan filsuf eksistensial bahwa eksistensi mendahului esensi, esensi manusia di tentukan eksistensinya, sifat-sifat yang menjadi

karakteristik manusia sebagaimana dalam di cantumkan dalam Al Quran merupakan potensi dalam diri manusia, seperti di dalam Al-Quran menyatakan bahwa manusia merupakan Khalifah Allah di muka bumi merupakan atribut yang sifatnya potensi, Hakikat manusia ditentukan atas pilihan dan tindakannya.

Manusia ditentukan melalui pilihan-pilihan yang diputuskannya, dengan pilihan-pilihan itu manusia mengisi eksistensinya. Esensi manusia tidak pernah tetap, manusia selalu berproses dan manusia menjadi sesuatu melalui perubahan yang dibuatnya. apa yang diaktualkan hal itulah yang menjadi esensi manusia. Pemikiran Ikbal menekankan bahwa manusia harus mencipta, berkreasi untuk menunjukkan keberadaannya.

Pribadi yang bermasalah

Pribadi dapat menjadi mudah mengalami masalah jika ia memiliki pribadi yang lemah, Abbas (2011) manusia lemah adalah manusia yang bergantung pada orang lain, tidak mampu membuat pilihannya sendiri, lemah dalam upaya dalam memperbaiki dirinya sendiri, lari dari amanah yang telah Allah bebaskan pada manusia, yaitu sebagai hamba Allah, yang taat dan patuh pada ketetapan Allah, dan bersedia untuk menjadi wakil Allah di muka bumi. Demikian pula sebaliknya, manusia yang terlalu bebas, kebebasan yang di luar aturan Allah juga akan mengalami masalah, menurut Ikbal manusia yang memilih kebebasan tanpa batas justru akan membuat dirinya kurang merasakan kebebasan, karena dibalik kebebasan ada tanggung jawab, semakin besar tanggung jawab dari melalaikan perintah agama akan membuat diri manusia berada dalam kecemasan, dan akan semakin jauh dari Allah SWT. Semakin Jauh manusia dari Alla SWT, semakin rendah kualitas khudinya, dan semakin rendah pula eksistensinya di dunia ini.

Pribadi yang sehat

Jika kita membicarakan manusia dalam dikotomi pribadi sehat versus pribadi yang bermasalah, maka pribadi yang sehat pada perspektif filsafat Khudi, adalah Khudi yang otentik, diri yang menjadi dirinya sendiri sesuai dengan keunikannya sendiri, tidak menjadi orang lain, pemikiran, nilai-nilai yang dianutnya, standarnya sesuai dengan potensinya, dan budayanya sendiri, mencapai tingkat kesadaran tertinggi, sadar akan kebebasannya, menerima tanggung jawab, mampu mencintai dan parameter tindakanya berdasarkan aturan Allah dan Rasulnya. Filsafat Khudi Muhammad Iqbal sangat memfokuskan pada individualitas, pribadi, diri, ego, atau self. Gagasan Iqbal bagaimana manusia untuk mencapai tingkat manusia super, unggul (Insan Kamil), menguraikan posisi manusia untuk senantiasa kembali pada fitrah penciptaannya, sebagai abdi Allah, dan sebagai khalifah Allah dimuka bumi.

Secara fisik dan spiritual manusia adalah pusat yang mandiri, tetapi ia belum menjadi individu yang utuh. Semakin spiritual manusia jauh dari Allah SWT, semakin sedikit individualitasnya. Orang yang paling dekat dengan Allah adalah orang yang lengkap, Paripurna, yang pada akhirnya terserap dalam Tuhan. Sebaliknya ia menyerap Tuhan dalam diri” (Iqbal, 2016).

Eksistensial khudi menjelaskan bahwa mengalami pertumbuhan jika ia memiliki tujuan, pribadi menjadi pribadi yang unggul dan bersungguh sungguh dalam mengejar untuk sampai tujuannya dan tujuan manusia di dunia ini adalah untuk beribadah kepada Allah dan untuk mengemban amanah sebagai Khalifah di bumi ini, sebagaimana dalam Q.S Adz Dzariyat, 51: 56, Artinya : Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku, dan sebagai khalifah Allah Q.S Al-baqarah, 2:30, yang artinya: ingatlah Ketika Tuhamu berfirman kepada para malaikat: sesungguhnya Aku hendak menjadikan (khalifah) di muka bumi.”mereka berkata “mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di muka bumi itu orang yang akan

membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau? Tuhan berfirman : sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.

Fokus Pengembangan pribadi

Iqbal memfokuskan pada persoalan tentang individualitas dan keunikan manusia. Pemikiran Iqbal tentang manusia merujuk pada Ayat-Ayat Al Quran yang membahas tentang manusia, sehingga menurut penulis filsafat Khudi dapat diadopsi pada layanan konseling Islami. Fokus sasaran konseling adalah untuk membantu individu memahami diri dan lingkungannya, mampu menyelesaikan masalahnya, membuat keputusan yang efektif, dan mampu mengembangkan dirinya, muara dari konseling itu sendiri memandirikan. Khudi itu sendiri bermakna diri yang mandiri, pribadi yang menjadi dirinya sendiri. Iqbal memfokuskan pemikirannya pada individualitas manusia, pengembangan diri manusia dengan menggunakan kebebasannya secara bertanggung jawab, kebebasan yang sesuai dengan aturan hukum Allah SWT.

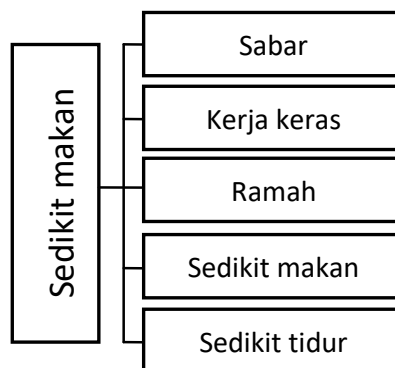
Tujuan pengembangan ego (khudi) menurut Muhammad Iqbal sesuai dengan tujuan konseling Islam, untuk membantu individu belajar mengembangkan fitrah atau kembali pada fitrah dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal, dan kemampuan yang dikaruniakan Allah SWT (Anwar Sutoyo, 2015).

Eksistensi manusia sejatinya adalah dengan beribadah kepada Allah SWT, dan puncak eksistensi manusia adalah dengan menjadi khalifah Allah, mengemban amanah menjadi Khalifah Allah tidak lah mudah, hanya insan yang tercerahkan, manusia unggul (insan kamil) yang mampu menjadi Khalifah Allah SWT, dan Iqbal di filsafat Khudi memaparkan gagasan fase pendidikan pribadi melalui tiga tahapan, tahap pertama, ketaatan pada hukum Allah, tahap kedua penguasaan diri dan tahap ketiga Khalifah Allah.

Gagasan Iqbal tentang fase Pendidikan pribadi sangat relevan untuk menjadi acuan dalam melakukan konseling Islami. Tahapan-tahapan yang diwariskan Iqbal, lebih menekankan pengembangan spiritual, hal ini menunjukkan bahwa dengan mendidik spiritual akan lebih mudah dalam menguasai fisik atau pemenuhan diri yang sifatnya material. Sebagaimana yang dinyatakan Covey (2012) manusia adalah makhluk spiritual yang mempunyai pengalaman fisik, bukan makhluk fisik yang memiliki pengalaman spiritual.

Segala sesuatu di alam semesta ini baik tumbuh-tumbuhan hewan, hingga bintang-bintang, benda-benda langit tunduk patuh pada ketetapan Allah SWT. Sama halnya hukum alam, ketaatan dalam keteraturan menciptakan kesempurnaan dalam sistem alam semesta, begitu pula pada manusia kepatuhan pada hukum Allah diperlukan untuk menciptakan ketahanan dalam diri.

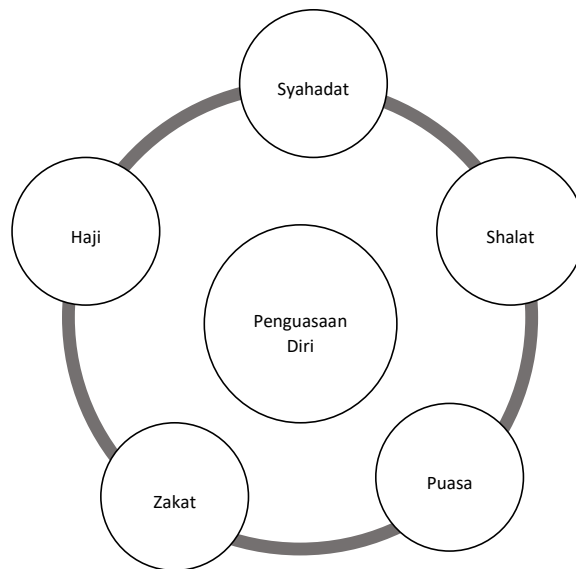
Tahap pertama, ketaatan, di sajak Iqbal (2001) di asrar khudi dituliskan dengan hewan unta, layaknya karya sufi, yang banyak menggunakan objek simbol dan kaya metafora. Iqbal menuliskan karakteristik fase ketaatan, pribadi yang taat, itu sabar, teguh, bekerja keras pada tujuan hidupnya, memenuhi tugas dan kewajiban sebagai hamba Allah, tidak berfokus pada pemenuhan kebutuhan biologis, tidur yang sedikit dan sedikit pula makannya, kepribadian yang periang, ketaatan pada hukum akan membentuk pribadi yang kuat, terhormat, dan dapat mencapai cita-citanya. Gambar 1, mengilustrasikan karakteristik pribadi di tahap ketaatan.



Gambar 1: Ilustrasi karakteristik pribadi tahap ketaatan

Tahap kedua; penguasaan diri, setelah pribadi dididik untuk taat pada aturan Allah SWT, pribadi tidak kesulitan dalam menguasai diri, atau mengontrol dirinya, Iqbal dari awal memberikan tahapan dasar yang tepat, dalam mendidik pribadi, ego (khudi), mendidik pribadi dimulai dari mendidik spiritual, spiritual yang kuat, mampu meregulasi diri, karena memiliki tali (pegangan) yang kuat, menjadi pribadi yang mandiri, di fase ini cinta dan takut menjadi kekuatan pendorong Nafs, takut, takut pada masa depan, takut kematian, takut pada penderitaan, serta cinta diri, harta, kekuasaan, tanah air, keluarga. Dua kekuatan ini yang dapat menjatuhkan manusia pada pelanggaran dan dosa. Namun apabila pribadi, berpegang teguh pada Kalimat tiada Tuhan selain Allah, semua ketakutan akan hilang, hatinya akan kuat, hati yang bersemayam Allah SWT, tidak terbelenggu pada dunia.

Iqbal selanjutnya berbicara berbicara dalam puisinya di bagian penguasaan diri tentang keutamaan lima rukun Islam (iman, shalat, puasa, zakat, & haji). Ia menekankan bahwa pilar-pilar rukun Islam dimaksudkan untuk melawan kekuatan nafs dalam diri dan membantu seseorang dalam perjalanannya menuju menjadi Wakil Tuhan. Dapat dilihat gambar 2. Ilustrasi rukun Islam dalam penguasaan diri. Dalam memperoleh pengendalian diri. Ritual yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hubungan pada Allah SWT dan untuk menyerap sifat Allah Yang Maha Kuat dengan menggunakan dzikir Ya Qowiy (Yang Maha Kuat). Sebagaimana yang diutarakan Iqbal dalam puisinya tentang shalat dan pengendalian diri, sesuai dengan konseling Islami, dimana dalam konseling Islami, Shalat, Puasa, wudhu, menjadi metode terapi dalam membantu individu mengatasi masalah atau dalam mengembangkan dirinya.



Gambar 2. Lima rukun Islam dalam penguasaan diri

Tahap ketiga: Khalifah Allah. Dalam puisi Iqbal, hewan unta muncul kembali dalam puisinya, jika seseorang mampu menaklukkan, mengatur unta (menguasai diri/ Khudi), maka ia akan memiliki kemampuan atau keahlian sebagai pemimpin, bahkan dianugerahi mujizat pada nabi, karomah pada alim ulama, atau kemampuan khusus di sesuai dengan bidang keahliannya. Manusia yang mencapai tahap ketiga ini secara sempurna ini adalah Nabi Muhammad SAW, Nabi-Nabi sebelum Rasulullah SAW, pewaris Nabi, Khalifah, Alim ulama, cendekia.wan muslim. Di tahap ini manusia yang mencapai Insan Kamil memiliki kecerdasan intra dan interpersonal yang tinggi serta memberikan kontribusi yang kemanfaatan universal.

Kualitas intrapersonal dan interpersonal seorang khalifah Allah di muka bumi, termasuk menjadi mentor dan guru, memberi panduan pada orang lain, seperti aktivitas memperbarui hidup dan mempertajam visi dan misi hidup, memberikan motivasi , dan melawan kezaliman. Ia memiliki kendali penuh pada dirinya, manusia tahap insan kamil memiliki kemampuan beraneka ragam, ia mengajar dan mempraktikkan cinta, kasih sayang kedamaian, dan mengikat tali persaudaraan, dengan kehadirannya bagai matahari, memberi manfaat dari pikiran dan kesadarannya, kebbaikannya bersifat universal, ia

memberi warna yang indah pada kehidupan dunia ini dan memperbaiki alam dari setiap kekurangan. Ia selalu sadar akan Tuhan dan sadar keberadaanya di dunia ini sebagai wakil Tuhan.

SIMPULAN

Pandangan filsafat Khudi telah memberikan kontribusi pemikiran signifikan terhadap pengembangan diri manusia untuk mencapai derajat tertinggi insan Kamil. Banyak kajian peluang penelitian yang dapat digali lebih lanjut dalam lingkup Bimbingan dan Konseling Islam. Filsafat khudi menekankan tentang ego atau pribadi memberikan sumbangsih untuk terus menggali peran dan fungsi ego dalam perspektif bimbingan dan konseling Islami. Individu sebagai pribadi memiliki karakteristik yang unik, kondisi ini memberi inspirasi pada layanan bimbingan dan konseling yang berorientasi pada layanan individual. manfaat pandangan filosof Khudi mengantarkan para ahli bimbingan dan konseling khususnya konseling Islami untuk terus meneliti karakteristik pribadi yang sehat dalam perspektif filsafat Khudi seperti *self-sufficiency, self-respect, self-confidence, self-preservation, self-assertion*.

Pada peneliti selanjutnya yaitu penelitian yang memfokuskan pada proses konseling eksistensial islam dalam layanan bimbingan dan konseling. Bagaimana pemikiran filsafat eksistensial khudi diterapkan pada layanan konseling Islami. Bagaimana pengalaman konselor dan klien, bagaimana peran konselor dalam konseling klien dalam konseling eksistensial Khudi. Bagaimana penerapan konseling eksistensial Khudi dalam konseling multikultural. Hal ini berkaitan mengenai pandangan Iqbal yang memberikan perhatian pada budaya, menjadi otentik berarti menjadi diri yang sesuai nilai-nilai budayanya sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas. M. (2011) *Contribution Of Iqbal's Dynamic Personality Theory To Islamic Psychology:A Constractive Analysis With Freud And Selected Mainstream Western Psychology*. (Unpublish Dissertation) Institute Of Education International Islamic University Malaysia.
- Covey. S. T. (2012) *The 7 Habits Of Highly Effective People*. Terj. Jakarta: Dunamis publishing
- Erhamwilda. (2009) *Konseling Islami*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Fahad K & Kaainat M. (2021) *Tarbiyat-e-Khudi: A Model of Self-Development from Poems of Muhammad Iqbal in Asrar-i-Khudi*. Bahria Journal of Professional Psychology, January 2021, Vol. 20, No. 1, 14-26. <https://www.researchgate.net/publication/350411253>
- Fuad. M. A. (2011) *Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Konseling Islami*. Jurnal Holistik Vol 12 Nomor 01, Juni 2011/1433 H.
- Gladding S. T (2012) *Konseling Profesi Yang Menyeluruh*. Terj. Edisi keenam. Jakarta: PT. Indeks
- Iqbal. M. (2001) *Asrar-i-Khudi*, terj.:Yogyakarta: Jala Sutera
- _____ (2015) *Essays On The Reconstruction Of Modern Muslim Thought*. Britain: Edinburgh University Press Ltd
- _____ (2016) *Rekonstruksi Pemikiran Religious Dalam Islam*. Terj. Bandung: PT. Mizan Pustaka
- Juntika N. (2014) *Bimbingan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Edisi revisi Bandung: refika Aditama
- Lathief S., I. (2010). *Psikologi Fenomenologi Eksistensialisme*. Lamongan: Pustaka Ilalang
- Luce M & Claude M. (1989) *Pengantar Ke Pemikiran Muhammad Iqbal* terj: i. Bandung: PT. Mizan Pustaka
- Maslow. A. M. (2012). *Toward A Psychology Of Being Usa*: Start Publishing LLC

Sutoyo, A. (2015) *bimbingan dan konseling Islami, teori dan praktik*. Yogyakarta: Pustaka pelajar .

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING MAHASISWA PONDOK PESANTREN AL-MUSAWWA SURAKARTA

Khasanah

Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah,
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Indonesia
E-mail: Khasanahkembar27@gmail.com

ABSTRACT

Anxiety, stress, depression and various forms of psychological symptoms are now a serious problem that stalks students. Students who live in Ma'had or their Islamic boarding schools are required to divide their time, thoughts, and manage themselves well. The reason is that students who are also santri must learn two sciences at once, namely general science and religious science, so that this affects the condition of their psychological well-being. This study aims to determine the general description of the psychological well-being of students living in Al-Musawwa Islamic Boarding School, Surakarta. This study uses a quantitative descriptive approach with the method of collecting observation data and questionnaire surveys. The subjects in this study were 25 students who took additional tahfidz classes at the Al-Musawwa Islamic Boarding School, Surakarta. The results showed that the students of Pondok Pesantren Al-Musawwa Surakarta have good psychological well-being in aspects of self-acceptance, 72%, relationships with others, personal growth and life goals. And students at Al-Musawwa Islamic Boarding School have low/low psychological well-being in terms of environmental mastery and autonomy with a percentage of 48% and 52% and a general description of the condition of psychological well-being is quite good or in the moderate category, namely 56% of the total sample.

Keywords: *Psychological well-being, Student, Islamic Boarding School*

PENDAHULUAN

Stress, depresi, atau gangguan kesehatan mental sering terjadi di kalangan mahasiswa, khususnya mahasantri mahasiswa yang sekaligus sebagai santri. Pasalnya, beban mereka lebih berat daripada mahasiswa biasa. Pengurus Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Musawwa Surakarta memaparkan bahwa banyak mahasantri saat mengaji ataupun saat proses menghafal alqur'an kurang focus, mengantuk, banyak yang kecapaian sehingga target di pesantren kurang dapat tercapai dengan baik. Kondisi Mahasantri Pondok Pesantren Al-musawwa kegiatannya kuliah dan ngaji, namun dua tahun terakhir banyak mahasantri yang tidak dapat menyelesaikan target ngaji dengan baik. Ngaji sebagai usaha mendekatkan diri pada Allah dapat meningkatkan ketekunan seseorang. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Toburen dan Meiew, 2014 (dalam Jesus de L 2016) menemukan bahwa interaksi individu dengan Allah berkaitan peningkatan ketekunan seseorang dalam melakukan tugas, terlepas dari tingkat religiusitas. (Ayuningtyas 2017).

Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) dengan kehidupan manusia merupakan aspek yang tidak dapat dipisahkan. Artinya, setiap ada kehidupan manusia berarti didalamnya ada kondisi kesejahteraan psikologis yang menyertainya. (Kurniasari, Rusmana, and Budiman 2019) Manusia dengan kesejahteraan psikologis yang baik diharapkan tidak hanya bebas dari kesusahan atau masalah mental lainnya, tetapi memiliki rasa penerimaan diri, otonomi, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan yang baik, memiliki tujuan hidup, dan mampu untuk melakukan pengembangan diri (Ryff 1995).

Manusia dengan kesejahteraan psikologis yang baik diharapkan dapat menjalani kehidupannya secara *wellness* dimana manusia dapat sehat tidak hanya secara fisik namun juga sehat secara mental sehingga individu dalam menjalani kehidupannya akan merasa bahagia. Data survei cross-

sectional menunjukkan bahwa orang yang bahagia cenderung lebih baik dalam menjalani kehidupan daripada orang yang kurang bahagia, orang yang bahagia biasanya lebih produktif dan lebih terlibat secara sosial dan cenderung memiliki pendapatan lebih tinggi (Huppert 2009) or flourishing. It examines evidence for the causes of positive well-being and also its consequences, including beneficial effects for many aspects of cognitive functioning, health, and social relationships. The neurobiological basis of psychological well-being is examined, and recent data on brain activation and neurochemical pathways are presented. Individuals vary widely in their habitual level of psychological well-being, and there is evidence for a seminal role of social factors and the early environment in this process. It is often assumed that the drivers of well-being are the same as (but in the opposite direction to. Secara fisik, orang dewasa yang sehat secara mental pada semua jenjang usia memiliki kondisi kesehatan kronis yang lebih rendah daripada orang dewasa yang kurang sehat secara mental, tingkat produktivitas orang dewasa yang sehat mentalnya lebih besar dan perawatan kesehatan fisiknya minimum (Ryff 2013). Sehingga dampak terbesar mahasiswa yang tingkat kesejahteraan psikologisnya rendah adalah ketidaktercapaian target keduanya, baik target kuliah ataupun nyantri.

Berdasarkan beberapa kajian yang telah dipaparkan, konselor sangat penting untuk mengetahui kesejahteraan psikologis mahasiswa dan diharapkan konselor mampu untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa mengingat dampak yang ditimbulkan cukup serius. Konselor dengan pengetahuan yang baik mengenai kesejahteraan psikologis dan intervensinya diharapkan dapat memberikan pelayanan terbaik untuk konseli sehingga diharapkan mahasiswa di Ponpes Al-Musawwa dapat menuntut ilmu dunia dan ilmu agama dengan baik, dapat menyelesaikan target kuliah dan nyantri dengan baik serta memiliki keadaan psikologis yang sejahtera. Sebagai langkah awal untuk mengetahui kondisi kesejahteraan psikologis pada

mahasiswa, penting adanya dilakukan sebuah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui profil awal kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dengan menggunakan instrumen kesejahteraan psikologis. (Kurniasari et al. 2019)

METODE PENELITIAN

Desain dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian deskriptif adalah suatu metode yang meneliti sekelompok manusia, suatu objek, suatu kondisi, suatu sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa dimasa sekarang (Nazir, 2003). Adapun tujuan penelitian deskriptif adalah membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis dan aktual, mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diteliti. (Prabowo 2016) penelitian ini untuk mengetahui gambaran umum kondisi kesejahteraan psikologis mahasantri pesma Al-Musawwa yang mengikuti kelas khusus tahfidz.

Populasi dan Sampel

Subjek dalam penelitian adalah Mahasantri Pondok Pesantren Al-Musawwa Surakarta dengan populasi berjumlah 160 Mahasantri dengan 102 mahasantri perempuan dan 58 mahasantri laki-laki. Penentuan sampel penelitian menggunakan teknik purposive sampling yaitu teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono 2016). Sampel penelitian sebanyak 25 mahasantri yang mengikuti kelas khusus di Pondok yakni kelas tahfidz.

Instrumen Penelitian

Seperti yang telah dipaparkan Sugiyono dalam bukunya yang berjudul metode penelitian kuantitatif dan kualitatif, Instrumen penelitian adalah suatu

alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. (Sugiyono 2016) Instrumen penelitian yang digunakan peneliti untuk mengetahui kesejahteraan psikologis mahasiswa diungkap menggunakan skala kesejahteraan psikologis (psychological well-being). Instrumen ini disusun sendiri oleh peneliti dengan berpedoman pada enam dimensi kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff (Kurniasari et al. 2019).

Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data peneliti menggunakan metode observasi dan kuisioner (angket). Metode Observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari pelbagai proses biologis dan psikologis. (Sugiyono 2016) Dalam teknik observasi dilakukan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap objek penelitian. Jenis observasi yang dipakai adalah observasi terstruktur atau terencana. Dalam hal ini, peneliti dalam melakukan pengumpulan data menyatakan kepada sumber data bahwa akan dilakukan penelitian. Tetapi dalam suatu saat peneliti juga tidak terstruktur atau terencana dalam observasi. Hal ini untuk menghindari kalau suatu data yang dicari merupakan data yang masih dirahasiakan. Kalau dilakukan dengan terstruktur, maka peneliti tidak diijinkan untuk melakukan observasi. (Wahyuningtyas 2016) able to establish warm relationship with others, are independent of the pressure in life, able to control the environment, have the meaning of life and able to realize his or her potential continuously (Ryff 1989 Menurut Suharsimi Arikunto, Angket atau kuisioner adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk memperoleh informasi sampel dalam arti laporan pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui. (Arikunto 2002)

Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini, peneliti melakukan berbagai langkah tahapan penelitian yaitu:

1. Menentukan Objek dan Subjek yang akan diteliti, kemudian melakukan observasi awal
2. Mengidentifikasi permasalahan yang diperoleh dari hasil observasi awal penelitian
3. Memfokuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu mengenai gambaran umum atau profil kesejahteraan psikologis mahasiswa pondok pesantren Al-Musawwa Surakarta
4. Melakukan penelitian dalam bentuk survey angket dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang telah disusun oleh peneliti
5. Melakukan input data hasil penelitian
6. Melakukan analisis data dan kategorisasi untuk menarik kesimpulan mengenai gambaran umum kondisi psikologis mahasiswa
7. Interpretasi hasil dan pembahasan.

Analisis data

Analisa data yang digunakan dalam penelitian deskriptif kuantitatif adalah menggunakan metode data prosentase, yaitu mendiskripsikan setiap aspek dengan teknik prosesntase dengan menggunakan analisa statistik deskriptif dengan menggunakan bantuan program statistik spss 21(Prabowo 2016).

KAJIAN TEORI

Pengertian Psychological Well-being (Kesejahteraan Psikologis)

Menurut Ryff dan Singer dalam bukunya menyatakan bahwa “Psychological well-being comes from life-span developmental perspectives,

which emphasize the differing challenges confronted at various phases of the life cycle". (Ryff and Singer 1996) Berdasarkan pendapat tersebut, dijelaskan bahwa kesejahteraan psikologis berasal dari perspektif perkembangan masa hidup manusia, yang menekankan berbagai tantangan yang dihadapi pada berbagai fase dalam siklus hidup yang dijalani oleh manusia. (Kurniasari et al. 2019)

Dalam Kamus Lengkap Psikologi, dikatakan bahwa psychological (psikologis) adalah sesuatu yang menyinggung psikologi atau mencirikan sebarang kejadian, seperti yang ada dalam bidang psikologi, yang asal-usulnya adalah mental. (Chaplin 2014). Menurut Snyder kesejahteraan psikologis bukan hanya merupakan ketiadaan penderitaan, namun kesejahteraan psikologis meliputi keterikatan aktif dalam dunia, memahami arti dan tujuan hidup, dan hubungan seseorang dalam obyek ataupun orang lain. (Yani 2021)

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis (psychological well-being) merupakan kondisi psikologis dari setiap individu yang berfungsi dengan baik dan positif. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (psychological well-being) memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, memiliki kemampuan mengatur lingkungan, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan berusaha untuk menggali dan mengembangkan diri semaksimal mungkin. (Yani 2021)

Kondisi kesejahteraan psikologis sangat berpengaruh terhadap semangat atau tidaknya dalam menjalani kehidupan. Manusia dengan kondisi kesejahteraan yang baik akan cenderung sehat secara sempurna baik fisik maupun mentalnya sehingga dapat lebih produktif dalam mencapai target dalam dirinya.

Pengertian Mahasantri dan Pondok Pesantren

Mahasantri adalah mahasiswa yang memilih tinggal di pondok pesantren dan menimba ilmu untuk mengembangkan potensi dirinya selain dari bangku kuliah. Pondok atau biasa disebut dengan asrama santri (peserta didik), istilah pondok pada awal perkembangannya berasal dari kata funduq yang berarti ruang tidur sederhana yang sengaja disediakan kyai (pembina asrama) bagi mereka yang bertempat tinggal jauh dan berharap ingin menetap karena ingin belajar keagamaan dilingkungan pesantren. Dalam satu ruangan atau kamar tidur, biasanya berisi lebih dari dua atau tiga orang (Yani 2021) Pondok pesantren merupakan jenis lembaga pendidikan non-formal yang diakui banyak memberikan kontribusi positif dalam perkembangan bangsa Indonesia. Pensantren khusus untuk mahasiswa, sering disebut pesma (pesantren mahasiswa), secara umum dalam pengelolaannya diklasifikasi dalam dua kelompok. Pertama, pesantren yang dikelola oleh perguruan tinggi. Pesantren ini menjadi bagian sistem perguruan tinggi yang sifatnya eksklusif untuk mahasiswa internal kampus tersebut. Kedua, pesantren mahasiswa yang dikelola secara mandiri dan tidak berafiliasi dengan perguruan tinggi tertentu. Pesantren ini bersifat inklusif dalam artian bisa menerima mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di sekitarnya. (Alfinnas n.d.)

Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Musawwa merupakan jenis pesma inklusif yang dikelola dan dinaungi ormas Lembaga Dakwah Islam Indonesia yang terletak di Dusun Kampung Baru Pabelan Kartasura Surakarta. Ketua pondok pesantren Al-musawaa adalah Drs. H Khusnan Hidayat. Pesma ini baru berdiri tahun 2017 yang lalu meskipun masih terhitung muda tetapi peningkatan minat mahasiswa yang ingin nyantri cukup antusias terbukti kian tahun jumlah santri yang mendaftar semakin meningkat, awal berdiri hanya sekitar 40 mahasantri kini mencapai 160 yang tercatat sebagai mahasantri di pesma al-musawwa. Berdasarkan wawancara terhadap pengurus pondok Al-

Musawwa mahasantri di pesma ini 40% dari UIN Raden Mas Said Surakarta 40% dari Universitas Muhammadiyah Surakarta dan 20% dari kampus-kampus sekitar seperti Poltekes Surakarta, Poltekes Indonusa Surakarta, Amicom, Sinus, Universitas Negeri Sebelas Maret, Unisri dan sebagainya. Di dalam pesma ini terbagi menjadi tiga kelas yaitu kelas pegon, kelas bacaan dan kelas khusus hafalan atau tahfidz.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil dari penelitian diperoleh gambaran kondisi kesejahteraan psikologis mahasantri yang mengikuti kelas khusus tahfidz sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil

Kategori	Interval Score	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	>100	5	20 %
Sedang	60-100	14	56 %
Rendah	<60	6	24 %
Jumlah		25	100%

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan acuan atau dasar pendapatnya Ryff dimana kesejahteraan psikologis terdiri dari 6 aspek yakni aspek penerimaan diri, otonomi, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri. (Kurniasari et al. 2019)

Dari data yang diperoleh prosentase pada aspek pertama yaitu penerimaan diri 72%, aspek kedua otonomi atau kemandirian 48%, aspek ketiga hubungan positif dengan orang lain 68%, aspek keempat penguasaan lingkungan 52%, aspek kelima tujuan hidup 80% dan aspek keenam pengembangan diri 76%.

Aspek penerimaan diri adalah dimana individu dapat menerima dirinya baik kelebihan maupun kekurangannya. Aspek otonomi ditandai dengan tingkat kemandirian individu. Aspek hubungan positif dengan orang lain dimana

individu dapat menjalin hubungan yang baik dengan masyarakat sosial. Aspek penguasaan lingkungan ditandai dengan individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Aspek tujuan hidup individu memiliki tujuan atau target hidup yang jelas dan komitmen terhadap tujuan yang ingin dicapainya dan aspek pengembangan diri dimana individu dapat mengetahui potensi dalam dirinya secara baik sehingga mampu menjadi pribadi yang dapat memperbaiki dirinya dari waktu ke waktu. (Ryff 1995)

Dari data penelitian diatas diperoleh gambaran umum kondisi kesejahteraan psikologis mahasantri Al-Musawwa adalah rata-rata memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang cukup baik atau dalam kategori sedang dan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik pada aspek penerimaan diri 72%, hubungan dengan orang lain 68%, pertumbuhan pribadi 76% dan tujuan hidup 80% dan mahasantri di ponpes Al-musawwa memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang/rendah dalam aspek penguasaan lingkungan dan otonomi dengan prosentase 48 % dan 52%.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian gambaran umum kondisi kesejahteraan psikologis mahasantri penting bagi konselor atau bidang Bimbingan Konseling pondok pesantren Al-Musawwa untuk melakukan tindakan-tindakan guna meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasantri yang masih rendah.

Penelitian ini hanya terbatas pada hasil penelitian berupa gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasantri, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan melakukan intervensi ataupun penerapan konseling untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada mahasantri pondok pesantren Al-musawwa Surakarta sehingga target-target kuliah ataupun nyantri dapat tercapai dengan baik dan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfinnas, Shulhan. (n.d). *Membangun Academic Self-Concept Mahasantri*.
- Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Rieneka Cipta
- Ayuningtyas, T., W. (2017). *Strategi Coping pada Mahasantri Kelas Tahfidz Pesma KH. Mas Mansyur*. UMS
- Chaplin, J. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Huppert, F., A. (2009). Psychological Well-Being: Evidence Regarding Its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being* 1(2):137–64. doi: 10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x
- Kurniasari, E., Nandang, E., & Nandang B. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research* 3 (2):52-58
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sekolah Adhyatman. *Science of Surveying and Mapping* 04(02).
- Ryff (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*. 4(4):99–104.
- Ryff (2013). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 1:10–28.
- Ryff & Singer. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. doi: <https://doi.org/10.1159/000289026> 58
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R& D*. Bandung: PT Alfabet.
- Wahyuningtyas, D., T. (2016). Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Dengan Anak ADHD Di Surabaya.
- Yani, A., I. (2021). Psychological Well-Being Mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah Iain Bengkulu Skripsi. IAIN Bengkulu.

TA'ZIR SEBAGAI UPAYA MENANGANI PERILAKU DELINKUENSI REMAJA PANTI

¹Triyono, ² Anang Syahrir Shidiq

Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
UIN Raden Mas Sid Surakarta, Indonesia

¹Triyonoalarif2@iain-surakarta.ac.id , ²asshidiq771@gmail.com

ABSTRACT

Delinquency behavior in adolescents is related to the tendency of adolescents to take actions that violate the rules resulting loss and damage to both themselves and others. This behavior is also found in adolescents who live in orphanages. There are efforts both preventive and curative in handling juvenile delinquency behavior in orphanages, one of them is the provision of ta'zir. Ta'zir is a kind of educative punishment. This study aims to determine the description of the implementation of ta'zir that is applied at the Orphan X Orphanage located in Karanganyar Regency, Central Java as the effort to deal with delinquency behavior of orphans. This research is a qualitative research. The subjects of this study were the orphanage builder and the orphans adolescent who were selected by purposive sampling. Data collection techniques using observation, interviews, and analysis. The validity of the data using technical triangulation and source triangulation. Data analysis used interactive analysis by Miles and Huberman in the form of data reduction, data presentation, and conclusions or verification. Based on the findings of the study, there were forms of delinquency behavior in the orphanage those are leaving praying, not doing daily picketing, smoking, drinking alcohol, intentionally destroying orphanage facilities, going out without permission, and violating other orphanage rules. In its implementation, ta'zir is adjusted to the delinquency behavior carried out by the orphans adolescent,

such as a strong reprimand (advice), punishment in the form of cleaning the orphanage environment such as the yard, bathroom, fines, and being expelled from the hostel. The ta'zir applied by the orphanage management aims to provide a deterrent effect to the person of delinquency behavior.

Keywords: *delinquency, orphans adolescent, ta'zir*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Seorang remaja sudah tidak bisa lagi dikatakan sebagai anak-anak, namun ia juga belum matang dikatakan sebagai seorang yang dewasa (Sumara *dkk.*, 2017). Masa remaja sering dikenal dengan istilah masa pemberontakan, sebab pada masa ini remaja baru mengalami pubertas yang sering kali menampilkan gejolak emosi, seperti munculnya rasa senang terhadap sesuatu, rasa marah, bahkan rasa takut yang berlebihan (Karlina, 2020). Pada masa ini juga, remaja sedang berupaya mencari identitas diri dan diikuti dengan keinginan untuk mengeksplorasi banyak hal di lingkungannya untuk mendapatkan nilai yang diadopsi (Garvin, 2017).

Pencarian identitas diri pada remaja sering sekali menimbulkan berbagai perilaku yang menyimpang dari kebiasaan dan melanggar hukum. Perilaku ini kenakalan remaja (*juvenile delinquency*). Kata delinkuensi berasal dari bahasa latin "*delinquere*" yang berarti terabaikan, mengabaikan, yang kemudian diperluas menjadi jahat, nakal, anti sosial, kriminal dan lainnya. Stein & Book (dalam Garvin, 2017) menyebut delinkuensi sebagai semua bentuk tindakan yang menyimpang dari ketentuan yang berlaku di masyarakat. Dengan kata lain, delinkuensi dapat dikatakan sebagai perilaku yang menyimpang dari aturan yang berlaku di lingkungan tertentu.

Delinkuensi remaja berkaitan erat dengan permasalahan psikologis, sehingga bisa memengaruhi dalam perkembangan remaja itu sendiri. Andriana

(2020) mengungkapkan bahwa secara umum masalah psikologis yang secara konsisten banyak ditemukan dalam kelompok usia anak dan remaja, dengan keluhan stres umum 23,9%, keluhan kecemasan 18,9%, keluhan *mood swing* (suasanan hati berubah-ubah) 9,1%, gangguan kecemasan 8,8% dan keluhan *somatic* 4,7%. Dengan hal tersebut dapat dilihat bahwa remaja masa remaja banyak mendapatkan tekanan dalam psikologisnya yang menyebabkan timbulnya kecemasan, stress dan gangguan psikologis lainnya.

Delinkuensi memiliki konotasi serangan, pelanggaran, kejahatan dan keganasan yang dilakukan oleh anak-anak muda di bawah usia 21 tahun. Wujud perilaku delinkuen di antaranya: perilaku ugal-ugalan, berandalan, urakan yang mengacaukan ketentraman lingkungan sekitar; perkelahian, baik pribadi ataupun antar geng, antar kelompok, sehingga kadang-kadang mengakibatkan luka fisik bahkan korban jiwa; membolos sekolah lalu berkeliaran sepanjang jalan, sambil melakukan aktivitas asusila atau tindakan negatif lainnya; kriminalitas anak dan remaja, seperti perbuatan mengancam, intimidasi, mencuri, menyerang dan tindak pelanggaran lainnya; berpesta pora sambil mabuk-mabukan dan melakukan seks bebas; kecanduan dan ketagihan bahan narkotika; Tindakan *immoral* seksual secara terang-terangan; perjudian dan bentuk-bentuk permainan lain dengan taruhan (Syahadat, 2019).

Delinkuensi remaja sebagai sebuah perilaku juga ditemui pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Yatim X, yang lokasinya berada di Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah. Panti ini dihuni oleh anak dan remaja putra dengan latar belakang yang berbeda, seperti anak yatim, duafa dan keluarga *broken home*. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada Desember tahun 2020, terdapat beberapa remaja yang memiliki perilaku delinkuensi seperti terlambat bangun, tidak mengerjakan salat, tidak melakukan piket harian, merokok, minum-minuman keras, merusak fasilitas panti dengan sengaja, keluar dari lingkungan panti tanpa izin dan perilaku melanggar

peraturan panti lainnya.

Terdapat upaya-upaya baik bersifat preventif dan kuratif penanganan perilaku delinkuensi remaja panti, salah satunya adalah pemberian *ta'zir*. *Ta'zir* menurut bahasa adalah *ta'dib* atau memberi pelajaran. Diartikan juga dengan mencela atau mendidik (Musyarrafah, 1966). *Ta'zir* berlaku bagi seseorang yang melakukan melakejahatan. Syaratnya adalah berakal sehat. Tidak ada perbedaan, baik laki-laki maupun perempuan, dewasa maupun anak-anak, atau kafir maupun muslim. Setiap orang yang melakukan kemungkaran atau mengganggu pihak lain dengan alasan yang tidak dibenarkan baik dengan perbuatan, ucapan, atau isyarat perlu diberi sanksi agar tidak mengulangi perbuatan (Irfan dan Masyrofah, 2013). Dalam konteks lembaga pendidikan, termasuk lingkungan panti yang terdapat peraturan bahwa setiap penghuni yang melakukan pelanggaran tata tertib, maka akan dikenai *ta'zir* atau hukuman yang sesuai dengan tingkatan pelanggarannya.

Ahmad Fathi Bahnasi dalam buku *Ad-Diyat fi as-Syaria`ah al-Islamiyah*, sebagaimana dikutip Misran (2018), *ta'zir* dimaknai sebagai hukuman yang tidak ditentukan (bentuk dan jumlahnya), yang wajib dilaksanakan terhadap segala bentuk maksiat yang tidak termasuk hudud dan kafarat, baik pelanggaran itu menyangkut hak Allah swt. maupun hak pribadi. Dengan kata lain, *ta'zir* adalah hukuman yang bersifat pengajaran atau mendidik terhadap perbuatan salah seseorang yang tidak dihukumi dengan hukuman yang telah ditetapkan oleh Allah. Pelaksanaan hukuman *ta'zir* ini diserahkan kepada orang yang mempunyai kekuasaan yang akan menjatuhkan hukuman tersebut kepada seseorang yang telah melanggarnya.

Ta'zir yang berlaku di di Panti Asuhan Yatim X, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah menjadi metode yang diterapkan guna meningkatkan kedisiplinan, kepatuhan, dan rasa tanggung jawab pada remaja panti. Selain itu juga bertujuan menumbuhkan rasa jera bagi yang telah melanggar tata tertib yang telah

ditetapkan. Jika tidak diberikan hukuman setelah melakukan kesalahan atau melanggar peraturan, maka para remaja panti akan dengan mudah melanggar dan bebas berbuat atau berperilaku semaunya sendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang pelaksanaan *ta'zir* yang diterapkan di Panti Asuhan Yatim X yang berada di Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah dalam upaya menangani perilaku delinkuensi remaja panti.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Menurut Stauss dan Corbin (dalam Rahmat, 2009) penelitian kualitatif merupakan suatu bentuk atau jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-penemuan baru yang tidak bisa diperoleh menggunakan prosedur statistik atau cara penelitian kuantitatif.

Subjek penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, di mana pengambilan sampel dari suatu populasi yang dilakukan dengan pertimbangan tertentu (Wiharyanto dkk., 2013). Adapun kriteria subjek yang diambil ini adalah orang yang terlibat dalam pemberian *ta'zir* (pembina panti), orang yang diberi hukuman (*ta'zir*) tersebut, Informan pendukung orang yang sudah lulus dari panti tersebut dan proses *ta'zir*.

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Kemudian keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Analisis data menggunakan model analisis data interaktif dari Miles dan Huberman (2009) berupa reduksi data, pengumpulan data, penyajian data dan kesimpulan/verifikasi.

KAJIAN TEORI

Delinkuensi remaja berasal dari dua kata yaitu delinkuensi dan remaja. Untuk remaja sendiri berasal dari bahasa latin "*Juvenilis*" artinya anak, anak

muda, karakteristik remaja dan sifat-sifat remaja, kemudian delinkuensi berasal dari bahasa latin "*delinquere*" yang artinya terabaikan, nakal, jahat, pelanggar aturan, kriminal dan lainnya (Nurjan, 2019). Maka delinkuensi remaja (*Juvenile Delinquency*) dapat diartikan sebagai bentuk perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja. Hal ini diperkuat lagi oleh Garvin (2017) yang mengartikan delinkuensi remaja merupakan sebuah tindakan yang dilakukan oleh remaja dengan sengaja melanggar hukum, jika diketahui maka bisa dikenakan hukuman oleh pihak berwajib. Kemudian diperkuat kembali oleh Syahadat (2019) yang menyebut delinkuensi remaja merupakan perilaku jahat atau kenakalan remaja dan merupakan gejala patologis secara sosial pada remaja.

Menurut Mulyono (dalam Sonia dkk., 2019) untuk perilaku delinkuensi pada remaja hanya terbatas pada usia ataupun masa tertentu, yaitu kira-kira dimulai pada kisaran usia 13 tahun dan berakhir pada usia 21 tahun. Delinkuensi remaja ini dapat disebabkan oleh suatu bentuk pengabaian sosial dan mereka mencoba mengembangkan bentuk perilakunya sendiri dan remaja yang seperti ini dapat disebut seseorang yang cacat sosial (Syahadat, 2019). Karena para ilmunan sudah sepakat bahwa delinkuensi remaja merupakan salah satu bentuk tingkah laku yang sifatnya anti sosial (Sarwirini, 2011).

Kartono (dalam Sonia dkk., 2019) yang mengatakan bahwa istilah delinkuensi adalah suatu tingkah laku yang tidak diterima secara sosial sehingga pelanggarannya bisa mencapai tindakan kriminal. Jadi Santrock juga pernah mengungkapkan pendapatnya bahwa delinkuensi remaja merupakan suatu tindakan yang mengarah pada berbagai perilaku yang menyimpang, mulai dari melanggar peraturan, tidak diterima secara sosial, sampai tindakan kriminal (Jayanti & Silaen, 2019).

Ta'zir berasal dari kata "*azzara*" yang dapat diartikan menolak, mencegah, mendidik, mengagungkan, menghormati, menguatkan dan

menolong (Hidayatullah, 2019). *Ta'zir* diartikan mendidik, karena mempunyai maksud untuk mendidik dalam memperbaiki perilaku yang buruk/kurang baik. Dengan kata lain *ta'zir* merupakan hukuman terhadap perbuatan pidana/delik yang tidak ada ketetapanannya dalam nas tentang hukumannya. Ibnu Manzhur (dalam Irfan & Masyrofah, 2013) yang mengartikan bahwa *ta'zir* merupakan sebuah hukuman yang tidak termasuk kedalam had dan hukuman tersebut bersifat mencegah pelaku tindak pidana dari melakukan suatu kejahatan dan juga menghalangi seseorang dari tindakan maksiat.

Menurut Misran (2018), *ta'zir* dikelompokkan menjadi dua, yaitu: 1) *At-Ta'zir 'ala al-Ma'asi*. Maksiat adalah melakukan suatu perbuatan yang diharamkan syarak dan meninggalkan perbuatan yang diwajibkan syarak. Perbuatan maksiat ini tidak saja yang menyangkut hak-hak Allah, tetapi juga menyangkut hak-hak pribadi. 2) *At-Ta'zir li al-Maslahah al-Ummah*. Hukuman *Ta'zir* dalam bentuk ini ditetapkan kepada orang-orang yang mengganggu dan merusak kepentingan, ketertiban dan kemaslahatan umum. Rasulullah pernah memenjarakan orang yang pernah dituduh mencuri seekor unta. Akan tetapi ketika tertuduh tidak terbukti melakukan pencurian unta tersebut, Rasulullah melepaskannya. Berdasarkan tindakan Rasul ini, para ulama berpendapat bahwa hukuman penjara merupakan salah satu bentuk jarimah (pelanggaran atau perbuatan salah) *ta'zir*.

Di samping pembagian jarimah *ta'zir* di atas, terdapat pembagian dan kriteria perbuatan jarimah yang tergolong kepada *ta'zir*, yaitu: jarimah hudud (al-Zarqa, 1967) yang tidak memenuhi syarat atau terdapat syubhat, jarimah qishash/diyat ('Awdah, 1997) yang tidak memenuhi syarat atau terdapat syubhat dan jarimah *ta'zir* yang tidak ada kaitannya dengan jarimah hudud dan *qishash/diyat*. Bentuk jarimah *ta'zir* yang terakhir ini sangat luas cakupan ruang lingkupnya, sehingga pemimpin/ululamri dapat menggunakan kewenagannya untuk menentukan perbuatan *ta'zir* dan hukumannya yang

sesuai dengan kemaslahatan masyarakat.

Menurut Muchtar (2005), agama Islam memberi arahan dalam memberi hukuman pada anak atau peserta didik, dengan memperhatikan: 1) Tidak menghukum ketika marah, sebab pemberian hukuman ketika marah akan lebih bersifat emosional yang dipengaruhi nafsu syaithaniyah; 2) Jangan sampai menyakiti perasaan dan harga diri anak atau orang yang dihukum; 3) Jangan sampai merendahkan derajat dan martabat orang bersangkutan, misalnya dengan menghina atau memncaci maki di depan orang lain; 4) Jangan menyakiti secara fisik; 4) Bertujuan mengubah perilakunya yang kurang/tidak baik menjadi baik dna terarah. Terdapat beberapa jenis-jenis ta'zir yang diterapkan, yaitu Ta'zir yang berkaitan dengan badan, Ta'zir yang berkaitan dengan harta/denda, dan Ta'zir yang berkaitan dengan pengetahuan (Irfan dan Masyrofah, 2013)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Terdapat perilaku perilaku delinkuensi yang dilakukan remaja panti di Panti Asuhan Yatim X Karanganyar, Jawa Tengah. Berdasarkan hasil wawancara serta dokumentasi terkait catatan perilaku delinkuensi. Setidaknya terdapat 16 anak yang melakukan perilaku delinkuensi dalam bentuk seperti tidak mengerjakan salat, tidak melakukan piket harian, merokok, minum-minuman keras, merusak fasilitas panti dengan sengaja, keluar dari lingkungan panti tanpa izin dan perilaku melanggar peraturan panti lainnya.

Bentuk penanganan perilaku delinkuensi oleh pengurus/pembina Panti dilakukan menggunakan sistem *ta'zir*. *Ta'zir* adalah sebagai hukuman untuk memberikan sebuah pembelajaran. Disebut *ta'zir* karena hukuman tersebut sifatnya untuk membuat jera kepada si terhukum (Darsi & Husairi, 2018). Panti Asuhan Yatim X Karanganyar, Jawa Tengah memiliki sebuah sistem dalam

penanganan perilaku-perilaku delinkuensi yang dilakukan oleh remaja di panti tersebut. Perilaku delinkuensi sendiri merupakan bentuk perilaku kenakalan kenakalan atau menyimpang yang melanggar hukum (Garvin, 2017).

Dalam pemberian *ta'zir* kepada remaja yang memiliki perilaku delinkuensi pembina panti memberikannya sesuai dengan pelanggaran yang dibuat. Hal ini disampaikan oleh subjek MMR: *"La kan itu, sesuai apa yang dibuat ..."* (MMR, 25 Maret 2021). Pernyataan yang sama juga diungkapkan langsung oleh subjek ANS: *"Oh kalau itu ya menyesuaikan pelanggarannya"* (ANS, 4 Mei 2021).

Dengan hal tersebut pihak pengelola panti atau pembina panti memberikan *ta'zir* seperti membersihkan kamar mandi atau denda jika melanggar aturan pulang tidak sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan. Hal ini diungkapkan oleh subjek MMR:

"... contohnya saya pernah ketika pulang itu melebihi jadwal, contohnya pulang dua hari saya sampai tiga hari itu biasanya diberi hukuman, biasanya didenda dan biasanya membersihkan kamar mandi" (MMR, 25 Maret 2021).

Pelanggaran lainnya seperti bangun tidak tepat waktu, maka mereka akan disiram dengan air agar segera bangun. Pernyataan ini diungkapkan oleh subjek MMR dan MFR: *"Kalau telat bangun biasanya cuma disiram air"* (MMR, 25 Maret 2021).

Pemberian *ta'zir* bagi remaja panti diberikan nasihat agar tidak mengulangi perbuatannya tersebut. Nasihat oleh pembina panti dilakukan berulang-ulang agar tiap perilaku tersebut tidak diulangi terus. Hal ini langsung diungkapkan oleh subjek S:

"Sementara ini teguran ya lisan, peringatannya lisan terus yo istilahnya peringatannya yo berulang-ulang tidak terbatas jumlah" (S, 16 Maret 2021).

Pemberian *ta'zir* pihak Pembina panti sendiri memiliki cara dalam pemberiannya *ta'zir*. Salah satunya dengan cara yang sudah ditetapkan sejak lama dan disepakati secara bersama oleh kedua belah pihak sebelum anak-anak ataupun remaja yang mau tinggal di panti Hal ini langsung diungkapkan oleh subjek S:

"Aturan awal kan sudah, pelanggarannya ini kan sudan ndak ada toleransi, kalau sekedar yang ringan-ringan tadi kan masih bisa dibimbing" (S, 16 Maret 2021).

Kemudian yang kedua dengan cara pemberian teguran secara langsung dan sesuai dengan kejadian saat itu juga. Hal ini diungkapkan langsung oleh subjek S:

"Nah itu akhirnya tertangkap basah, tertangkap basah langsung sampai panti saya suruh pulang, saya tunggu di panti saya nggak cari orangnya pokoe ndang mulih tak tunggu neng panti. Cuma gitu, sampai di panti, udah beres pakaian opo-opo kabeh ambil, besuk pulang" (S, 16 Maret 2021).

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa *ta'zir* yang diberikan kepada remaja panti yang melakukan perilaku delinkuensi disesuaikan dengan perilaku yang dibuat dan disesuaikan dengan peraturan yang ada.

Pembahasan

Perilaku delinkuasi adalah suatu bentuk perilaku yang dianggap menyimpang di suatu kalangan masyarakat, bisa berupa pencurian, perkelahian ataupun aturan lainnya (Hadisuprpto, 2004). Tyasasih (2020) menyebutkan bahwa perilaku delinkuensi adalah suatu bentuk dari perilaku kenakalan anak dan remaja. Dalam konteks remaja yang tinggal di panti asuhan, perilaku delinkuasi adalah sebuah bentuk perilaku yang menyimpang dan melanggar, baik aturan agama maupun aturan di panti asuhan.

Fajrin & Fahmi (2017) mengelompokkan penyebab utama munculnya perilaku delinkuensi yaitu disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam individu itu sendiri dan faktor eksternal bisa berasal dari kondisi keluarga, lingkungan teman, pengaruh media sosial, pengasuhan dan lainnya. Jika dilihat dari temuan perilaku delinkuensi di Panti Asuhan X Karanganyar, Jawa Tengah tersebut mereka ada yang melakukan bersama dengan lingkungan pertemanannya dan juga ada yang melakukan secara mandiri berdasarkan keingintahuan mereka seperti perilaku merokok. Tidak menutup kemungkinan juga banyak remaja yang tinggal di panti tersebut dikarenakan faktor keluarga.

Adanya perilaku delinkuensi di panti membuat pengelola panti mengambil sebuah tindakan agar perilaku delinkuensi tersebut bisa hilang. Pihak pengelola panti memberikan sebuah sistem yang dinamakan dengan *ta'zir* atau bisa disebut dengan hukuman. Darsi & Husairi (2018) berpendapat bahwa *ta'zir* adalah bentuk hukuman yang berkaitan dengan pelanggaran dalam melanggar hak Allah dan hambanya namun tidak ada ketentuan di dalam Al-Qur'an dan hadis. Dalam Islam *ta'zir* diisyaratkan sebagai bentuk hukuman yang sifatnya edukatif terhadap seseorang yang melanggar ketentuan peraturan (Irfan & Masyrofa, 2013). Oleh Misran (2018), *ta'zir* dikelompokkan menjadi dua, yaitu: *At-Ta'zir 'ala al-Ma'asi*, *ta'zir* karena melakukan maksiat, melakukan suatu perbuatan yang diharamkan syarak dan meninggalkan perbuatan yang diwajibkan syarak, seperti meninggalkan salat dan *At-Ta'zir li al-Maslahah al-Ummah* atau *ta'zir* sebab mengganggu dan merusak kepentingan, ketertiban dan kemaslahatan umum, seperti merusak fasilitas panti.

Panti Asuhan Yatim X Karanganyar, Jawa Tengah sendiri sudah menerapkan beberapa sistem *ta'zir* dalam menangani perilaku delinkuensi yang dimiliki oleh remaja di panti tersebut. Dalam penanganannya tersebut memang ada yang sudah diatur dan dicatat menjadi tata tertib yang harus

ditaati oleh seluruh warga yang ada di panti tersebut. Namun ada juga bentuk pelanggaran yang *ta'zir*-nya belum diatur. Sehingga *ta'zir* yang diberikan menyesuaikan apa yang dikehendaki oleh pembina di panti tersebut.

Pemberian sistem *ta'zir* ini dilakukan oleh pembina panti langsung. Walaupun dalam struktur pembinaan di panti ada tiga orang namun yang berperan dalam membimbing anak dan memberikan hukuman hanyalah satu orang pembina dalam penelitian ini sebagai subjek S. *Ta'zir* yang di berikan disesuaikan dengan perilaku delinkuensi yang dilakukan. Karena memang dalam pemberian *ta'zir* sepenuhnya dilakukan dan diserahkan kepada ululamri (pemimpin) (Marsaid, 2020). Sebagai contoh ketika remaja di panti tersebut melakukan pelanggaran kepulauan maka akan diberikan hukuman (*ta'zir*) berupa denda dan atau membersihkan kamar mandi.

Ta'zir diberikan berfungsi sebagai pendidikan dan pengajaran kepada orang yang melakukan perbuatan maksiat atau melanggar agar bisa lebih baik serta tidak mengulangi perbuatan yang dilakukan (Tarigan, 2017). Memang sangatlah diperlukan dalam mendidik anak-anak dan remaja yang berkaitan dengan perilaku agar bisa terhindar dari perilaku-perilaku menyimpang (delinkuensi). Maka diperlukan adanya suatu sistem dalam menangani kasus-kasus yang berkaitan dengan perilaku delinkuensi. *Ta'zir* bisa menjadi salah satu pilihan dalam upaya menangani perilaku delinkuensi.

Di Panti Asuhan Yatim X Karanganyar Jawa Tengah juga menerapkan sistem *ta'zir* ini untuk menangani perilaku delinkuensi pada remaja panti. Ada beberapa sistem *ta'zir* yang memang sudah disepakati secara bersama dan tertulis dalam tata tertib, namun juga ada beberapa *ta'zir* yang memang tidak dicatat dalam tata tertib. *ta'zir* tersebut tidak langsung diberlakukan kepada remaja yang melakukan perilaku delinkuensi. Remaja tersebut biasanya diberikan nasihat dahulu agar tidak mengulangi perbuatannya. Kemudian pembina panti menyesuaikan pelanggaran apa yang dilakukan oleh remaja

tersebut.

Istilah *ta'zir* disebut juga dengan *punishment*. Anggraini dkk., (2019) mengungkapkan *punishment* diartikan sebagai sebuah hukuman atau sanksi. *Punishment* menjadi salah satu cara untuk mengarahkan sebuah tingkah laku agar sesuai dengan tingkah laku secara umum (Pramesti dkk., 2019). Sehingga dalam perspektif Barat *ta'zir* ini dianggap juga sebagai *punishment* yang artinya sama dengan hukuman. Dengan hal ini ada beberapa macam jenis *punishment*. Di antaranya adalah *punishment* ringan, *punishment* sedang dan *punishment* berat (Wirawan & Afani, 2018).

Ada beberapa bentuk perilaku delinkuensi di panti yang memang tergolong pelanggaran ringan, sedang dan berat. Sehingga *ta'zir* nya juga dapat digolongkan sebagai *punishment* ringan, sedang dan berat. Contoh bentuk perilaku delinkuensi ringan seperti bangun tidak tepat waktu, keluar tanpa izin dan lainnya. Sehingga itu hanya perlu diberikan nasihat saja. Perilaku delinkuensi sedang seperti melanggar aturan pulang, merokok dan lainnya. Bentuk *ta'zir* bisa berupa denda dan membersihkan kamar mandi, halaman dan lainnya. Namun sebelum diberikan *ta'zir* mereka akan diberikan nasihat agar tidak mengulangi perbuatan tersebut. Perilaku delinkuensi yang tergolong berat seperti mabuk. Sehingga dapat *ta'zir* berat, hukumannya langsung dikeluarkan.

Proses pemberian *ta'zir* kepada remaja panti tersebut sudah sejak lama diberlakukan. Tujuannya agar remaja di panti tersebut bisa menjaga nama baik panti yang sudah tertera dalam tata tertib. Juga sebagai upaya dalam menangani perilaku delinkuensi yang dilakukan oleh remaja panti. Agar remaja di panti tersebut bisa terselamatkan dan tidak terjerumus ke dalam hal-hal buruk terkait tindakan kriminalitas. Pemberlakuan takzir bagi remaja panti yang melanggar tata tertib atau peraturan juga berdampak pada pengembangan kepribadian remaja panti, yaitu sadar dan berhati-hati dalam

bertindak, disiplin, patuh, serta bertanggung jawab dalam setiap tindakannya.

Rasa kesadaran, bukan didasarkan atas paksaan dari luar, melainkan atas kesadaran dari diri sendiri dengan mengetahui pentingnya arti peraturan tersebut. Kedisiplinan berkaitan dengan sikap dan perilaku yang dimiliki remaja panti yang menunjukkan hal positif dan diperoleh dari kesadaran yang tinggi bahwa menaati dan mengikuti tata tertib di lingkungan panti adalah suatu kewajiban dari setiap individu. Disiplin dan taat dalam hal ini dapat berupa disiplin dalam beribadah, dan belajar. Rasa kepatuhan berkaitan dengan segala perbuatannya harus sesuai dengan tata tertib yang berlaku baik waktu, tempat maupun keadaan. Di sini remaja panti dibentuk agar memiliki kepatuhan diri dalam menjalankan peraturan yang berlaku. Sikap patuh yang dimiliki remaja panti diharapkan dapat dijadikan bekal hidup bermasyarakat

Tanggung jawab berkaitan dengan sikap menerima sanksi bila telah melakukan pelanggaran. Artinya bagi remaja panti yang telah melanggar tata tertib harus menjalankan ta'ziran yang diberikan oleh Pembina atau pengurus. Apabila terdapat remaja panti yang pada saat pelaksanaan ta'ziran tidak mau menjalanlannya pada waktu itu juga maka di waktu ta'ziran berikutnya, remaja tersebut tersebut tetap mendapatkan ta'zir yang seharusnya diterima. Hal tersebut diterapkan agar remaja panti memiliki rasa jera dalam melakukan pelanggaran dan memiliki rasa tanggung jawab pada diri mereka.

Berdasarkan analisis di atas, peneliti berpendapat bahwa sesungguhnya penerapan ta'zir di Panti Asuhan Yatim X Karanganyar Jawa Tengah masih dalam batas kewajaran, bersifat edukatif dan masih sesuai dengan konsep pendidikan Islam. Dalam penerapannya hukuman berorientasi pada tuntunan dan perbaikan yang lebih baik.

SIMPULAN

Terdapat upaya-upaya baik bersifat preventif dan kuratif penanganan perilaku delinkuensi remaja panti. Bentuk-bentuk delinkuensi yang dilakukan remaja panti adalah terlambat bangun, tidak mengerjakan salat, tidak melakukan piket harian, merokok, minum-minuman keras, merusak fasilitas panti dengan sengaja, keluar dari lingkungan panti tanpa izin dan perilaku melanggar peraturan panti lainnya.

Di antara upaya-upaya preventif dan kuratif yang dilakukan oleh Pembina/pengurus panti adalah melaksanakan sistem *ta'zir* yang disesuaikan dengan perilaku delinkuensi yang dilakukan remaja panti. Jika pelanggarannya ringan cukup diberikan nasihat, pelanggaran sedang dinasihati, membersihkan kamar mandi, denda, dipukul dengan tujuan tidak menyakiti, dan lainnya. Jika pelanggaran berat diberikan peringatan dan dikeluarkan dari panti. *Ta'zir* yang diterapkan pengurus panti bertujuan memberikan efek jera pada remaja panti pelaku perilaku delinkuensi. *ta'zir* menjadikan remaja panti lebih sadar dan berhati-hati dalam bertindak, lebih disiplin, patuh dan bertanggung jawab dalam setiap tindakannya dan patuh pada peraturan yang ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, D. (2020). *Ini Masalah Psikologis Yang Paling Banyak Terjadi Pada Masa Pandemi*. Bisnis.Com. <https://M.Bisnis.Com/Amp/Read/20201014/1304979/Ini-Masalah-Psikologis-Yang-Paling-Banyak-Terjadi-Pada-Mas-Pandemi>
- Abu Laits as-Samarqandi (1985) *`Uqubat Ahlu al-Kabair*, Beirut: Dar al-Kutub al-`Ilmiyah
- Anggraini, S., Siswanto, J., & Sukamto. (2019). Analisis Dampak Pemberian Reward and Punishment Bagi Siswa SD Negeri Kaliwiru Semarang. *Mimbar PGSD Undiksha*, 7(3), 221–229.

- Bahnasi, Ahmad Fathi (1967), *Ad-Diyat fi as-Syaria`ah al-Islamiyah*, Maktabah al-Injily al-Misriyah.
- Darsi, D., & Husairi, H. (2018). *Ta'zir dalam Perspektif Fiqh Jinayat. Al-Qisthu: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Hukum*, 16(2), 60.
- Fajrin, A., & Fahmi, T. (2017). Hubungan Antara Partisipasi Siswa dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Kecenderungan Perilaku Delinkuen. *Jurnal Sosiologi*, 19(1), 1–13.
- Garvin. (2017). Pola Asuh dan Kecenderungan Delinkuensi pada Remaja. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 10, 30–39.
- Hadisuprpto, P. (2004). Studi Tentang Makna Penyimpangan Perilaku di Kalangan Remaja. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 3(1ii), 9–18.
- Hidayatullah. (2019). *Fiqh*. Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin
- Irfan, M. N., & Masyrofah. (2013). *Fiqh Jinayah*. In *Amzah* (Vol. 53, Issue 9). Jakarta: Amzah.
- Jayanti, N. E., & Silaen, S. M. J. (2019). Hubungan Antara Keharmonisan Keluarga dan Kecerdasan Emosi dengan Kecenderungan Perilaku Delinkuen pada Siswa SMK Adi Luhur 2 Jakarta Timur. *Ikraith-Humaniora*, 53(9), 1689–1699.
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Edukasi Nonformal*, 1(52), 147–158.
- Marsaid. (2020). *Al-Fiqh Al-Jinayah (Hukum Pidana Islam)* (Jauhari (Ed.); 1st Ed.). Palembang: Cv.Amanah.
- Misran (2018). Kriteria Jarimah Takzir. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Justisia/article/download/2648/1901>.
- Muchtar, Heri Jauhari. (2005). *Fiqh Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Musyarrafah, Athiyah Musthafa. 1966. *Al-Qadha fi al-Islam*, Syirkah as-Syarqi al-Ausath.

- Nurjan, D. S. (2019). *Perilaku Delinkuensi Remaja Muslim* (A. C. (Ed.); 1st Ed.). Yogyakarta: Samudra Biru.
- Pramesti, R. A., Sambul, S. A. P., & Rumawas, W. (2019). Pengaruh Reward dan Punishment Terhadap Kinerja Karyawan KFC Artha Gading. *Jurnal Administrasi Bisnis*, 9(1), 57–63.
- Rahmat, P. S. (2009). Penelitian Kualitatif. *Equilibrium*, 5(9), 1–8.
- Sarwirini. (2011). Kenakalan Anak (Juvenile Delinquency): Kausalitas dan Upaya Penanggulangannya. *Perspektif*, 16(4), 244.
- Sonia, H. P., Salim, I. K., & Armayati, L. (2019). Pengaruh Kecerdasan Spiritual Dan Kecerdasan Emosi Dengan Kecenderungan Berperilaku Delinkuen Pada Remaja. *An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*, 13(1), 55–61.
- Sumara, D., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Kenakalan Remaja dan Penanganannya. *Jurnal Penelitian & PPM*, 4, 129–389.
- Syahadat, Y. M. (2019). Perilaku Khas Kenakalan Remaja (Juvenile Delinquency) Pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 2(1), 77–86.
- Tarigan, A. A. (2017). Ta'Zīr Dan Kewenangan Pemerintah Dalam Penerapannya. *Ahkam: Jurnal Ilmu Syariah*, 17(1), 153–170.
- Tyasasih, R. (2020). Penanggulangan Kenakalan Anak Dan Remaja, Dampak Dan Penanganannya. *Integritas: Jurnal Pengabdian*, 4(1), 70–81.
- Usammah. (2019). Ta'zir Sebagai Hukuman Dalam Hukum Pidana Islam Ta'zir As A Punishment In Islamic Criminal Law. *Kanun Jurnal Ilmu Hukum*, 53(9), 1689–1699.
- Wirawan, A., & Afani, I. N. (2018). Pengaruh Reward Dan Punishment Terhadap Kinerja Dan Motivasi Karyawan Pada CV Media Kreasi Bangsa. *Journal Of Applied Business Administration*, 2(2), 242–247.

BAB III PENYULUHAN ISLAM

STRATEGI DAKWAH RADIO DALAM MENGHADAPI TANTANGAN DI ERA PANDEMI

Samrah

Program Studi Manajemen Dakwah Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Parepare
Email: samrahscout@gmail.com

ABSTRACT

Radio Preaching Strategies for Challenges in the Pandemic Era. Using radio in the da'wah process has become a common thing in today's information technology era. Da'wah messages need to be broadcast more widely so that people understand more about Islamic teachings, which are being practiced less and less widely understood. Especially during the pandemic, there were very many religious cases that were not understood by the public, while the rules for restricting social activities were very strict, therefore the role of radio as a medium of da'wah was very important in spreading religious messages. The strategy of da'wah through radio was finally found to be a safe and useful route for spreading religious messages to the public/community.

Keywords: *Strategy, Da'wah, Radio, Pandemic*

PENDAHULUAN

Era pandemi membawa berbagai permasalahan membuat masyarakat menjadi kacau termasuk pada aspek-aspek penting seperti aspek sosial, kesehatan, pendidikan, ekonomi hingga agama. Hal tersebut mendorong perlunya berbagai strategi untuk mengatasi permasalahan yang muncul. Agama sebagai hal yang berisikan landasan dan aturan hidup menyediakan

berbagai ajaran dan aturan yang mampu mengelola berbagai permasalahan yang ada dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat, baik dalam aspek individu maupun sosial kemasyarakatan.

Tetapi permasalahan lain muncul akibat dari era pandemi, yaitu penyebaran pesan-pesan agama menjadi terhambat karena banyaknya aturan pembatasan aktivitas sosial dalam masyarakat. Permasalahan ini memerlukan berbagai strategi yang efektif dan efisien agar pesan-pesan agama dapat tersebar dengan baik. Radio menjadi salah satu sarana yang dapat diperhitungkan dalam proses penyebaran pesan-pesan agama dalam masa pandemi. Hal tersebut dipahami berdasarkan pertimbangan bahwa aktivitas radio tidak dipengaruhi oleh pembatasan aktivitas sosial pada masyarakat, karena pada dasarnya radio hanya mentransmisikan pesan melalui jaringan radio itu sendiri, yang diharapkan tersampaikan dengan baik kepada masyarakat secara menyeluruh.

Strategi-strategi yang tepat sasaran dalam hal ini mengatasi permasalahan sosial masyarakat pada era pandemi sangat diperlukan dalam proses dakwah melalui radio. Da'i sebagai pelaku dakwah diharapkan mampu memberikan kinerja yang efektif dalam menghadapi permasalahan yang ada. Permasalahan seperti banyaknya kesalahpahaman masyarakat mengenai sistem ibadah di era pandemi, dimana ada beberapa wilayah yang masih bermasalah dengan sistem shalat berjamaah di mesjid dan berbagai masalah-masalah lainnya baik yang bersifat agamis, maupun non-agama, sedangkan kegiatan dakwah *face to face* terkendala akibat aturan pembatasan aktivitas sosial pada masyarakat. Maka dari itu, penulis bertujuan untuk mengkaji bagaimana permasalahan sosial masyarakat di era pandemi dan strategi pendakwah dalam menyebarkan pesan-pesan agama melalui radio di era pandemi.

PEMBAHASAN

Konsepsi dakwah pada era saat ini semakin berkembang seiring perkembangan jaman, berbagai media mulai banyak bermunculan dalam membantu pelaksanaan kegiatan-kegiatan dakwah. Permasalahan sosial masyarakat saat ini juga mendorong perkembangan dakwah atas tuntutan dalam menghadapi permasalahan masyarakat yang ada. Sehingga pembahasan mengenai strategi dakwah di era pandemi melalui radio perlu dikaji lebih lanjut.

Problematika Dakwah Era Pandemi

Problematika berarti persoalan atau permasalahan, yang dalam hal ini memiliki tuntutan untuk dipecahkan. Problematika dari segi bahasa berarti sesuatu yang menimbulkan masalah dan dibutuhkan pemecahan. Adapun problematika yang dibahas dalam tulisan ini adalah problematika dakwah pada era pandemi, dalam hal ini pandemi covid-19. Dakwah pada dasarnya adalah suatu aktivitas dengan tujuan mulia yakni untuk menyeru manusia ke arah yang diridhoi Allah swt dengan cara-cara yang telah diatur pula yakni *amar ma'ruf nahi mungkar* sehingga manusia dapat kembali kepada jalan yang diridhai Allah sesuai syariat ajaran Islam. Sehingga hal tersebut menjadi urgensi dalam pelaksanaan dakwah.

Munculnya wabah pandemi memberi sangat banyak permasalahan di era sekarang ini, selain perkembangan dari teknologi informasi itu sendiri. Pandemi yang dikenal dengan istilah covid-19 menjadi wabah yang cukup lama dihadapi dan mempengaruhi berbagai aspek dunia ini. Hal yang paling terasa adalah penurunan aktivitas sosial melalui banyaknya pembatasan-pembatasan aktivitas sosial pada berbagai daerah di dunia khususnya Indonesia, termasuk pada berbagai agenda kegiatan dakwah yang sulit dilaksanakan, yang secara tidak langsung membuat da'i memerlukan berbagai metode dakwah baru.

Kegiatan dakwah yang umumnya dilakukan di area-area publik, seperti mesjid, lapangan, mimbar, dan sebagainya menjadi terkendala dilakukan akibat dari pembatasan sosial yang dijalankan. Sehingga proses dakwah tidak lagi dapat berjalan sebagaimana biasanya. Selain munculnya problematika dalam proses dakwah, wabah pandemi juga memunculkan masalah dalam aspek-aspek kehidupan masyarakat yang tentunya memerlukan peran agama dalam mengatur permasalahan tersebut.

Strategi Dakwah Melalui Radio

Radio merupakan teknologi yang sudah cukup lama eksis dalam perkembangan teknologi informasi, termasuk dari perkembangan zaman itu sendiri. Radio merupakan teknologi yang bersifat auditif atau berfokus pada media yang dinikmati melalui pendengaran atau media yang menyajikan produk audio. Radio pada masa sekarang ini mungkin masih sangat eksis, tetapi peminat radio tidak lagi sebesar dahulu, akibat dari munculnya berbagai media-media berbasis internet yang sangat digemari masyarakat. Apalagi jangkauan radio yang tidak sebesar internet. Meskipun demikian, radio tetap masih memberikan pengaruh besar pada berbagai kalangan masyarakat.

Inovasi-inovasi yang disajikan radio pada masa sekarang ini mencoba menarik minat masyarakat dengan sajian-sajian informasi menarik dengan pembawaan yang baik pula. Begitupun dalam kegiatan dakwah, para da'i dituntut agar mampu menarik minat masyarakat minimal untuk mendengarkan pesan yang dibawakan dan akan lebih baik lagi apabila pendengar memahami dan mengikuti pesan/informasi yang didapatkan. Pengelolaan radio menjadi titik sentral dalam hal ini, dimana proses menarik minat pendengar dan proses untuk membuat pendengar memahami informasi sangat ditekankan. Khususnya pada masa pandemi covid-19, pembatasan aktivitas sosial membuat radio memiliki peran penting, karena kegiatan radio tidak memerlukan aktivitas

face to face, sehingga masyarakat hanya perlu menunggu dan mendengarkan informasi diberikan kepada mereka. Hal yang paling penting disini adalah strategi yang perlu dilakukan agar masyarakat mau mendengarkan radio dan dapat memahami pesan dari radio. Sehingga komunikasi persuasif sangat dibutuhkan. Media sosial juga cukup membantu menarik minat masyarakat untuk mendengarkan radio, dimana setiap anggota masyarakat dapat saling mengajak melalui media sosial dengan mempromosikan kegiatan radio secara menarik agar orang-orang tertarik mendengarkan radio.

Para da'i dalam hal ini juga sangat dituntut dengan adanya pandemi ini agar mampu menyajikan konten-konten dakwah yang diminati masyarakat dengan menggunakan media-media yang terbatas. Meskipun demikian, perkembangan teknologi informasi seharusnya tak menjadi masalah besar lagi dalam proses dakwah, karena melalui berbagai perangkat teknologi informasi, dakwah tetap dapat dijalankan. Hal terpenting yang perlu ditekankan kembali adalah bagaimana melakukan kegiatan dakwah yang optimal melalui media-media yang ada.

Secara garis besar, radio menjadi sarana yang mampu digunakan dalam penyebaran informasi, dalam hal ini penyebaran pesan-pesan islam. Melalui strategi yang tepat, diharapkan mampu menarik minat masyarakat untuk mengakses radio dan membuat masyarakat mampu memahami intisari atau hikmah dari konten dakwah yang disajikan. Sehingga kegiatan-kegiatan yang bersifat persuasif dan melalui aktivitas mempromosikan kegiatan dapat dijadikan strategi untuk mencapai optimalisasi radio sebagai media dakwah.

SIMPULAN

Permasalahan pada era pandemi covid-19 sangat mempengaruhi kehidupan masyarakat dalam berbagai aspek khususnya aspek sosial kemasyarakatan dimana masyarakat cenderung kewalahan bersosialisasi

dengan orang lain yang membuat penyebaran informasi sedikit terhambat. Strategi penggunaan radio menjadi salah satu metode yang tepat digunakan dalam menghadapi masalah pembatasan sosial sehingga aktivitas dakwah tetap dapat dijalankan dengan optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Hasan. (2020). Tantangan dan Arah Dakwah di Tengah Ancaman Pandemi Covid-19. *Jurnal Peurawi*. Vol. 3. No. 2.
- Kusnawan, Aep. (2004). *Komunikasi dan Penyiaran Islam: Mengembangkan Tabligh melalui Mimbar, Media Cetak, Radio, Televisi, Film dan Media Digital*. Bandung: Benang Merah Press.
- Muhaemin. (2017). Dakwah Digital Akademisi Dakwah. *Academic Journal for Humiletic Studies*. Vol. 11. No. 2.
- Poerwadarminta. (2002). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Bandung: Balai Pustaka.
- Setyowati dan Cahya. (2020). Peran Dakwah *Daring* untuk Menjaga Solidaritas Sosial di Masa Pandemi Covid-19. *Academica Journal of Multidiciplinary Studies*. Vol. 4. No. 2.

PSIKOEDUKASI UNTUK PENINGKATAN PENGETAHUAN MAHASISWA TENTANG ANAK BERBAKAT (*GIFTED*)

Novita Maulidya Jalal

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

*E-mail: novitamaulidyajalal@unm.ac.id

ABSTRACT

Psychoeducation for Increasing Student Knowledge about Gifted Children. *Situation. This study aims to determine whether there is an effect of psychoeducation on increasing peer knowledge about gifted children. The research method used. The research design used was Pre-Experimental Design with the One-Group Pretest-Posttest Design model. This research was conducted in Makassar with a sample of 8 new students from the Faculty of Psychology UNM who took the MK in Educational Psychology, and were willing to take part in the research. The data collection method used is a formative knowledge test which includes 10 multiple choice questions. Data analysis compared the results of knowledge test scores before (pretest) and after (posttest) psychoeducation treatment was given. The results showed that there was an influence of psychoeducation on increasing students' knowledge about gifted children where the subject experienced an increase in knowledge scores about gifted children.*

Keywords: *Psychoeducation, knowledge, students, gifted children*

PENDAHULUAN

Anak berbakat merupakan anak yang berkebutuhan khusus dengan karakteristik kemampuan-kemampuan yang unggul, berprestasi, atau memiliki kecerdasan yang tinggi yang ditinjau secara multi dimensional (Meity H, Idris, 2014). Kebijakan pendidikan yang dijabarkan dari Undang-

Undang Dasar 1945 ke dalam Undang-Undang No. 2 Tahun 1989 dan yang mengimplementasikan tolak ukur sebagaimana juga tertera dalam GBHN 1993, untuk memberikan perhatian khusus kepada anak yang memiliki kemampuan dan kecerdasan luar biasa.

Pengembangan potensi anak berbakat membutuhkan program dan layanan pendidikan secara khusus. Susilowati (2013) menyatakan pemerintah telah mengeluarkan undang-undang bagi peserta didik berhak mendapatkan perlakuan sesuai dengan bakat dan minatnya dan berhak menyelesaikan program pendidikan lebih awal dari waktu yang telah ditentukan. Namun, pada kenyataannya, kemampuan anak berbakat unggul jika dibandingkan anak seusianya dapat berkembang jauh lebih baik apabila potensi yang dimiliki dapat dikembangkan dengan baik. Akan tetapi, tidak jarang potensi dan kemampuan anak berbakat terabaikan baik oleh orangtua maupun lingkungan sekitar. Terabaikannya kemampuan anak berbakat dapat menimbulkan berbagai macam masalah seperti masalah akademik, emosi, dan sosial. Sebagaimana yang dipaparkan oleh Iswinarti (Wandansari, 2004) bahwa anak berbakat bisa tidak mengalami kesulitan penyesuaian sosial apabila orangtua ataupun guru memiliki pemahaman yang tepat mengenai cara memahami anak berbakat, sehingga lingkungan berperan penting dalam kemampuan anak berbakat melakukan penyesuaian sosial.

McDowell (Sampson, 2013) menyatakan bahwa anak berbakat sering melaporkan dirinya berbeda dengan anak-anak lainnya, sehingga menyebabkan anak berbakat kurang percaya diri dalam berinteraksi dan mengalami kesulitan dalam menemukan teman sebaya, serta mereka juga mengalami frustrasi akibat pekerjaan sekolah yang dirasa berulang-ulang termasuk guru yang dianggap tidak membantu dan pertanyaan-pertanyaan yang mereka ajukan biasanya memicu konflik karena tujuan mereka disalah pahami. Oleh karena itu, pengetahuan orang di sekitar anak berbakat sangat

perlu ditingkatkan mengingat dampak yang dapat terjadi akibat minimnya pengetahuan terkait anak berbakat dapat mempengaruhi sikap dan perilaku orang-orang di sekitarnya salah satunya teman sebaya dari anak berbakat. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil penelitian Anjassari (2014) bahwa rendahnya penerimaan social teman sebaya pada siswa ABK menunjukkan kurang pekanya teman sebayanya dan cenderung bersikap tak acuh hingga mengarah pada perilaku yang kurang baik.

Psikoedukasi merupakan intervensi yang dapat dilakukan pada individu, keluarga, dan kelompok yang berfokus untuk mendidik partisipannya mengenai tantangan signifikan dalam hidup yaitu bagaimana harus mengerti keadaan orang lain agar dapat lebih bersyukur dengan apa yang telah dimiliki dan hubungan sosial terhadap sesama menjadi lebih baik, membantu partisipan mengembangkan sumber-sumber dukungan dan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan tersebut bahkan mengembangkan keterampilan coping untuk menghadapi tantangan tersebut (Griffiths, 2006). Dalam Permendiknas No. 22/2006, layanan psikoedukasi mulai jenjang sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi, salah satunya dapat diberikan kepada mahasiswa. Dengan demikian, psikoedukasi diharapkan dapat membantu mahasiswa lebih memahami bahwa anak berbakat juga ingin berteman dan dianggap ada, bahkan banyak dari anak berbakat menjadi seseorang yang memiliki bakat atau kemampuan seperti anak pada umumnya. Oleh karena itu dilakukan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian psikoedukasi terhadap peningkatan pengetahuan mahasiswa tentang anak berbakat.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah eksperimen. Menurut Sugiyono (2012) metode penelitian eksperimen dapat diartikan

sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dipahami bahwa penelitian eksperimen selalu dilakukan dengan memberikan perlakuan terhadap subyek penelitian kemudian melihat pengaruh dari perlakuan tersebut.

Desain penelitian yang digunakan adalah Pre-Experimental Design dengan model desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Digunakan desain ini karena terdapat pretest sebelum diberi perlakuan, hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan seperti berikut :

Tabel 1. Desain One-Group Pretest-Posttest Design (Sugiyono, 2012)

Pretest	Perlakuan	Posttest
01	X	02

Keterangan:

- 01** Nilai pretest sebelum diberi perlakuan (treatment).
02 Nilai posttest setelah mendapat perlakuan (treatment).
X Perlakuan (treatment) psikoedukasi tentang anak berbakat.

Penelitian ini dilakukan di Makassar dengan sampel 8 orang mahasiswa baru Fakultas Psikologi UNM yang mengambil MK Psikologi Pendidikan, serta bersedia mengikuti penelitian. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik simple random sampling, Hal ini dilakukan dengan pertimbangan bahwa kedudukan mahasiswa dalam kelas diterapkan secara acak tanpa melihat peringkat nilai, jenis kelamin mahasiswa, dan golongan mahasiswa, sehingga mahasiswa sudah tersebar secara acak dalam kelas yang ditentukan. Selain itu, banyaknya mahasiswa dalam kelas sama, mahasiswa mendapat materi

berdasarkan kurikulum yang sama, dan mahasiswa mendapat waktu pelajaran yang sama.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah psikoedukasi secara tatap muka langsung dengan menjelaskan materi meliputi definisi anak berbakat, karakteristik anak berbakat, dan permasalahan sosioemosional anak berbakat. Media psikoedukasi berupa PPT yang ditampilkan melalui penggunaan LCD, serta video terkait anak berbakat yang bersumber dari youtube. Sedangkan Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil belajar peserta didik, dengan indikator: pengetahuan siswa (pretest dan posttest) terkait materi anak berbakat yang diberikan.

Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu tes pengetahuan. Metode tes yang digunakan pada penelitian ini adalah tes formatif berbentuk 10 soal pilihan ganda sebagai penilaian aspek kognitif (pretest dan posttest). Nilai benar diberi skor 1 dan nilai salah diberi skor 0. Dengan analisis data membandingkan hasil skor tes pengetahuan sebelum (pretest) dan setelah (posttest) perlakuan psikoedukasi diberikan.

KAJIAN TEORI

Definisi anak Berbakat

Kauffman (Munandar 2009) mendefinisikan anak berbakat adalah seseorang yang bisa memiliki bakat, kreativitas tinggi, jenius dan mencapai kedewasaan sebelum waktunya. Sedangkan, Meity H, Idris, 2014) mendefinisikan anak berbakat adalah seseorang yang memiliki kemampuan-kemampuan yang unggul, berprestasi, atau memiliki kecerdasan yang tinggi yang ditinjau secara multi dimensional. Sedangkan,, Cahya (2013) mengartikan anak berbakat adalah anak yang memiliki kemampuan tinggi dalam bidang tertentu, misalnya bidang matematika, bahasa, sains, social, seni, kepemimpinan, kemampuan kinetik, dan lainnya.

Karakteristik Anak Berbakat

Renzulli (Zaenal, Alimin & Sunardi, 1996) melalui teorinya *Three-ring Conception* tentang keberbakatan menyatakan tiga dimensi yang saling (a) kecakapan di atas rata-rata, (b) kreativitas, dan berkaitan, yaitu (c) komitmen pada tugas. Munandar (2002) mengemukakan bahwa terdapat 3 (tiga) karakteristik dari keberbakatan, yaitu:

1. Kemampuan umum di atas rata-rata.
2. Kreativitas di atas rata-rata.
3. Pengikatan diri terhadap tugas (*task commitment*) yang cukup tinggi.

Seagoe (Sunardi, 2008) mengemukakan bahwa ciri-ciri tertentu dari anak berbakat dapat mengakibatkan timbulnya masalah-masalah tertentu, seperti:

1. Kepekaan dari anak berbakat dapat membuatnya mudah tersinggung atau peka terhadap kritik orang lain.
2. Semangat yang tinggi, kesiagaan mental, serta prakarsanya dapat membuat anak berbakat kurang sabar atau kurang toleran jika tidak ada kegiatan atau kurang tampak kemajuan dalam kegiatan yang sedang berlangsung.
3. Anak berbakat membutuhkan keluwesan dan dukungan untuk dapat menjajaki dan mengembangkan minat-minatnya dengan kemampuan dan minatnya yang beragam.
4. Kemampuan berpikir tingkat tinggi dapat mengarah ke sikap ragu-ragu (skeptis) dan sikap kritis baik terhadap diri maupun lingkungan.
5. Perilaku ulet dan terarah pada tujuan yang sering tampak pada anak berbakat ke arah keinginan untuk memaksakan atau mempertahankan pendapatnya.
6. Keinginan anak untuk mandiri dalam belajar dan bekerja, kebutuhan kebebasan dapat menimbulkan konflik karena tidak mudah

menyesuaikan diri atau tunduk terhadap tekanan orang tua atau teman sebaya. Ia dapat juga merasa ditolak atau kurang dimengerti oleh lingkungannya.

7. Kemampuan kreatif dan minat untuk melakukan hal-hal baru bisa menyebabkan anak berbakat tidak menyukai atau cepat bosan terhadap tugas rutin.

Permasalahan yang Sering Terjadi pada Anak Berbakat

Davis dan Rimm, (Munandar, 2014) mengemukakan bahwa permasalahan yang kerap kali dialami oleh anak berbakat adalah kondisi berprestasi dibawah kemampuan (*underachievement*) yang berarti ketidaksesuaian antara prestasi sekolah anak dan indeks kemampuannya sebagaimana yang terungkap dalam tes intelegensi, prestasi atau kreativitas, atau data dari observasi, dimana tingkat prestasi sekolahnya lebih rendah dari tingkat kemampuan anak. Markusic (2015) menyatakan sejumlah besar siswa berbakat dan luar biasa mengalami kegagalan bahkan hingga mencapai drop out meskipun anak berbakat memiliki kecerdasan di atas rata-rata.

Kondisi Sosioemosional Anak Berbakat

Gunarsa (2004) mengemukakan bahwa kondisi emosional pada anak berbakat memiliki perbedaan dengan anak yang lainnya. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Hawadi (2004) bahwa anak berbakat bisa saja memiliki permasalahan emosional karena keseimbangan emosi tidak selalu disertai dengan intelektual yang tinggi. Dengan demikian, anak berbakat sering menghadapi permasalahan emosional yang bersumber dari luar dan dari dalam diri mereka sendiri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Leta Hollingworth (Gunarsa, 2004) menunjukkan ada anak berbakat yang menutup dirinya yang . Hal itu disebabkan karena anak tidak dapat menyesuaikan diri

dengan lingkungan. Davis (2012) mengemukakan bahwa ciri-ciri utama yang terdapat pada anak yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi yakni memiliki tingkat empati yang luar biasa, pemikiran moral yang lebih, kepekaan dan kewaspadaan.

Janos, Robinson dan Roedell (Wandansari, 2004) menyatakan bahwa terdapat beberapa anak berbakat yang juga mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial dan ada pula yang memiliki penyesuaian sosial yang baik. Penjelasanannya adalah semakin tinggi tingkat inteligensi anak berbakat maka semakin besar kesulitan menjalin penyesuaian sosial yang kurang optimal, misalnya saja anak berbakat yang memiliki *IQ* 130 – 144 terbukti penyesuaian sosialnya lebih kondusif dibandingkan dengan anak berbakat dengan *IQ* 145 – 159 (Wandansari, 2004).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil turun lapangan yang telah dilakukan maka hasil pretest dan posttest subjek dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 1. Hasil Penelitian

Subjek	Jumlah jawaban benar		Keterangan
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	
N	6	8	Meningkat
ILK	8	9	Meningkat
ACN	7	9	Meningkat
A	7	8	Meningkat
SZS	3	8	Meningkat
HK	7	7	Tetap
MN	5	7	Meningkat
FLK	6	9	Meningkat

Berdasarkan tabel diatas maka terdapat 7 orang subjek yang mengalami peningkatan pengetahuan terkait anak berbakat, serta 1 orang subjek yang tetap. Maka dapat dikatakan bahwa metode yang dilakukan dalam *mini project* ini

bermanfaat dan dapat digunakan untuk berbagi informasi kepada masyarakat, tetapi melihat masih ada subjek yang tidak mengalami peningkatan maka masih perlu dievaluasi baik *pretest*, *posttest* maupun materi pada slide power point yang diberikan. Psikoedukasi sering digunakan untuk membantu seseorang dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki seseorang agar dapat memahami pentingnya untuk dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan pemaparan Walsh (2010) bahwa psikoedukasi merupakan suatu intervensi yang dapat dilakukan pada individu, keluarga, dan kelompok dalam membantu partisipan mengembangkan sumber-sumber dukungan dan dukungan sosial serta mengembangkan keterampilan coping untuk menghadapi tantangan. Rahmawati (2017) juga menyatakan bahwa psikoedukasi mampu untuk meningkatkan pemahaman atau keterampilan sebagai usaha pengenalan serta pencegahan atau meluasnya gangguan psikologis dikelompok masyarakat dan diharapkan mampu dalam meningkatkan pemahaman baik pada klien maupun lingkungan sekitar terutama pada keluarga.

SIMPULAN

Berdasarkan tabel diatas maka terdapat 7 orang subjek yang mengalami peningkatan pengetahuan terkait anak berbakat, serta 1 orang subjek yang tetap. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode psikoedukasi berpengaruh untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa terkait anak berbakat yang meliputi ruang lingkup definisi anak berbakat, karakteristik anak berbakat, serta permasalahan sosiopsikologis anak berbakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjassari, E. R. C. (2014). *Penerimaan Sosial Siswa Reguler Terhadap Siswa Berkebutuhan Khusus Di Kelas Inklusi Smk Negeri 2 Malang*. SKRIPSI Jurusan Bimbingan dan Konseling & Psikologi-Fakultas Ilmu Pendidikan UM
- Cahya, L. S. (2013). *Adakah ABK di kelasku? Bagaimana guru mengenali ABK di sekolah?*. Yogyakarta: Familia.
- Davis, G. A. (2012). *Anak Berbakat & Pendidikan Keberbakatan*. Jakarta: Indeks.
- Gunarsa, S., D. (2004). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Anak*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Griffiths, P. (2006). *Introduction to English Semantics and Pragmatics*: Edinburgh University Press
- Hawadi, A. R. (2004). *Akselerasi A-Z Informasi Program Percepatan Belajar dan Anak berbakat Intelektual*. Jakarta: Grasindo.
- Idris, Meity H. 2014. *Peran Guru Dalam Mengelola Keberbakatan Anak*. Jakarta Luxima Metro Media
- Markusic, M. (2015). *Potential Problems Gifted Children May Face in School (Artikel)*. <http://www.brighthubeducation.com/teaching-gifted-students/46159-potential-academic-problems-of-gifted-students/>.
- Munandar,Utami. (2009). *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat*. Jakarta: Rineka Cipta
- Rahmawati,Dinda Fitri.(2021). *Psikoedukasi Empati untuk Meningkatkan Prososial Siswa Reguler terhadap Siswa Berkebutuhan Khusus*.Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi UMM
- Sampson, C. (2013). *Social and emotional issues of gifted young children*. APEX: *The New Zealand Journal of Gifted Education*, 18 (1), 1-10.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.

- Walsh, J. (2010). *Psychoeducation in mental health*: Lyceum Books.
- Wandansari, Y. (2004). Peran dukungan orang tua dan guru terhadap penyesuaian sosial anak berbakat intelektual. *Jurnal Provita*, 1 (29-42).
- Zaenal, Alimin dan Sunardi (1996). *Pendidikan Anak Berbakat Penyandang Ketunaan*, Jakarta: Ditjen Dikti-PPTA

BAB IV PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

SELF-MANAGEMENT MENINGKATKAN KONTROL DIRI REMAJA AWAL DARI PERILAKU NEGATIF

Astinah

Bimbingan dan Konseling Islam,
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, IAIN Parepare, Indonesia
astinah@iainpare.ac.id

ABSTRACT

Early adolescent self-control in the developmental transition period is crucial to fulfil their developmental role. In this research, there are adolescents with low self-control based on psychological assessments, including observations, interviews, and psychological tests. Self-management techniques based on cognitive-behavioural therapy are designed to help individuals control and turn their behaviour into a more effective way. This research aims to determine the effectiveness of self-management in improving adolescent self-control, especially disruptive behaviour during the learning process. This research method uses a single case experimental design with self-management intervention on 13-year-old adolescents with low self-control. The data were analysed descriptively which described changes in the subject's behaviour through self-monitoring, self-evaluation and self-reinforcement. The results showed that the subject experienced a mindset change by considering his behaviour more so that it increased self-control. The impact found was a decrease in the frequency of speaking without permission while in the classroom.

Keywords: *Early Adolescent Development, Self-Control, and Self-Management*

PENDAHULUAN

Perkembangan masa remaja merupakan transisi perkembangan dengan perubahan yang sangat signifikan dari berbagai aspek perkembangan seperti pertumbuhan fisik, kapasitas kognitif, dan sosio-emosi. Transisi perkembangan remaja ditandai dengan tugas perkembangan baru yang harus dicapai sehingga dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan aturan sosial sesuai dengan usia perkembangannya. Interaksi sosial mengalami perkembangan paling pesat sebab adanya perubahan interaksi dimana saat remaja lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebaya sehingga waktu bersama keluarga menjadi terbatas. Tugas perkembangan remaja pada dasarnya mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya serta mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab. Santrock (2007) mengemukakan tugas perkembangan remaja awal ditandai dengan hubungan yang matang bersama teman sebaya, berperan sesuai gender, memiliki tanggung jawab sosial, dan mencapai kemandirian secara emosi. Hal demikian dapat tercapai ketika remaja mampu memahami berbagai dimensi dalam dirinya.

Kontrol diri mengatur kehidupan remaja dalam berperilaku agar mampu membangun relasi sosial dan tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Fine dkk (2016) mengemukakan bahwa kontrol diri merupakan suatu kemampuan untuk mengendalikan perilaku seseorang yang meningkat selama masa remaja. Sementara itu, Baumeister, Finkenauer, dan Engels (2005) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk mengesampingkan dan menghambat dorongan yang tidak diinginkan, mengatur pikiran, emosi, dan perilaku negatif. Kontrol diri adalah usaha sadar yang dapat menghambat individu untuk berperilaku tidak dapat diterima di lingkungan. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan. Kontrol diri yang tinggi menjadikan

individu dapat melakukan penyesuaian psikososial lebih baik dan mengalami permasalahan lebih sedikit selama kehidupan. Sebaliknya kontrol diri yang rendah memudahkan remaja berperilaku impulsif dan agresif.

Berdasarkan temuan kasus pendampingan psikologis selama 3 bulan terhadap siswa MTs X berusia 13 tahun berjenis kelamin laki-laki. Subjek memiliki kapasitas inteligensi rata-rata dengan remaja seusianya yaitu 109 (Skala WISC). Namun, kapasitas inteligensi yang dimiliki subjek tidak mendukung perilaku subjek dalam menampilkan perilaku yang tepat di lingkungan. Subjek diketahui kurang mampu mengatur dan mengontrol dirinya sehingga cenderung spontan dalam merespon orang lain dalam hal ini guru dan temannya. Gufron dan Risnawita (2017) mengartikan kontrol diri sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku yang melibatkan kemampuan membuat pertimbangan-pertimbangan lebih dahulu sebelum memutuskan suatu tindakan.

Berdasarkan asesmen psikologis yang dilakukan kepada subjek ditemukan bahwa subjek memenuhi kriteria kontrol diri rendah oleh Gottfredson & Hirchi (Grasmick, Tittle, Bursik, dan Arneklev, 1993) yaitu sikap *impulsivity, simple tasks, risk seeking, physical activity, self centered* dan *temper*. Subjek mengalami kesulitan dalam mengontrol atau mengendalikan tingkah lakunya saat belajar di dalam kelas sehingga mengganggu proses belajar. Subjek memiliki kecenderungan spontan menanggapi ucapan guru dan teman saat pelajaran berlangsung. Subjek selalu menanggapi perkataan guru dan teman, mudah terpancing saat orang lain berbicara, kurang bisa diam saat proses belajar berlangsung, berbicara berlebihan ataupun menjawab pertanyaan secara langsung tanpa memperhatikan detail persoalan yang diberikan. Subjek juga cenderung melakukan perilaku berisiko seperti dengan sengaja berteriak di dalam kelas saat proses belajar berlangsung dan acuh dengan teman-teman kelas yang merasa terganggu olehnya. Subjek kurang

mampu menghambat keinginan dalam dirinya untuk tidak ikut ikut berbicara, menimpali atau menginterupsi teman dan guru saat belajar.

Dampak dari hal tersebut subjek cenderung mengganggu proses belajar di dalam kelas, tidak menyelesaikan tugas dan sering mendapatkan teguran dari guru bahkan dikeluarkan dari kelas saat proses belajar berlangsung. Subjek seringkali membuat berisik dan memicu keributan, mendebat guru, menjawab perkataan guru dan menjadi tidak kooperatif. Sehingga memicu proses pembelajaran tidak kondusif.

Lebih lanjut diketahui bahwa kontrol diri yang rendah pada subjek didukung karena kurangnya kontrol sosial. Gottfredson dan Hirschi (Madon, 2008) menjelaskan bahwa kontrol diri sangat dipengaruhi oleh pengasuhan, sekolah, peran komunitas dan tingkat religiusitas seseorang. Orang tua subjek adalah orang tua otoriter. Brown dan Bakken (2011) mengemukakan bahwa orang tua yang cenderung tidak memberikan pilihan menjadikan remaja lebih mudah terpengaruh dengan teman sebaya sehingga tidak kompeten dalam berinteraksi di masyarakat. Lestari (2012) menambahkan bahwa kontrol negatif ditandai dengan ketika orang tua mengendalikan remaja dengan cara menekan, memaksa, menakut-nakuti dengan mengabaikan dukungan terhadap inisiatif remaja memiliki konsekuensi negatif pada interaksi sosialnya khususnya dengan teman sebaya.

Selain itu, kontrol diri rendah juga dipengaruhi oleh teman sebaya dan iklim sekolah yang tidak mendukung. Subjek memiliki teman-teman yang cenderung berkata kasar dan melanggar peraturan sekolah. Sementara sekolah tidak memiliki sistem yang efektif dalam mengawasi dan membimbing siswa. Gottfredson dan Hirschi (Madon, 2008) mengemukakan bahwa sekolah merupakan salah satu pelindung bagi remaja dalam memberikan tindakan preventif bagi remaja untuk di masa yang akan datang seperti kemampuan dasar dalam mengontrol diri. Sebaliknya, remaja yang seringkali berperilaku

kasar karena didukung iklim sekolah yang memberikan hanya sedikit dukungan emosi kepada siswa serta kurangnya pengembangan keterampilan sosial yang diberikan pada siswa. Beberapa hal tersebut berkontribusi rendahnya kontrol diri pada subjek saat proses belajar di dalam kelas berlangsung.

Rendahnya kemampuan subjek dalam mengontrol perilakunya di dalam kelas sangat mengganggu proses belajar sehingga akan diberikan intervensi yang tepat. *Self-management* merupakan strategi yang mendorong individu untuk mampu mengarahkan perilaku-perilakunya sendiri dengan tanggung jawab untuk mencapai kemajuan diri. Zirpoli (2012) mengungkapkan bahwa *self-management* merupakan salah satu intervensi dalam setting pendidikan yang mengajarkan siswa untuk mengatur perilakunya. Selain itu, *self-management* melatih siswa mengelola dan mengontrol pikiran dan perilaku yang mendorong pada pengurangan terhadap perilaku negatif. Dengan demikian, *self-management* kiranya mampu meningkatkan kemampuan subjek untuk mengontrol perilakunya saat belajar di dalam kelas maupun saat berinteraksi dengan teman sebaya sehingga subjek dapat mengembangkan perilaku yang tepat. Pemberian *self-management* terhadap subjek disertai dengan psikoedukasi kepada orang tua tentang pengasuhan yang tepat bagi remaja dan psikoedukasi kepada guru di sekolah. Konsep psikoedukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dan guru dalam memahami dan mendampingi remaja melalui masa transisi yang dialaminya khususnya kepada subjek.

METODE PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini adalah seorang siswa laki-laki berusia 13 tahun pada jenjang pendidikan kelas 1 MTs pada sekolah X yang mengalami kontrol diri rendah terhadap perilaku negatif di dalam kelas. Selain itu, upaya peningkatan kontrol diri pada remaja maka dilakukan psikoedukasi kepada

orang tua dan guru subjek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan menggunakan desain *single case experimental*. Bentuk eksperimen berupa intervensi dengan menggunakan *self-management* pada subjek memiliki kontrol diri rendah. Intervensi dilakukan sebanyak 5 sesi dengan durasi 1-2 jam dengan menyesuaikan kondisi subjek saat sesi berlangsung. Selain itu terdapat 2 sesi psikoedukasi yang disampaikan kepada orang tua dan guru subjek. Adapun rincian pelaksanaan intervensi dapat dilihat pada tabel berikut ini;

Tabel 1. Pelaksanaan Intervensi Psikoedukasi Guru dan Orang Tua Subjek

	Pelaksanaan Intervensi Psikoedukasi	Lokasi
Sesi II	Psikoedukasi guru mendampingi subjek dalam meningkatkan kontrol diri di sekolah	Ruang BK MTs X
Sesi I	Psikoedukasi orang tua mendampingi subjek dalam meningkatkan kontrol diri di rumah	Rumah subjek

Tabel 2. Pelaksanaan Intervensi *Self-Management*

	Pelaksanaan Intervensi <i>Self-Management</i>	Lokasi
Sesi I	Penyampaian Hasil Pemeriksaan Psikologis (HPP) dan Kontrak Intervensi	
Sesi II	<i>Self-Monitoring</i>	Ruang BK
Sesi III	<i>Self-Evaluation</i>	MTs X
Sesi IV	<i>Self-Reward</i> dan Evaluasi	
Sesi V	Terminasi	

Pengukuran perubahan kontrol diri yang dialami oleh subjek pasca intervensi diuraikan secara deskriptif. Analisis deskriptif peningkatan kontrol diri pada subjek dengan menurunnya frekuensi perilaku negatif berupa berbicara tanpa permisi saat proses belajar berlangsung yang digambarkan dalam grafik.

KAJIAN TEORI

Kontrol Diri Remaja Awal

Baumeister, Finkenauer, dan Engels (2005) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk mengesampingkan dan menghambat dorongan yang tidak diinginkan, mengatur pikiran, emosi, dan perilaku negatif. Kontrol diri adalah usaha sadar yang dapat menghambat individu untuk berperilaku tidak dapat diterima di lingkungan. Dalam hal ini, kontrol diri melibatkan kapasitas kognitif untuk mengatur respons yang tidak diinginkan diri dan/atau kapasitas untuk mengaktifkan keinginan pada saat yang sama. Kontrol diri yang baik menjadikan individu dapat melakukan penyesuaian psikososial yang lebih baik dan mengalami permasalahan lebih sedikit selama kehidupan.

Calhoun dan Acocella (Gufron dan Risnawati, 2017) mengemukakan bahwa kontrol diri mengatur kehidupan individu dalam berperilaku agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Selain itu, kontrol diri dalam kehidupan bermasyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Kemampuan individu dalam mengontrol diri sesuai dengan bertambahnya usia. Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai oleh remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok dirinya dan kemudian mau membentuk perilaku agar sesuai dengan harapan sosial tanpa harus dibimbing, diawasi, didorong, dan diancam.

Menurut Fine dkk (2016) bahwa kontrol diri merupakan suatu kemampuan untuk mengendalikan perilaku seseorang dan kemampuan tersebut meningkat selama masa remaja. Remaja dengan kontrol diri kurang berada pada posisi yang kurang menguntungkan karena mereka kurang mampu menghalangi keinginan, emosi, dan tindakan yang tidak tepat. Remaja dengan kontrol diri rendah sangat berisiko terlibat dalam kejahatan. Hal demikian didukung oleh Gottfredson dan Hirschi (Grasmick, Tittle, Bursik,

dan Arneklev, 2013) bahwa kontrol diri rendah terkait erat dengan tindakan kriminal. Individu yang memiliki kontrol diri rendah memiliki kepribadian yang memprioritaskan mereka untuk melakukan tindakan kriminal. Kontrol diri rendah tidak hanya berhubungan dengan tindakan kriminal namun memungkinkan individu mengalami kegagalan di sekolah, pekerjaan ataupun pernikahan.

Konsep Averill (Gufron dan Risnawita, 2017) mengenai kemampuan individu dalam mengontrol diri meliputi tiga aspek yakni *behavioral control*, *cognitive control* dan *desicional control*. Sementara itu, Gottfredson dan Hirschi (Grasmick, Tittle, Bursik, dan Arneklev, 2013) mengemukakan karakteristik individu dengan kontrol diri rendah yakni;

1. *Impulsivity*, merupakan kecenderungan individu untuk menanggapi stimulus dari lingkungan secara langsung yang berorientasi saat ini dan sekarang, berbeda dengan individu yang memiliki kontrol diri tinggi menunjukkan kemampuan untuk menunda kepuasan. Ciri impulsif terkait dengan perencanaan yang kurang, pengambilan keputusan yang spontan dan bertindak tanpa berpikir.
2. *Simple tasks*, kontrol diri rendah melibatkan kurangnya ketekunan sehingga individu lebih mudah mendapatkan keinginannya dengan mencoba menghindari tugas-tugas yang kompleks.
3. *Risk seeking*, yaitu kecenderungan individu menjadi penjelajah dari pada beraktivitas secara hari-hati sebab kontrol diri rendah memandang bahwa kegiatan seharusnya lebih menarik, beresiko ataupun mendebarkan.
4. *Physical activity*, individu dengan kontrol diri rendah menunjukkan kesukaan pada aktivitas fisik dibandingkan dengan aktivitas kognitif dan mental
5. *Self centered*, individu dengan kontrol diri rendah cenderung egois, acuh

tak acuh, atau tidak sensitif terhadap penderitaan dan kebutuhan orang lain

6. *Temper*, individu dengan kontrol diri rendah cenderung memiliki toleransi minimal untuk frustrasi dan sedikit kemampuan untuk merespon konflik melalui verbal dari pada fisik

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri menurut Gottfredson dan Hirschi (Maddon, 2008) didukung dengan beberapa penelitian mengenai pengaruh lingkungan sosial terhadap remaja sebagai berikut:

1. *Parental attachment*. Kelekatan yang kurang dengan orang tua, rendahnya pemantauan, atau penerapan isolasi sosial oleh orang tua mendukung kenakalan remaja, remaja beresiko terlibat dalam kegiatan kriminal, dan memiliki perilaku bermasalah. Sebaliknya kelekatan yang aman dengan orang tua dapat menjadi modal utama bagi remaja dan meningkatkan kepercayaan mereka ketika menjalin relasi dengan orang lain, serta memiliki kontrol diri yang kuat untuk mengembangkan keterampilan sosial.
2. *School attachment*. Remaja akan terhindar dari perilaku kekerasan dengan adanya tindakan berkelanjutan dari sekolah. Sebaliknya, remaja yang seringkali berperilaku kasar karena didukung iklim sekolah yang memberikan hanya sedikit dukungan emosi kepada siswa serta kurangnya pengembangan keterampilan sosial yang diberikan pada siswa.
3. Peran komunitas. Kelompok masyarakat bertanggung jawab mengontrol norma sosial yang ada di lingkungan. Remaja yang melakukan pelanggaran fisik memiliki persepsi yang rendah tentang aturan di lingkungannya dan kurangnya dukungan dari masyarakat. Kelompok masyarakat dengan norma sosial yang rendah mempengaruhi sifat agresif individu terutama bagi remaja laki-laki.
4. Religiusitas. Religiusitas diukur dari sejauh mana remaja mengikuti

acara keagamaan dan beribadah secara teratur. Remaja dengan tingkat religiusitas yang tinggi memiliki kemungkinan rendahnya kenakalan pada remaja awal.

Self-Management

Intervensi *self-management* (pengelolaan diri) merupakan strategi yang mendorong individu untuk mampu mengarahkan perilaku-perilakunya sendiri dengan tanggung jawab untuk mencapai kemajuan diri. Zirpoli (2012) mengungkapkan bahwa teknik *self-management* didasarkan dari terapi kognitif-behavior yang dirancang untuk membantu individu mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri kearah yang lebih efektif. Pada setting pendidikan, *self-management* mengajarkan siswa untuk mengatur perilakunya agar kurang bergantung pada manipulasi lingkungan yang dibuat oleh guru.

Komalasari, Wahyuni, dan Karsih (2014) mendefinisikan bahwa pengelolaan diri (*self-management*) adalah prosedur yang digunakan individu untuk mengatur perilakunya sendiri. Gagasan pokok dari teknik *self-management* adalah bahwa perubahan bisa dihadirkan dengan mengajarkan subjek dalam menggunakan keterampilan menangani situasi bermasalah. Tujuan teknik *self-management* untuk melatih individu mengelola dan mengontrol perilaku mereka sendiri. Dengan adanya pengelolaan pikiran, perasaan dan perbuatan akan mendorong pada pengurangan terhadap perilaku yang negatif.

Zirpoli (2012) dan Komalasari, Wahyuni, dan Karsih (2014) menguraikan tahapan *self-management* sebagai berikut;

1. *Self-monitoring*. Tahapan *self-monitoring* dimana individu mengamati perilakunya sendiri. Sebab *self monitoring* menuntut siswa untuk menyadari target perilaku yang diamati dengan mengukur frekuensi perilaku bermasalah. Dalam *self-monitoring* biasanya subjek mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya

masalah (*antecedent*) dan menghasilkan konsekuensi.

2. *Self-evaluation*. Evaluasi perilaku dilakukan dengan menggunakan *rating scale*. Pada tahap ini, individu membandingkan hasil pengamatan tingkah laku saat pretest (*self-monitoring*). Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program *self-monitoring* dan untuk mengetahui target perilaku memenuhi kriteria atau tidak.
3. *Self-reinforcement*. *Self-reinforcement* yang diberikan individu pada dirinya sendiri sebagai bentuk penghargaan. *Self-reinforcement* lebih efektif dari penghargaan yang diberikan oleh orang lain. Namun tahapan ini merupakan tahapan paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari subjek untuk melaksanakan program yang telah dibuat. Di sisi lain, penghargaan dari lingkungan yaitu guru, teman sebaya, dan orang lain membantu subjek mempertahankan target perilaku yang diinginkan. Lingkungan sosial ikut membantu mengontrol tingkah laku individu.

Berdasarkan hal di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan individu dalam mengelola dan mengontrol perilaku dapat ditingkatkan melalui intervensi kognitif perilaku dalam hal ini *self-management*. Teknik *self-management* pada dasarnya dapat meningkatkan kontrol diri individu dari segi pikiran dengan melibatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan tentang hal-hal yang berhubungan dengan perilaku khusus yang ingin dikendalikan atau diubah. Adapun tahapan *self-management* melalui *self-monitoring*, *self-evaluation*, dan *self-reward*.

Psikoedukasi Orang Tua dan Guru

Psikoedukasi merupakan satu elemen program intervensi psikologis dengan memberikan informasi dan edukasi melalui komunikasi secara individu maupun kelompok. Konsep psikoedukasi menurut HIMPSI (2010)

adalah kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya dan atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas atau masyarakat. Selain itu, psikoedukasi juga meningkatkan pemahaman bagi lingkungan (terutama keluarga) tentang gangguan yang dialami seseorang setelah menjalani psikoterapi. Pada kasus ini, psikoedukasi mengenai kontrol diri remaja disampaikan kepada guru di sekolah dan orang tua di rumah.

Menurut Supratiknya (2008) psikoedikasi di lingkungan sekolah dilakukan sebagai usaha membantu siswa mengembangkan potensi pribadi-sosial, belajar, dan karir yang bermanfaat bagi persiapan terjun dalam dunia kerja dan kehidupan masyarakat. Psikoedukasi pada lingkungan sekolah umumnya diberikan kepada guru agar guru mengetahui kondisi siswa. Guru di sekolah ibarat penyedia layanan kesehatan mental yang memberikan penilaian dan pengobatan bagi siswa di sekolah dalam berbagai aspek perkembangan siswa. Selanjutnya, psikoedukasi juga diberikan kepada orang tua agar memahami transisi perkembangan remaja khususnya kemampuan remaja dalam mengontrol dirinya sendiri. Sasaran dari psikoedukasi orang tua adalah untuk meningkatkan pengetahuan, mengembangkan keterampilan, dan meningkatkan partisipasi keluarga lainnya membantu anggota keluarga lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Intervensi *self-management* yang diberikan kepada subjek dilakukan selama \pm 2 bulan lamanya dengan target meningkatkan kontrol diri subjek dengan mengendalikan dan atau mengurangi frekuensi perilaku berbicara negatif saat pelajaran berlangsung. Intervensi dilakukan secara keseluruhan terdapat tujuh sesi, dua sesi merupakan psikoedukasi dan lima sesi *self-management* diberikan kepada subjek. Perubahan perilaku subjek merupakan

akumulasi proses internal dalam diri subjek dan dukungan dari orang tua serta guru di sekolah.

Pasca psikoedukasi kepada orang tua terkait kontrol diri di masa transisi remaja ditemukan perubahan pemahaman bahwa orang tua semakin memahami bahwa subjek mulai meluangkan banyak waktu bersama dengan teman dibandingkan keluarga. Orang tua perlahan membuat pilihan kepada subjek ketika ingin bermain, meminta diyakinkan oleh subjek agar mampu memberikan izin, dan menanyakan alasan-alasan saat subjek ingin bermain. Selain itu, ibu tidak lagi mengecek *whatsapp* subjek secara intens tetapi berusaha saling percaya dengan subjek. Dan orang tua telah memahami perannya menghadapi remaja menjadi pembimbing buka pengawas bagi remaja.

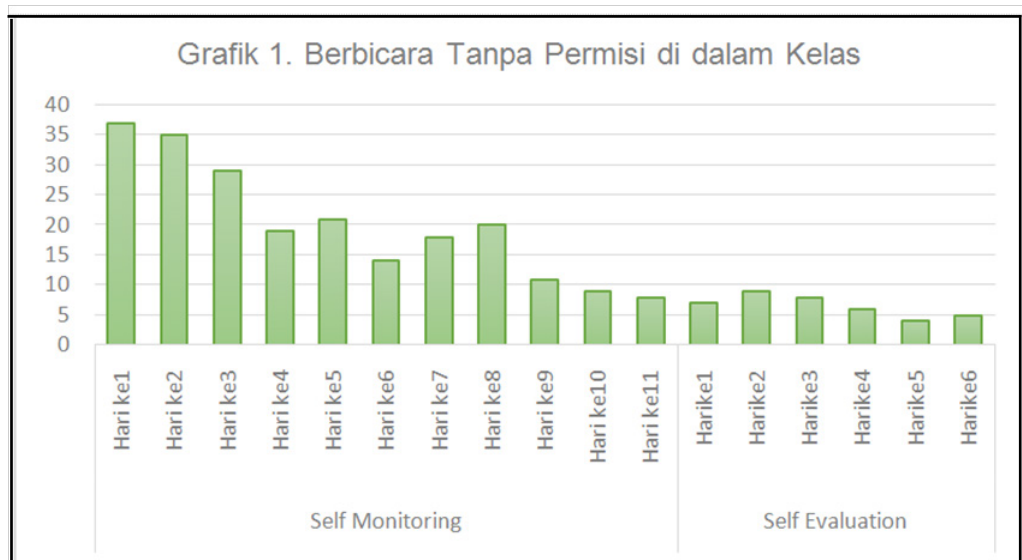
Sementara itu, psikoedukasi guru terkait kontrol diri di masa transisi remaja ditemukan bahwa guru memahami kondisi subjek disebabkan kontrol orang tua yang berlebihan serta guru mata pelajaran di kelas cenderung bertindak tidak tegas terhadap sikap mengganggu subjek di dalam kelas. Selanjutnya guru BK menyampaikan kepada guru-guru yang bersangkutan untuk bertindak tegas kepada subjek dan mendapatkan respon yang positif. Sehingga hal ini, mendukung perubahan proses pembelajaran di dalam kelas pasca psikoedukasi kepada guru BK.

Intervensi *self-management* kepada subjek dilakukan sebanyak lima sesi. Sesi I dengan target intervensi penyampaian hasil pemeriksaan psikologis dan kontrak intervensi. Hasil sesi tersebut yakni subjek memahami dirinya yang kurang mampu mengontrol keinginannya untuk berbicara berlebihan sehingga mengganggu teman di dalam kelas dan membuat kondisi kelas menjadi tidak kondusif. Selanjutnya, subjek menyetujui program *self-management* khususnya menurunkan frekuensi subjek dalam berbicara tanpa permissi di dalam kelas. Selain itu, subjek menentukan sendiri tujuan untuk berubah yaitu agar tidak

dikeluarkan di kelas, agar subjek tidak ditegur di saat pelajaran berlangsung dan subjek dapat menyelesaikan tugas dan tidak mengganggu teman yang didasarkan motivasi internal yang ia miliki.

Sesi II dan III yakni *self-monitoring* dan *self-evaluation* dapat dilihat dari grafik 1. Berdasarkan grafik tersebut dapat disimpulkan bahwa subjek mengalami penurunan frekuensi berbicara tanpa permisi saat pelajaran berlangsung. Perubahan yang terjadi didukung dengan munculnya pertimbangan akan baik dan buruknya perilaku menyela pembicaraan teman atau guru. Selain itu, subjek menimbulkan keinginan untuk memberikan kesempatan kepada teman menjawab pertanyaan, rasa bersalah, dan menyadari bahwa berbicara lebih sedikit menjadikan ia tidak ditegur oleh guru serta tidak pernah dikeluarkan dari kelas selama 2 minggu. Saat evaluasi, subjek merasa bahwa ia kesulitan untuk menahan diri untuk tidak selalu menyela pembicaraan orang lain sehingga ia masih kadang merespon pembicaraan orang lain. Menurutnya pikiran dan perasaannya merasa kurang nyaman saat ia merespon orang lain sebab ia mendapatkan teguran secara langsung.

Perubahan yang terjadi pada subjek juga didukung dengan bimbingan beberapa guru yang bersikap tegas menegur subjek ketika menyela pembicaraan saat pelajaran berlangsung dan memindahkan subjek duduk di bangku paling depan sehingga interaksi subjek dengan teman-teman yang suka berbicara di belakang sedikit berkurang. Selain itu, duduk di depan membantu subjek lebih memperhatikan pelajaran meskipun masih kadang menyela penjelasan guru dan menanggapi ucapan teman-teman. Sementara itu, beberapa siswa di dalam kelas tersebut memiliki kebiasaan berbicara dan beraktifitas tidak sesuai dengan pelajaran yang sedang berlangsung sehingga memancing subjek untuk ikut berbicara.



Sesi IV yakni *self-reinforcement* yang dilakukan oleh subjek kepada dirinya sendiri berupa menghargai usahanya bila berhasil menahan diri untuk tidak berbicara saat tidak diberikan kesempatan, tidak mendebat guru, tidak berteriak dan tidak memicu keributan di dalam kelas. Sebab subjek merasa bahwa melakukan hal tersebut baginya sangat sulit apalagi teman-teman yang lain tetap banyak berbicara sehingga ia masih kadang tidak bisa menahan diri untuk menimpali ucapan teman. Penghargaan lain yang diberikan kepada dirinya sendiri adalah berani meyakinkan orang tua bila ingin izin keluar rumah bersama teman-temannya bahwa apa yang ia lakukan bersama teman-teman adalah hal yang positif.

Sesi V yaitu terminasi dengan memberikan penguatan kepada subjek untuk belajar dan berlatih menentukan target sendiri ketika ingin berubah dan menentukan sendiri penghargaan untuk dirinya sendiri. Secara umum, subjek mengalami perubahan disebabkan adanya motivasi internal untuk berubah. Subjek mulai melakukan pertimbangan sebelum bertindak. Selain itu didukung oleh guru di sekolah yang mulai tegas menangani subjek ketika bersikap mengganggu proses belajar di dalam kelas. Kedua hal tersebut sangat mendukung perubahan yang terjadi. Dampaknya subjek tidak pernah dikeluarkan dari kelas selama proses intervensi berlangsung dan mampu

menyelesaikan tugasnya tepat waktu.

Beberapa penelitian terdahulu yang menggunakan strategi *self-management* dalam berbagai tingkat setting pendidikan dan menunjukkan bahwa strategi ini efektif dalam mengurangi masalah perilaku seperti *disruptive behavior* dan memperkuat berbagai perilaku positif dalam kelas. Kusumawardhani (2018) dalam penelitian menguraikan bahwa *self-management* memiliki pengaruh untuk mengurangi kecenderungan *misbehavior* pada siswa. Perilaku tersebut memiliki kesamaan dengan perilaku subjek yang cenderung menyela pembicaraan teman, mendebat guru, berkeliling kelas dan memicu keributan sehingga proses belajar tidak berjalan. Strategi *self-management* melatih subjek untuk menyadari dan mengobservasi perilakunya sendiri untuk mencapai targetnya sehingga dapat menerima *self-reinforcement*.

Sementara itu, penelitian Rini dan Setiawati (2017) mengemukakan hasil penelitiannya bahwa *self-management* yang dilakukan secara berkelompok dapat meningkatkan kontrol diri siswa dalam belajar seperti peningkatan kemampuan mengerjakan tugas dan frekuensi membolos yang menurun. Namun hal demikian disertai dengan keterlibatan guru yang aktif dalam mengontrol perubahan pada siswa. Pasca intervensi *self-management*, atas kolaborasi guru yang semakin tegas dalam menegur subjek membantu subjek untuk mengendalikan dirinya sehingga lebih fokus mengikuti pelajaran, mengurangi berbicara berlebihan, tidak mendebat guru sehingga subjek dapat menyelesaikan tugas tepat waktu dalam setiap mata pelajaran.

Efektivitas *self-management* dalam meningkatkan kontrol diri disebabkan karena intervensi ini melibatkan fungsi kognitif. Zirpoli (2012) mengungkapkan bahwa teknik *self-management* didasarkan dari terapi kognitif-behavior yang dirancang untuk membantu individu mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri kearah yang lebih efektif. Dalam pelaksanaan

intervensi, subjek memulai dengan menyadari dirinya memiliki kontrol diri yang rendah sehingga seringkali mengganggu teman dan guru di dalam kelas. Subjek tahu bahwa hal yang dilakukannya merupakan perilaku negatif. Selanjutnya, subjek memiliki motivasi dan kontrak dengan dirinya sendiri untuk mengubah perilakunya melalui *self-monitoring*, *self-evaluation* dan *self-reinforcement*. Dengan melalui perubahan pemikiran mampu mengubah perilaku subjek di dalam kelas. Kurniawan (2017) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa perubahan setelah diberikan penanganan dengan *self-management* maka siswa mengalami pola pikir yang berubah dengan mulai mempertimbangkan perilakunya sendiri.

Uraian tersebut sejalan dengan Baumeister, Finkenauer, dan Engels (2005) bahwa kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk mengesampingkan dan menghambat dorongan yang tidak diinginkan, mengatur pikiran, emosi, dan perilaku negatif. Pengubahan pikiran subjek berusaha menyadari perilakunya membantunya menghambat perilaku berbicara berlebihan di dalam kelas sehingga ia tidak lagi memicu keributan, tidak dikeluarkan dari kelas, teguran guru terhadapnya juga berkurang serta subjek mampu menyelesaikan tugas dengan baik. Dengan *self-manegement*, subjek mampu membuat keputusan sendiri atas perilakunya melalui pertimbangan kognitif untuk menurunkan perilaku negatif seperti berbicara berlebihan dan tanpa permisi di dalam kelas yang telah disusun untuk meningkatkan kontrol diri sesuai dengan target yang diinginkan. Dalam hal ini, *self-management* membantu meningkatkan kontrol diri melalui perubahan pola pikir sehingga subjek dapat mengatur respons yang tidak diinginkan.

SIMPULAN

Self-management dalam penelitian ini ditemukan kontrol diri dapat ditingkatkan melalui perubahan pola pikir dengan mengajak individu lebih

mempertimbangkan perilakunya. Pertimbangan yang melibatkan proses kognitif menentukan perilaku yang terbentuk pada subjek sehingga mampu mengedalikan perilaku berbicara tanpa permisi selama proses belajar di kelas. Penelitian dengan intervensi *self-management* baiknya dilakukan dengan durasi intervensi yang lebih lama disertai evaluasi berulang sehingga perubahan perilaku pada subjek dapat lebih terukur.

DAFTAR PUSTAKA

- Baumeister, R. F., Finkenauer, C., & Engels, R. C. E. (2005). Parenting Behavior and Adolescent Behavioral and Emotional Problems: The Role of Self-Control. *International journal of behavioral development*. The International Society for the Study of Behavioural Development 29 (1) pg 58-69. DOI: 10.1080/01650250444000333
- Fine, A., Steinberg, L., Frick, P. J., & Cauffman, E. (2016). Self-control Assesment and Implication for Predicting Adolescent Offending. *Journal Youth Adolescence* 45 pg 701-712. Springer Science+Business Media. DOI 10.1007/s10964-016-0425-2.
- Grasmick, H. G, Tittle, C. R, Bursik, R. & Arneklev, B. (2013). Testing the Core Emoirical Implications of Gottfredson and Hirchi's General Theory of Crime. *Journal of Research in Crime and Delinquency*. SAGE Publication. DOI: 10.1177/0022427893030001002.
- Gufron, M. N. & Risnawita, R. S. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Komalasari, G., Wahyuni, & Karsih. (2014). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Kurniawan, S. (2017). Pengaruh Layanan Konseling Individu dengan Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Pengguna Sosial Media di SMPN 2 Semarang. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Semarang:

UNNES.

- Kusumawardhani, R. (2018). *Self-Management* untuk Mengurangi Kecenderungan *Misbehavior* pada Siswa Sekolah Dasar. *Skripsi*. Tidak Diterbitkan. Malang: UMM.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Madon, N. (2008). Social control and self-control theories. Alvin Curling (Eds). *The review of the roots of youth violence*. (pp. 183-195). Toronto: Ontario.
- Rini, S. C., & Setiawati, D. (2017). Penerapan layanan konseling kelompok strategi *self-management* untuk meningkatkan *self-control* pada siswa kelas XI di SMKN Rengel Tuban. *Jurnal BK UNESA vol 7 no 3*.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Tim Penyusun HIMPSI. (2010). *Kode Etik Psikologi Indonesia*. Jakarta: Pengurus Pusat Himpunan Psikologi Indonesia
- Zirpoli, T. J. (2012). *Behavior management: positive aplication for teacher. Sixt Edition*. New York: Pearson.

PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI

**Novita Maulidya Jalal¹, Miftah Idris², Dian Novita Siswanti³,
Muhammad Daud⁴**

^{1,3,4}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

²Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Makassar

*E-mail: novitamaulidyajalal@unm.ac.id

ABSTRACT

Self-acceptance of Adolescent Self-Acceptance with Divorced Parents.

Nowadays, the phenomenon of divorce is becoming more and more common. This then has an impact on their child's self-acceptance. The purpose of this study is to provide an overview of self-acceptance in adolescent victims of parental divorce. The method used is interview observation and literature study using 6 journal articles and research proceedings related to self-acceptance of adolescents with divorced parents. divorce.. However, the process of self-acceptance in each teenager takes place in different stages due to internal factors in adolescents, as well as external factors such as the social support that the teenager gets.

Keywords: *Teenagers, Divorce, Parents..*

PENDAHULUAN

Keluarga adalah lingkungan pertama dan utama bagi anggota keluarga, termasuk remaja. Peranan kedua orangtua sangat penting dalam pembentukan kepribadian remajadisebabkan orang tua menjadi lingkungan pertama yang merawat dan mendidik anaknya. Namun, pada kenyataannya tidak semua orang tua dalam suatu keluarga dapat menjalankan kehidupan berumah tangga dengan baik sebab begitu banyak kasus perceraian yang terjadi di dunia. Perceraian menurut Dariyo (2007) merupakan titik puncak

dari pengumpulan berbagai permasalahan yang menumpuk beberapa waktu sebelumnya dan merupakan jalan terakhir yang harus ditempuh ketika hubungan perkawinan itu sudah tidak dapat dipertahankan lagi.

Perceraian yang terjadi tentu saja tidak hanya berdampak pada putusnya hubungan romantic suami dan istri, akan tetapi juga dapat berdampak pada kehidupan anak-anaknya, termasuk anak yang telah berusia remaja. Stahl (2004) menjelaskan terjadinya beberapa permasalahan yang kerap kali terjadi pada remaja dengan orangtua yang bercerai yakni remaja belum sepenuhnya mampu menerima adanya perceraian orangtua, sehingga perceraian dapat menyebabkan remaja mengalami kegagalan akademis, dewasa sebelum waktunya, penyalahgunaan narkoba, ketidakaturan waktu makan dan tidur, depresi, bunuh diri, kenakalan remaja, kekhawatiran hilangnya keluarga, cenderung kurang bertanggung jawab, merasa bersalah dan marah. Banyak anak korban perceraian menderita masalah psikologis dan sosial selama bertahun-tahun akibat stres yang berkepanjangan. Selain itu, beberapa remaja dengan orangtua bercerai yang belum dapat menerima perceraian orangtua ada yang memiliki keinginan sangat besar untuk mewujudkan normal kembali dengan membujuk agar kedua orangtuanya rukuk kembali.

Pada sebagian remaja yang menampilkan berbagai reaksi terhadap perceraian orangtua berkait erat dengan penerimaan individu terhadap perceraian. Fabricius dan Lucken (2007) menuliskan hasil dari sebuah penelitian di sebuah Universitas dengan responden rata-rata berusia 19 tahun dengan orangtua bercerai menunjukkan bahwa *acceptance* (penerimaan) turut berperan dalam mempengaruhi *long-term physical health* (kesehatan remaja jangka panjang) pasca perceraian. Penerimaan diri tersebut mempengaruhi komunikasi yang baik antara remaja dengan orangtua, sehingga tingkat konflik yang terjadi bisa berkurang dan meminimalkan *divorce distress*. Remaja dari keluarga dengan orangtua bercerai dapat merasa rendah diri, sehingga

menunjukkan perilaku menyimpang ditunjukkan remaja dengan orangtua bercerai, seperti pergaulan bebas, mabuk-mabukan, hingga menggunakan narkoba untuk menenangkan pikirannya.

Proses penerimaan diri pada remaja yang memiliki orangtua bercerai tidaklah mudah disebabkan seringkali banyak orangtua untuk memutuskan bercerai menjadi sisi negatif atau kekurangan dalam kehidupannya. Penerimaan diri oleh remaja adalah salah satu bentuk penerimaan secara utuh menerima dirinya dengan adanya kelebihan ataupun kekurangan pada dirinya untuk dapat mencapai suatu kebahagiaan (Bernard, 2013). Penerimaan diri terbentuk pada dasarnya dipengaruhi oleh beberapa faktor misalnya saja aspirasi yang realistis, keberhasilan, wawasan diri, wawasan sosial, dan konsep diri yang stabil (Hurlock, 1999). Selanjutnya, Kuang (2010) juga menjelaskan bahwa peran keluarga juga menentukan penerimaan diri yang dimiliki seseorang, termasuk remaja. Penerimaan diri adalah sikap yang mencerminkan perasaan senang sehubungan dengan kenyataan yang ada pada dirinya, sehingga seseorang yang dapat menerima dirinya dengan baik dan akan mampu menerima kelemahan dan kelebihan yang dimiliki (Chaplin, 2000). Oleh karena itu, peneliti ingin mengkaji tentang gambaran penerimaan diri pada remaja dengan orang tua bercerai.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi kepustakaan. Mestika Zed (2008) mendefinisikan penelitian kepustakaan sebagai penelitian yang dilakukan dengan membaca karya-karya yang terkait dengan persoalan yang akan dikaji dan mencatat bagian penting yang ada hubungannya dengan topik bahasan. Defenisi yang sejalan juga dipaparkan oleh Mardalis (Mirzaqon & Purwoko, 2017) yakni penelitian kepustakaan adalah suatu studi yang menggunakan cara dengan mengumpulkan berbagai informasi serta data dari

berbagai macam sumber yang ada di dalam perpustakaan seperti buku, jurnal ilmiah, dokumen, kisah-kisah sejarah dan lain-lain.

Terdapat 4 ciri- ciri utama dalam penelitian pustaka meliputi (1) Peneliti berhadapan langsung dengan teks (*nash*) atau data angka, bukan dengan pengetahuan langsung dari lapangan. (2) Kondisi data pustaka tidak dibatasi oleh runga dan waktu. (3) Data pustaka umumnya adalah sumber sekunder, dalam arti bahwa peneliti memperoleh bahan atau data dari tangan kedua dan bukan data orisinil dari data pertama di lapangan. (4) Data pustaka bersifat siap pakai yang berarti peniliti tidak terjun langsung kelapangan karena peneliti berhadapan langsung dengan sumber data yang ada di perpustakaan. (Zed, 2003). Penelitian ini mendeskripsikan gambaran penerimaan diri remaja terhadap perceraian yang dialami oleh orang tuanya. Penelitian ini menggunakan model analisis triangulasi (Rahardjo, 2010) yakni peneliti menggabungkan data yang sejenis, kemdian peneliti membuat suatu kesimpulan dari setiap data tersebut yang pada akhirnya dapat dijadikan narasi yang dapat memudahkan pembaca dalam memahami terkait penerimaan diri remaja dengan orang tua yang bercerai.

KAJIAN TEORI

Remaja dengan Perceraian orang Tua

Remaja (*adolescence*) adalah masa peralihan atau masa transisi antara masa anak-anak menuju masa dewasa. Hurlock (1999) menyatakan masa ini adalah masa yang sangat penting dalam kehidupan manusia karena dalam masa ini terjadi perubahan baik secara fisik, sosioemosional, dan mental. adapun usia remaja berada di rentang usia 12 - 21 tahun yang dikelompokkan menjadi remaja awal berusia 12 - 15 tahun, remaja pertengahan berusia 15 - 18 tahun,serta remaja akhr berusia 18 – 21 tahun (Monks, Knoers, dan Haditono, 2002). Periode ini dikatakan sebagai periode yang penuh dengan tantangan

yakni remaja kerap kali mengalami permasalahan yang beragam karena pada masa ini remaja sedang berusaha untuk mencapai kematangan perkembangan kepribadiannya dengan cara mengenali, menyesuaikan, menerima dan menghargai diri mereka sendiri.

Perceraian menurut Dariyo (2007) merupakan titik puncak dari pengumpulan berbagai permasalahan yang menumpuk beberapa waktu sebelumnya dan merupakan jalan terakhir yang harus ditempuh ketika hubungan perkawinan itu sudah tidak dapat dipertahankan lagi. Dampak perceraian terhadap anak hampir selalu buruk, termasuk pada remaja. Remaja yang dibesarkan dalam kondisi orangtua yang bercerai dapat merasa bahwa dirinya tidak seberuntung teman-temannya yang lain. Remaja dari keluarga dengan orangtua bercerai dapat merasa rendah diri.

Penerimaan Diri

Osborne (1992) mendefinisikan penerimaan diri sebagai sikap menerima diri sendiri baik kelemahan maupun kelebihan yang dimilikinya. Penerimaan diri tersebut menjadi hal utama dalam mencapai kesuksesan karena seseorang dapat melangkah dengan penuh percaya diri. Selanjutnya Prihadhi (2004) juga menyatakan bahwa seseorang yang menerima dirinya, maka orang tersebut tidak merasa minder dengan apa yang dimiliki, tidak iri hati dengan kelebihan orang lain, serta lebih fokus dalam usaha pengoptimalisasian potensi diri untuk mencapai kesuksesan. Sejalan dengan pendapat tersebut, Riyanto (2006) juga menyatakan bahwa penerimaan diri adalah suatu kondisi dimana seseorang menerima semua pengalaman hidup, sejarah hidup, latar belakang hidup, lingkungan pergaulan, dan masa-masa yang telah dilaluinya yang menjadi dasar keyakinan untuk menjadi diri sendiri, bukan diri orang lain atau bukan diri yang bertopeng.

Schneiders (Gunarsa dan Gunarsa, 2008) mendefenisikan penerimaan diri sebagai salah satu ciri terpenting dalam penyesuaian diri yang baik, sehingga seseorang akan dapat menerima orang lain termasuk kekurangannya atau hal-hal positif dari orang lain. Penerimaan diri tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang memengaruhinya, meliputi aspirasi yang realistis, wawasan sosial, keberhasilan, wawasan diri, dan konsep diri yang stabil (Hurlock, 1999). Selain itu, peran keluarga juga menentukan penerimaan diri yang dimiliki individu (Kuang, 2010). Seseorang termasuk remaja jika memiliki penerimaan diri dengan kehidupannya, senantiasa terlibat dalam lingkungan. Hal tersebut dapat terjadi ketika lingkungan sosial mendukung terbentuknya penerimaan diri individu (Satyaningtyas dan Sri, 2005).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan studi literature yakni 7 jurnal yang terkait dengan efektivitas konseling online pada siswa di masa pandemi covid 19. Adapun hasil penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 1. Daftar literature yang diteliti

No	Nama peneliti (tahun terbit)	Judul	Hasil
1	Ilma Adji Hadyani dan Yeniar Indriana (2017)	Proses penerimaan diri pada perceraian orang tua	Perceraian memberikan dampak-dampak negatif pada para partisipan, seperti perasaan minder, kehilangan figur keluarga, dan kenakalan remaja. Keberadaan figur ibu yang kompeten, berkurangnya konflik orangtua, lingkungan sekolah dan teman-teman yang memberikan dukungan positif merupakan faktor yang membantu para partisipan menerima dirinya dalam menghadapi perceraian orangtua, untuk bangkit dari keterpurukan.

2	Ida Ayu Shintya Dewi dan Yohanes Kartika Herdiyanto (2008)	Dinamika penerimaan diri pada remaja broken home di Bali	Hasil dari penelitian ini, diantaranya: pertama adalah <i>Dewasa ini fenomena perceraian semakin marak terjadi. Hal tersebut kemudian berdampak pada penerimaan diri anaknya. Tujuan penelitian ini untuk memberikan gambaran penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua. Metode yang digunakan adalah observasi wawancara serta studi pustakadengan menggunakan 6 artikel jurnal dan prosiding penelitian terkait penerimaan diri remaja dengan orang tua bercerai.. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja mengalami kesedihan dengan peristiwa perceraian orangtuanya, akan tetapi seiring berjalannya waktu remaja kemudian mulai menerima bahwa orangtuanya telah bercerai.</i>
3	Dwi Winda Lestari (2013).	Penerimaan Diri dan Strategi Coping Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua	Hasil penelitian ini menunjukkan empat subjek bahwa remaja dengan orang tua yang bercerai menghadapi masalah dengan menggunakan strategi yang berfokus pada masalah emosional (emotion focused coping) yang berbentuk pelarian dari masalah, meminimalkan dan coping mencari makna. Subjek remaja korban orang tua yang bercerai dalam penelitian ini tidak sepenuhnya menerima perceraian orang tua. Dua dari empat subjek belum dapat menerima orangtua yang bercerai karena kedua subjek remaja ini lebih cenderung menggunakan coping yang berfokus pada emosi. yang mana bentuk minimalisasi, sehingga kedua subjek melakukan coping ini hanya karena selalu memikirkan masalah perceraian orang tua mereka dan dua subjek lainnya remaja dapat menerima cerai orang tua dan mampu menjalani hidup mereka tanpa rasa malu tetapi salah satu remaja Subjek kadang-kadang ada perasaan iri ketika melihat remaja lain dengan orang tua mereka tetapi itu tidak membuat subjek memiliki rasa malu atas perceraian orang tua. Empat subjek remaja dalam penelitian ini sama-sama menggunakan coping yang berfokus emosi tetapi dua remaja yang dapat menerima perceraian orang tua lebih fokus dalam mencari makna sehingga dua subjek yang remaja dapat menerima lebih sewa bercerai dapat mengambil pelajaran dan menganggap semua ini adalah kehendak Tuhan.

4	Dona Dyah Kusumawardhani dan Michiko Mamesah (2020)	Gambaran penerimaan diri siswa yang mengalami perceraian orang tua	Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa siswa yang mengalami perceraian orangtua memiliki penerimaan diri yang cukup baik mereka mampu belajar dari perceraian yang orangtua yang mereka alami. Mereka memiliki permasalahan masing-masing disekolah yaitu pencapaian akademik yang rendah pada responden perempuan dan pergi dari mata pelajaran pada responden laki-laki. Namun di masa sekarang mereka sudah belajar dari perceraian orangtua mereka dan menjadi kekuatan untuk bangkit dari perceraian orangtua mereka.
5	Aminah, Andayani, dan Karyanta	Proses penerimaan remaja akhir terhadap perceraian orang tua dan konsekuensi psikososial yang menyertainya	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan penerimaan diri remaja terhadap perceraian orang tua berbeda-beda untuk setiap individu untuk setiap tahapan yang dilalui Tahapan yang dilalui yakni akan timbul penolakan, kemudian rasa marah, rekonstruksi, tahap depresi berulang, kemudian penerimaan.
6	Noviani Nurhamida Nugraha, Agus Budiman (2020)	Hubungan dukungan social dan penerimaan diri pada remaja awal dengan orang tua bercerai	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara dukungan sosial dengan penerimaan diri sebesar 0.659 sehingga semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah penerimaan diri remaja awal pada orang tua bercerai di Kota Bandung.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa penerimaan diri remaja dengan orang tua bercerai memiliki perbedaan di masing-masing individu, terdapat remaja yang menerima kenyataan orang tuanya bercerai, namun masih terdapat pula remaja yang belum sepenuhnya menerima perceraian yang terjadi di kedua orang tuanya. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi cepat atau lambatnya penerimaan diri pada remaja yakni melingkupi faktor internal berupa coping atau strategi dalam menghadapi dan menyesuaikan dirinya dengan perceraian orang tuanya sehingga remaja mampu merekonstruksi kognitifnya untuk hidup lebih baik dan berupaya untuk hidup mandiri dan sukses. Selain itu, faktor eksternal juga mempengaruhi salah satunya adalah dukungan sosial.

Remaja yang mempunyai penerimaan diri yang baik terhadap perceraian orangtuanya berarti remaja tersebut dapat menerima kenyataan pada dirinya dan remaja tidak menyalahkan diri atas keterbatasan yang ia miliki. Berdasarkan hasil penelitian Tentama (2014) diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara berpikir positif dengan penerimaan diri. Remaja yang membuka pikiran dan hatinya bersedia menerima keseluruhan dirinya secara utuh dan tulus, termasuk kelebihan dan kekurangannya, maka akan lebih mudah menerima dirinya (Kuang, 2010). Penerimaan diri akan menjadikan remaja yang orangtuanya bercerai dapat menerima kondisi keluarga yang tidak utuh karena perceraian yang dilakukan orangtua. Namun, hal tersebut tidak berarti bahwa remaja tersebut hanya pasrah berdiam diri pada keadaan, melainkan berusaha menerima keadaan bahwa ayah dan ibunya telah berpisah, agar remaja tersebut merasa nyaman dengan kehidupannya sekarang, misalnya saja remaja berupaya untuk tetap berinteraksi sosial dalam masyarakat disekitarnya

Shereer (Sutadipura, 1984) menyatakan bahwa ciri-ciri orang termasuk remaja yang menerima dirinya antara lain remaja tersebut memiliki keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi persoalan, remaja menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia dan sederajat dengan orang lain, remaja tidak menganggap dirinya aneh atau abnormal dan tidak ada harapan ditolak orang lain, remaja tidak malu atau hanya memperhatikan dirinya sendiri, remaja berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya, individu dapat menerima pujian atau celaan secara objektif, serta remaja tidak menyalahkan diri atas keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihanannya.

Perceraian orangtua dapat berpengaruh terhadap perkembangan remaja terutama penerimaan diri. Penerimaan diri tersebut dimanifestasikan dalam keinginan untuk dapat mencapai keberhasilan di masa depan. Remaja yang orangtuanya bercerai tidak ingin orang lain menaruh rasa kasihan

terhadap status subjek yang berasal dari keluarga bercerai. Maslow (Hjelle & Zeigler, 1992) menjelaskan beberapa komponen dalam penerimaan diri pada seseorang seperti seseorang yang memiliki gambaran yang positif tentang dirinya, dimana orang tersebut dapat berpikir positif dalam menyelesaikan berbagai permasalahan yang dihadapinya seperti mampu menghadapi kenyataan bahwa orangtuanya telah memutuskan untuk bercerai. Selanjutnya, Maslow (Hjelle & Zeigler, 1992) juga menjelaskan bahwa seseorang yang menerima dirinya akan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan untuk membangun interaksi yang baik dengan lingkungannya, yang berarti anak dari keluarga bercerai mampu membaur dengan masyarakat dengan menerima perlakuan dari lingkungannya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat dari Germer (2009) bahwa penerimaan diri sebagai kemampuan individu untuk dapat memiliki suatu pandangan positif mengenai siapa dirinya yang sebenarnya, dan hal ini tidak dapat muncul dengan sendirinya, melainkan harus dikembangkan oleh individu.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa penerimaan diri remaja dengan orang tua bercerai memiliki perbedaan di masing-masing individu, terdapat remaja yang menerima kenyataan orang tuanya bercerai, namun masih terdapat pula remaja yang belum sepenuhnya menerima perceraian yang terjadi di kedua orang tuanya. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi cepat atau lambatnya penerimaan diri pada remaja yakni melingkupi faktor internal berupa coping atau strategi dalam menghadapi dan menyesuaikan dirinya dengan perceraian orang tuanya sehingga remaja mampu merekonstruksi kognitifnya untuk hidup lebih baik dan berupaya untuk hidup mandiri dan sukses. Selain itu, faktor eksternal juga mempengaruhi salah satunya adalah dukungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, Andayani, dan Karyanta.(2012).Proses penerimaan remaja akhir terhadap perceraian orang tua dan konsekuensi psikososial yang menyertainya. <http://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id>
- Bernard, M. (2013). *The strength of self-acceptance theory, practice and research*. Retrieved from <http://www.springer.com/psychology/book/978-4614-6805-9>.
- Chaplin. J. P. (2000). Kamus lengkap psikologi. Penerjemah: Kartini kartono, Cetakan Kelima. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Dariyo, A. (2007). *Psikologi perkembangan, anak tiga tahun pertama*. 2007: PT. Refina Aditama.
- Dewi, Ida Ayu Shintya & Herdiyanto, Yohanes Kartika.(2018). Dinamika penerimaan diri pada remaja broken home di Bali. Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Positif, 211-220
- Fabricsius, W. P., & J. Lucken, L. (2007). Post-divorce living arrangement, parent conclit, and long-term pshsical health correlates for children of divorce. *Journal of family psychology, American psychological association, Vol. 21, No. 2*, 195-205.
- Feist, J., & Feist, G. (2008). *Theories of personality*. New York: Mc. Graw Hill.
- Germer, C. K. (2009). *The mindful path to self-compassion*. United State of America: The Guilford Press.
- Gunarsa, S. D., dan Gunarsa, Y. S. D. (2008).Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa. (1991). Psikologi perkembangan anak dan remaja. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hadyani, Ilma Adji .,& Indriana,Yeniar. (2017). Proses Penerimaan Diri pada Perceraian Orang Tua. *Jurnal Empati, Agustus 2017 Volume 7 (Nomor 3), Halaman 303- 312*

- Hjelle, L. A., & Zeigler, D. (1992). *Personality theories: Basic assumptions, research and application*. Tokyo: Mc. Graw Hill.
- Hurlock, E.B. (1999). Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan). Alih Bahasa: Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga.
- Kuang, M. (2010). *Amazing Life: Panduan Menuju Kehidupan yang Luar Biasa*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Kusumawardhani, Dona D., & Mamesah Michiko. (2020). Gambaran penerimaan Diri Siswa Korban Perceraian Orang Tua. [Vol 9 No 2 \(2020\): INSIGHT: Jurnal Bimbingan dan Konseling](#) DOI: <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.092.04>
- Lestari, Dwi. (2013). Penerimaan Diri dan Strategi Coping Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua. *Psikoborneo, Vol 1, No 4, 2013: 196-203* ISSN: 2477-2666/E-ISSN: 2477-2674
- Nurviana, E. (2006). Penerimaan diri pada penderita epilepsi. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, Vol. 5, No. 1.
- Nugraha, Noviani Nurhamida. & Budiman, Agus. (2020). Hubungan dukungan social dan penerimaan diri pada remaja awal dengan orang tua bercerai. Prosiding Psikologi UNISBA Vol 6, No 2, Prosiding Psikologi (Agustus, 2020)
- Schneider, C. R. (2007). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*. London: SAGE Publication.
- Stahl, P. M. (2004). *Parenting after divorce*. Jakarta: Penerbit PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sutadipura, B. (1984). *Kompetensi guru dan kesiapan mental anak*. Jakarta: Rajawali.
- Tentama, F. (2014). Hubungan positive thinking dengan self-acceptance pada difabel (bawaan lahir) di SLB Negeri 3 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(2), 1-7.

Zed, Mestika.(2008). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia

BAB V PENGASUHAN ANAK

DAMPAK POLA ASUH *LONG DISTANCE MARRIAGE* TERHADAP PSIKOLOGIS ANAK

Anggita Hardianti¹, Tania Salsabila², Siti Nafisa³

anggitahardianti42@gmail.com

ABSTRACT

The study aims to describe the effects of parenting patterns with a long-distance marriage to child psychology. Where the study was conducted on two families in the Tokol village, sub-district, Pamekasan district through a qualitative approach with a case study type. Data collection methods are conducted using live interviews and observations. Data analysis through the data reduction stage, data display, data verification and deduction withdrawal. Research indicates that (1) parenting practices adopted by a parent may be one of the key factors in shaping a child's character. (2) democratic upbringing, leaving children with little fear or hesitation to share their grievances, thus strengthening the relationship between children and parents, makes the impact more positive. (3) the negative effects of authoritarian parenting have caused children to become withdrawn and prone to high depression as a result of inadequately fulfilling their feelings, desires, and needs. This is what psychological impact children have on the negative.

Keywords: *parenting style, long distance marriage, children*

PENDAHULUAN

Secara umum, pernikahan memiliki arti ikatan janji suci oleh seorang individu dengan pasangannya yang sudah matang secara psikologis. Alasan dilakukannya pernikahan tidak lain ialah membangun rumah tangga. Pasangan ideal dalam pernikahan ialah mereka yang saling memberi kenyamanan,

kedekatan, pemenuhan dalam seksual, pertemanan dalam segala hal, dan membangun kebersamaan (Papalia, Olds, & Feldman, 2005). Adapun perspektif agama islam, menikah merupakan usaha penyempurnaan ibadah melalui iman yang ada dalam diri individu.

Kehidupan keluarga dalam bingkai modernisasi bukanlah fenomena baru yang ada di masyarakat. Semakin mudahnya memperoleh, memanfaatkan sumber daya yang ada membuat kompetisi dalam kehidupan semakin ketat. Minimnya lapangan pekerjaan di suatu daerah pun mengharuskan seseorang untuk mencari lapangan pekerjaan diluar daerahnya. Pemilihan tempat kerja dengan cara melihat peluang dan pendapatan menjadi alasan utama meninggalkan keluarga atau rumah tangga guna mencari pekerjaan yang lebih menjanjikan didalam kehidupan. Adapun keputusan tersebut telah merubah ekonomi keluarga, dimana sebelumnya ada pada level pas-pasan bahkan cenderung serba kekurangan menjadi berkecukupan, bahkan kebutuhan tersier pun mampu dipenuhi.

Namundisisilain, kebersamaan dengan keluargalah menjadi taruhannya. Namun, kondisi ini tidak terlalu dirasakan oleh keluarga yang ditinggalkan, karena kebutuhan pokok dapat di *suplay* dari tempat yang jauh. Adapun rasa rindu tak perlu di permasalahan, karena kemauan zaman telah memberi kecanggihan dalam komunikasi online sebagai obatnya. Meski demikian tidak dipungkiri bahwa pasangan yang mengalami pernikahan jarak jauh ini akan mengalami situasi yang menyebabkan ia jenuh dalam kesendiriannya. Jimenez (2010), menyimpulkan pernikahan jarak jauh disebabkan oleh ketidakhadiran pasangan sehingga menyebabkan kurangnya kedekatan secara fisik, sulitnya pemenuhan kebutuhan seksual serta kirangnya membangun kebersamaan dalam satu hari.

Peristiwa ini sudah tidak asing lagi ditelinga masyarakat, karena kerap kali terjadi dimana-mana, terutama di pelosak desa. Bahkan sudah banyak

yang mengkaji mengenai peristiwa tersebut, baik melalui ilmu psikologi maupun konseling yang dikenal dengan sebutan *Long Distance Marriage*. Istilah ini memiliki arti pernikahan jarak jauh, maksudnya seseorang yang sudah berumah tangga atau menikah, namun keduanya harus terpisahkan oleh jarak dan waktu dikarenakan ada alasan tertentu. Menurut sarwono (2001) *Long Distance Marriage* merupakan keadaan dimana pasangan suami istri yang terpisahkan oleh jarak karena suatu alasan yang menyebabkan pasangan tersebut sulit dan jarang untuk bertemu. Seperti seorang ayah berada dirumah merawat anaknya sedangkan istri menjadi TKW (tenaga kerja wanita) di luar negeri, atau bisa sebaliknya.

Long Distance Marriage terjadi karena beberapa faktor, antara lain faktor pendidikan, pekerjaan maupun ekonomi. Namun, menurut data survei yang ada kebanyakan peristiwa ini terjadi karena faktor ekonomi. Hal itu di buktikan dengan tingginya angka kemiskinan, dan lambatnya pertumbuhan ekonomi di suatu daerah menjadi faktor pendorongnya. Sehingga masyarakat yang tinggal di daerah tersebut akhirnya lebih memilih untuk pergi merantau, entah itu keluar daerah, kota keluar negeri sekalipun. Mereka berharap bahwa setelah mereka pergi merantau kehidupan, perekonomian serta derajat mereka akan terangkat. Meskipun tidak ada jaminan bahwa semua itu akan tergapai, tapi itu sudah lebih dari cukup untuk membulatkan tekad mereka untuk pergi mengadu nasib demi mencoba keberuntungan. Namun selain taruhannya kebersamaan yang dikorbankan, masalah lain kerap muncul seperti beban mental yang berdampak pada psikologi anak atau keluarga yang ditinggalkan. Dan disini yang paling dikorbankan sudah pasti anak, karena rasa rindu yang ingin bertemu serta rindu akan belaian kasih sayang dari orang tua. Dalam hati kecil seorang anak pasti menginginkan kasih sayang yang sempurna dari kedua orang tuanya. Apalagi pada masa tumbuh kembang mereka yang membutuhkan kasih sayang serta didikan langsung dari kedua orang tua.

Dimana peran orang tua sebagai madrasah pertama bagi anaknya. Jika hal itu tidak terpenuhi, dikhawatirkan mereka akan merasa bahwa orang tua sudah tidak peduli terhadap kehidupannya, walaupun pada dasarnya orang tua melakukan itu demi bisa membahagiakan anak serta keluarga.

Keberadaan seorang anak diibaratkan seperti kertas yang kosong, jadi pola didikan itu nantinya yang akan menjadi faktor seperti apa karakter seorang anak kedepannya. Dengan orang tua yang mengalami *long distance marriage* maka akan berdampak juga bagi psikologis seorang anak, karena mendidik tidak secara bersamaan, otomatis anak juga hanya mendapat separuh kasih sayang dari orang tuanya. Banyak anak yang tanpa sengaja di terlantarkan, di karenakan orang tua hanya sibuk dengan pekerjaan. Bahkan terkadang ada juga orang tua yang tidak sadar bahwa anaknya seringkali merasa kurang perhatian, sehingga dia akan mencari perhatian dan kesenangan di luar keluarganya. Keinginan tersebut memicu pergaulan yang salah dan terjerumusny anak dalam kenakalan remaja. Namun masih ada anak yang mencari perhatian kepada teman yang tepat atau lingkungan yang bisa membawa dia melakukan hal-hal positif. Sehingga nantinya dia akan lebih termotivasi menjadi anak yang berprestasi dan mengharumkan nama kedua orang tuanya. Maka penulis melakukan penelitian mendalam terhadap fenomena tersebut dengan judul “Dampak Pola Asuh *Long Distance Marriage* Bagi Psikologis Anak” dengan subyek penelitian dua keluarga di Desa Larangan Tokol, Kecamatan Tlanakan, Kabupaten Pamekasan.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini merupakan pendekatan kualitatif agar bisa menjelaskan secara terperinci dan detail melalui penelitian lapangan (*study research*). Dimana mempelajari secara intensif tentang latar belakang keadaan sekarang dan interaksi suatu sosial, individu, kelompok,

lembaga, dan masyarakat (Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, 2000)

Penelitian ini bersifat diskriptif (*descriptive research*) dalam artian suatu penelitian yang lebih memprioritaskan pada gambaran kejadian-kejadian yang ada yang berlangsung pada saat ini (di lapangan). Pendekatan ini digunakan karena data yang diperoleh adalah data deskriptif yang berupa tertulis dan lisan dari orang-orang, dokumen dan perilaku yang diamati.

Secara garis besar penelitian ini menggunakan dua metode yaitu metode *interview* dan pengamatan atau observasi. Peneliti melakukan interview atau wawancara untuk memperoleh data kemudian dilanjutkan dengan pengamatan sehingga dihasilkan data yang akurat. Data yang dihasilkan dari wawancara dan pengamatan ditelaah dan dikaji secara mendalam, diverifikasi dan akhirnya diuraikan kesimpulan.

Penelitian ini berlokasi di Desa Larangan Tokol, Kecamatan Tlanakan, Kabupaten Pamekasan. Adapun alasan memilih lokasi tersebut dikarenakan pada desa ini banyaknya anak yang ditinggal oleh salah satu orang tuanya dalam mencari nafkah di luar daerah tersebut. Sehingga menyebabkan ketertarikan penulis dalam mengamati psikologis anak yang ditinggal merantau oleh orang tuanya.

Penulis dalam proses penelitian mencari sumber data dengan cara datang langsung ke lokasi dan melakukan wawancara kepada pihak yang terlibat. Proses penelitian ini lebih banyak menggunakan sumber data yang berupa *person* atau responden sebagai informan. Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian (Moleong, 2002)

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan, hingga selesai penelitian. Dalam hal ini Nasution (1988) menyatakan “Analisis telah mulai sejak merumuskan dan menjelaskan masalah, sebelum terjun ke lapangan , dan berlangsung terus

sampai penulisan hasil penelitian (Sugiyono, 2008).

Data yang telah terhimpun kemudian diklarifikasikan untuk dianalisa dengan menggunakan pendekatan analisa induktif, yaitu berangkat dari fakta-fakta yang khusus, peristiwa-peristiwa yang konkrit, kemudian dari fakta-fakta dan peristiwa-peristiwa yang khusus konkrit itu ditarik generalisasi-generalisasi yang mempunyai sifat umum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dilapangan jika dikaitkan dengan jenis-jenis pola asuh keluarga terhadap anak menurut Baumrind dikategorikan menjadi tiga jenis, yaitu pola asuh (a) otoriter (*authoritarian*); (b) pola asuh demokratis (*authoritative*); (c) pola asuh permisif (*permissive*). Dari pernyataan yang dikemukakan oleh baumrind, terdapat pernyataan yang serupa dengan jenis pola asuh menurut beberapa ahli diantaranya Hurlock, serta hardy dan heyess, mereka sama-sama mengatakan tiga jenis pola asuh, antara lain: (a) pola asuh otoriter; (b) pola asuh demokratis; (c) pola asuh permisif.

Pola asuh otoriter (*authoritarian*) cenderung melakukan interaksi dengan anak yang bersifat kaku dan menekan (permintaan tinggi). Selain itu kebutuhan dipahami secara sepihak (orang tua saja), serta membuat aturan yang bersifat keras dan memberikan hukuman dari segi verbal, fisik, dan psikologis. Sangat berbeda dengan pola asuh demokratis (*authoritative*) yang cenderung melakukan interaksi bersifat dua arah, dimana orang tua memahami kondisi anak. Pada kondisi tersebut orang tua dapat mengetahui hal apa saja yang terjadi oleh anak dikarenakan adanya proses keterbukaan. Anak pun dapat memenuhi kebutuhannya sehingga tidak ada rasa kaku terhadap komunikasi antar orangtua dan anak. Pola jenis ini cenderung memberikan dan menjelaskan aturan-aturan yang dibuat oleh orang tua secara rasional. Adapun pola asuh permisif justru membiarkan anak tumbuh bebas

sesuai keinginannya. Kurangnya pengendalian orang tua terhadap anak disini mengakibatkan anak akan berperilaku negatif. Jenis pola asuh ini orang tua cenderung memenuhi kebutuhan anak sesuai yang diminta tanpa menyarinya (memanjakan). Dapat ditandai dengan kurangnya aturan tegas bagi dan pengarahan bagi anak.

Berdasarkan teori-teori tersebut disandingkan dengan hasil penelitian dilapangan maka dapat dianalisis bahwa anak dengan inisial S mendapatkan pola asuh demokratis (Authoritative), dimana orang tua membebaskan anak dalam menyampaikan perasaan, keinginan serta kebutuhan anak secara terbuka. Dalam pola asuh tersebut anak yang berinisial S diberi kesempatan untuk tidak selalu bergantung dengan orang tua. Hal ini mengakibatkan dampak psikologis anak berinisial S memiliki kepribadian yang bertanggung jawab serta mandiri dalam memilih keputusan sendiri. Anak tersebut dibesarkan dalam penuh kenyamanan dan kasih sayang sepenuhnya oleh kedua orang tuanya. Meski dalam hal perhatian terdapat perbedaan dimana ia mendapatkan perhatian penuh dari sang ibu secara langsung. Sedangkan sang Ayah memberikan perhatiannya secara *virtual*, dikarenakan faktor pekerjaan yang menyebabkan orang tua tersebut harus meninggalkan daerah untuk bekerja diluar kota. Hal ini senada dengan pendapat yang dikemukakan oleh Alexander A Schneiders (1960: 405) bahwa keluarga ideal memiliki ciri-ciri antara lain; minimnya perselisihan orang tua dan anak, adanya kesempatan anak dalam menyampaikan keinginannya, penuh kasih sayang dan memiliki aturan yang tidak memberatkan terhadap anak, bersikap mandiri dalam berpikir dan menghargai diantara orang tua dan anak. Hal tersebut cenderung menyebabkan kurangnya atau minimnya resiko dalam tumbuh kembang jiwanya.

Berdasarkan hasil penelitian dengan cara metode *interview* dan pengamatan atau observasi dampak psikogis yang didapatkan anak yang

mengalami pola asuh pernikahan jarak jauh berinisial S sebagai berikut: anak merasa dipahami, tidak dihakimi, aturan bisa diterima dan dijalankan dengan senang hati oleh anak, anak memahami keinginan dan harapan orang tuanya, anak merasa terfasilitasi, anak merasa didukung oleh orang tua, anak merasa mandiri dan bertanggung jawab atas keinginannya serta adanya keterbukaan antara anak dan orang tua. Dampak yang terjadi pada anak berinisial S ini dominan ke arah positif, dimana ia cenderung memiliki jiwa yang sehat. Jiwa yang sehat menurut WHO (World Health Organization, 2008) memiliki sikap positif terhadap diri sendiri secara utuh serta menyadari kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya sendiri. Dapat tumbuh dan berkembang untuk mengaktualisasi diri dengan cara mengapresiasi potensi atau bakat yang ada dalam dirinya. Selain itu anak yang memiliki jiwa sehat mampu mengambil keputusan dengan tanggung jawabnya tanpa bergantung kepada orang lain.

Berbeda halnya dengan anak yang mendapatkan pola asuh otoriter (Authoritarian), dimana narasumber dengan inisial R yang diasuh terpisah oleh ibu dan ayahnya. Sang ayah merantau ke Malang untuk bekerja di salah satu pabrik. Pola asuh otoriter sang ibu berupa tuntutan untuk memenuhi ekspektasi orang tua tanpa sang anak diberi ruang untuk menyuarakan pendapatnya. Peraturan-peraturan yang diberikan oleh sang ibu menjadikannya kehilangan hak-hak untuk mengekspresikan diri. Akibatnya ia tumbuh menjadi anak yang *introvert*, bahkan ia cenderung takut untuk mengambil keputusan karena selama ini hidup di bawah tekanan sang ibu. Ketimpangan antara hak dan kewajiban anak dalam keluarga ini selaras dengan teori yang dikemukakan Dadang Hawari (1997:165) bahwasanya seorang anak yang dibesarkan dalam keluarga disfungsi akan mempunyai resiko lebih besar dalam tumbuh kembang jiwanya. Anak berinisial R ini juga mengalami gangguan psikis berupa stres akibat pola asuh otoriter sang ibu. Dalam pergaulan pun ia menjadi seseorang yang pendiam, sebab dalam mengeluarkan apa yang ia alami, ia tidak pernah

diberikan kebebasan dalam menyampaikan apa yang dirasakan dalam dirinya untuk berbuat *speak up*. Dampak psikologis yang terjadi pada anak yang berinisial R dengan pola asuh otoriter (Authoritarian) diatas dapat dijabarkan sebagai berikut: anak merasa tidak dimanusiakan, anak hidup dalam penuh tuntutan, anak tertutup dengan orang tua, anak kesulitan dalam mengambil keputusan, tingkat harga diri anak menjadi lebih rendah, anak menjadi kurang percaya diri di lingkungan sosial, tingkat depresi cenderung tinggi dan anak tidak mendapatkan kasih sayang seharusnya

Dampak yang dialami oleh anak berinisial R cenderung mengarah ke dampak negatif pola asuh otoriter (Authoritarian), hal ini dilatar belakangi oleh ibu yang tidak menginginkan anaknya untuk jauh darinya, sebab sang ayah yang bekerja di luar kota menyebabkan ibu khawatir akan kepergian anaknya. dari observasi penulis di lapangan melihat ibu anak berinisial R dapat mempengaruhi tumbuh kembang psikis anak di kemudian hari. Jika ditinjau dari hasil wawancara penulis terhadap anak yang mengalami keluarga pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*) menggunakan pola asuh ini kurang menyukai pola asuh tersebut. Sebab keinginan anak sepenuhnya terhambat oleh harapan orang tua yang tidak sesuai dengan keinginannya.

Dari kedua sumber mengenai anak yang mengalami pola asuh berbeda-beda cenderung mempengaruhi tumbuh kembang anak terutama pada masa depannya. pendekatan yang terjadi antara anak dengan anak lainnya kepada orang tua sangatlah berbeda. anak berinisial S yang diasuh dengan cara bersifat terbuka menghasilkan anak lebih paham apa yang orang tua inginkan dan begitupun sebaliknya orang tua lebih peduli apa yang menjadi keinginan anak sebenarnya, sehingga anak akan memiliki jiwa yang sehat terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya. meskipun anak diasuh oleh salah satu orang tidak menutup kemungkinan anak memiliki jiwa yang sehat. hal ini disebabkan adanya pendekatan dan komunikasi dua arah,

meskipun ayahnya berada diluar kota untuk mencukupi kebutuhan hidup, komunikasi *online* melalui *virtual* tidak menutup kemungkinan untuk adanya komunikasi antara ayah dan anak walaupun berjauhan. sangat bertolak belakang dengan pola asuh yang dialami anak inisial R. pada hasil tersebut ibu yang menjadi dominan pengasuhan terhadap anaknya. anak dengan pola asuh ini menyebabkan kurangnya komunikasi antar orang tua dan anak. ayah anak berinisial R sangat kurang dalam pendekatan dan komunikasi akibat tuntutan pekerjaan yang membuat minimnya komunikasi jarak jauh. serta ibu yang mengasuhnya dirumah kurang memperhatikan keinginan anak sehingga pola pengasuhan tersebut mengakibatkan anak cenderung menutup diri dan cenderung mengalami depresi tinggi akibat segala perasaan, keinginan, dan kebutuhan anak tidak sepenuhnya terpenuhi. hal inilah yang menjadi dampak psikologis anak mengarah pada negatif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian serta analisa, membuktikan bahwa pola asuh yang di terapkan oleh orang tua menjadi salah satu faktor penentu dalam pembentukan karakter bagi seorang anak. Seperti halnya kasus anak berinisial S yang mendapatkan pola asuh demokratis (*Authoritative*), dimana orang tua membebaskan anak dalam menyampaikan perasaan, keinginan serta kebutuhan anak secara terbuka, maka dari itu, anak akan menjadi lebih terbuka kepada orang tua, sehingga anak tidak akan merasa takut atau ragu untuk membagikan keluh kesahnya, sehingga dapat mempererat hubungan anantara anak dan orang tua, maka dari itu dampak yang diperoleh lebih terkesan positif. Sedangkan kasus anak berinisial R cenderung mengarah ke dampak negatif pola asuh otoriter (*Authoritarian*), hal ini dilatar belakangi oleh ibu yang tidak menginginkan anaknya untuk jauh dari nya, sebab ayah yang bekerja di luar kota menyebabkan ibu takut akan kepergian anaknya sehingga mengakibatkan

anak cenderung menutup diri dan cenderung mengalami depresi tinggi akibat segala perasaan, keinginan, dan kebutuhan anak tidak sepenuhnya terpenuhi. hal inilah yang menjadi dampak psikologis anak mengarah pada negatif.

Jadi metode demokratis lebih unggul dibandingkan otoriter maupun primitive. Karena jika orang tua mendidik dengan pola didik demokratis, anak akan cenderung patuh dan terbuka kepada orang tuabahkan dia akan menjadi sosok yang *friendly*, pola demokratis ini lebih kepada kedua sisi dimana orang tua dan anak saling memahami antara satu dengan yang lain, anak dan orang tua bebas berpendapat kemudian akan ada keputusan yang disetujui Bersama bukan hanya persetujuan satu pihak. Seperti halnya kasus yang terjadi pada anak berinisial S, dia dididik dengan pola demokratis.

DAFTAR PUSTAKA

- Prameswara, A., D. & Sakti, H. (2016). Pernikahan Jarak Jauh, *Jurnal Empati*: Semarang
- Anisah, A., S. (2017). Pola Asuh Orang Tua Dan Implikasinya Terhadap Pembentukan Karakter Anak. *Jurnal Pendidikan UNIGA*: Semarang
- Gina Sonia, Nurliana Cipta Apsari, 2020. Pola Asuh Yang berbeda-beda dan Dampaknya Terhadap Perkembangan Kepribadian Anak. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*: Jatinagor.
- King, K., A., Vidourek, R., A & Merianos, A., L (2016). Pengasuhan Otoriter Dan Depresi Remaja: Hasil Dari Studi Nasional, *Journal of Prevention & Intervention in the Community*.
- Ayun, Q. (2017). Pola Asuh Orang Tua Dan Metode Pengasuhan Dalam Membentuk Kepribadian Anak. ThufuLa: Salatiga
- Sinta Risma Ayu S, (2017). *Keintiman Pasangan Long Distance Marriage Dalam Menggunakan Video Chat*. Universitas Muhammadiyah Surakarta: Surakarta

Suprihatin, T. (2018). Dampak Pola Asuh Orang Tua Tunggal (Single Parent Parenting) Terhadap Perkembangan Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Unissula: Semarang*.

POLA ASUH DEMOKRATIS ORANG TUA DALAM PERKEMBANGAN SOSIAL ANAK

¹*Nur Afiah, ²Sukria

¹Bimbingan Konseling Islam, FUAD, IAIN Parepare, Indonesia

²Bimbingan Konseling Islam, FUAD, IAIN Parepare, Indonesia

*E-mail: nurafiah@iainpare.ac.id

ABSTRACT

Parents' Democratic Parenting Patterns in Children's Social Development.

Parenting patterns and social interactions have a fairly close correlation. Parenting given to children will affect children's social interactions. Democratic parenting has a major influence on the social development of children. When compared with other parenting styles, namely permissive and authoritarian. Democratic parenting is a parenting pattern that is characterized by parental recognition of the child's abilities, children are given the opportunity not to always depend on their parents. Parents give a little freedom to children to choose what is best for themselves, children are heard of their opinions, are involved in conversations, especially those related to the child's own life. Children are given the opportunity to develop their internal control so that little by little they practice being responsible to themselves. Children are involved and given the opportunity to participate in managing their lives. Conditions of parenting like this cause children to have the following characteristics: Friendly, confident, able to control, polite, willing to cooperate, have high curiosity, have a goal or direction that clear, achievement oriented, dare to have an opinion

Keywords: *autism, social development, parenting style, democratic parenting.*

PENDAHULUAN

Memiliki anak adalah anugerah dari Tuhan Yang Maha Esa bagi orang tua. Namun terkadang Tuhan menguji orang tua dari anak yang terlahir tidak sempurna, ada yang cacat fisik, mental, dan autisme. Sebagai orang tua, kita seharusnya mendidik dan membimbing anak-anak kita. Tetapi orang tua dari anak-anak berkebutuhan khusus jelas berbeda dalam cara mereka mendidik dan merawat anak-anak normal. Anak autisme membutuhkan lebih banyak dukungan emosional dari semua anggota keluarga, karena anak berkebutuhan khusus sering diremehkan di lingkungan mereka sendiri, terutama oleh teman sebayanya.

Hal ini dapat mempengaruhi kondisi mental anak bahkan keluarganya. Disinilah peran keluarga sangat penting bagi anak. Proses pertumbuhan dan perkembangan anak autisme jelas berbeda. Masing-masing memiliki keunikan dengan caranya sendiri. Masalah yang dihadapi setiap anak juga berbeda-beda antara satu anak dengan anak lainnya. Masalah yang muncul dapat berupa gangguan perkembangan fisik, gangguan bahasa, gangguan emosi, dan gangguan sensorimotor. Salah satu hambatan masa kanak-kanak untuk menjadi kekuatan orangtua saat ini adalah autisme. Anak autisme dapat dijelaskan sebagai anak yang mengalami gangguan perkembangan, yang biasanya muncul pada tiga tahun pertama kehidupan anak. Gangguan tersebut mempengaruhi komunikasi, interaksi sosial, imajinasi dan sikap (Sulistiyowati, 2019).

Usia dini (0-8 tahun) merupakan usia yang sangat menentukan bagi pembentukan karakter dan karakter anak. Tahun-tahun awal juga sangat menentukan pertumbuhan dan perkembangan manusia selanjutnya. Pada usia dini, fondasi karakter anak terbentuk. Pada saat itu, anak mengalami krisis yang disebut krisis pembentukan kepribadian dasar. Jika mereka mendapatkan pendidikan yang tepat, maka fondasi kepribadian yang kuat akan terbentuk. Di sisi lain, jika Anda menerima pendidikan yang salah, Anda akan membentuk

kepribadian yang buruk.

Realitas yang terjadi di masyarakat akhir-akhir ini adalah minimnya interaksi sosial antar teman sebaya. Anak suka melakukan sesuatu sendiri dan kurang empati terhadap teman, membuat anak kurang peka terhadap lingkungan sosialnya sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan sosial anak masih rendah. Anak yang diculik menampilkan berbagai perilaku, berteriak saat berbicara dengan teman, dan melontarkan kata-kata kasar tentang teman yang mengganggunya. Kurangnya komunikasi antara anak dengan teman atau orang lain dapat menyebabkan kecenderungan anak untuk menarik diri dari situasi sosial dan sebaliknya.

Autisme adalah gangguan yang mempengaruhi seseorang sejak lahir atau bayi, mencegahnya membentuk hubungan sosial yang normal atau berkomunikasi. Karena autisme, anak-anak akan terputus dari orang lain dan masuk ke dunia aktivitas dan minat yang berulang dan kompulsif. Autisme adalah gangguan perkembangan kompleks yang disebabkan oleh kerusakan otak yang mengakibatkan komunikasi abnormal, pola perilaku terbatas dan stereotipik, dan fungsi abnormal ini biasanya muncul sebelum usia 3 tahun, dengan lebih dari dua pertiga orang berfungsi di bawah rata-rata. Widana dan Ambarwati (2015) menjelaskan bahwa menjadi orang tua bukanlah tugas yang mudah. Orang tua memiliki cara dan pola tersendiri dalam membesarkan dan membimbing anaknya. Cara dan pola ini tentunya akan berbeda-beda dari satu keluarga ke keluarga lainnya. Dalam kegiatan pengasuhan ini, orang tua akan memberikan perhatian, aturan, disiplin, penghargaan dan hukuman, serta tanggapan terhadap keinginan anak-anaknya.

Sikap, perilaku, kebiasaan orang tua selalu terlihat, yang secara tidak langsung mempengaruhi pola asuh yang ditetapkan orang tua bagi anak-anaknya. Sebagai orang tua, kita juga tidak bisa menyamakan anak autis dengan anak normal, baik secara perilaku maupun intelektual. Bagi orang tua dari

anak autis, ini adalah waktu paling awal, paling sulit dan menegangkan dalam kehidupan seorang anak. Selama periode ini, orang tua sering menghadapi banyak masalah. Tidak hanya datang dari anak, tetapi juga bercampur dengan masalah lain yang bisa menjadi beban orang tua. Kita tahu bahwa perilaku anak autis seringkali berasal dari anak normal yang memiliki perilaku berlebihan. Orang tua membutuhkan kesabaran dan kesadaran yang luar biasa karena anak tidak pernah lelah. Anak autis suka bergerak, mudah nakal, dan tidak bisa berkonsentrasi. Keinginan mereka harus segera dipenuhi, dan mereka juga terkadang melakukan sesuatu yang impulsif atau tiba-tiba tanpa memikirkannya terlebih dahulu.

Dalam proses mengasuh anaknya, orang tua akan menemukan bahwa perilaku anaknya di masa depan dan metode pengasuhan yang diberikan oleh orang tuanya sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan tubuh dan pikiran anaknya. Orang tua sebagai panutan dan guru di rumah memiliki pengaruh besar pada pembentukan karakter dan keterampilan sosial anak, dan karenanya memerlukan pengasuhan yang tepat. Pola asuh adalah salah satu yang digunakan sejak awal anak untuk menghindari pergaulan yang negatif. Model pengasuhan keluarga diperlukan yang mencakup lebih banyak aturan yang dapat diikuti dan ditegakkan dengan baik oleh seluruh keluarga.

Pola asuh ini merupakan pola asuh yang demokratis. Pola asuh demokratis adalah gaya pengasuhan yang digunakan orang tua dalam mengasuh dan mendidik anak yang berpedoman pada pemberian kebebasan kepada anak dengan disertai pengawasan. Orang tua yang bersifat demokratis akan selalu mendukung kegiatan positif yang anak lakukan, bentuk dukungan yang ia berikan seperti kasih sayang, suport, dan doa untuk sang anak, ia juga mendengarkan pendapat anak, dan mereka bertukar pikiran untuk membangun keluarga yang harmonis. Orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis lebih memprioritaskan kepentingan anak, akan tetapi juga

tidak ragu-ragu untuk mendisiplinkan anak. Pola asuh ini dianggap dapat memberikan dampak positif bagi anak karena keduanya saling melengkapi dan anak dilatih untuk bertanggung jawab (Alsari dkk., 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode penelitian literatur. Penelitian berbasis literatur merupakan bentuk penelitian yang menggunakan literatur sebagai obyek kajian. Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data sekunder, yaitu buku-buku, majalah-majalah dan dokumen-dokumen tertulis. Selain itu digunakan juga artikel-artikel yang diambil dari jurnal-jurnal psikologi.

KAJIAN TEORI

Pola Asuh Demokratis

Aisyah (2013) mengemukakan bahwa pola asuh merupakan suatu bentuk pola asuh yang memperhatikan dan menghargai kebebasan anak, adanya komunikasi yang dialogis antara anak dan orang tua, dan adanya sikap hangat yang ditunjukkan oleh orang tua kepada anaknya, penerimaan orang tua terhadap anaknya dikarenakan sikap hangat yang ditunjukkan oleh orang tua. Gaya pengasuh dicirikan beberapa kondisi dimana orang tua senantiasa mengontrol perilaku anak, namun kontrol tersebut dilakukan dengan fleksibel atau tidak kaku. Orang tua meminta anak untuk menunjukkan prestasi-prestasi tertentu. Pemerintaan tersebut di dasari pengetahuan bahwa prestasi tersebut sesuai dengan tingkat perkemabangan umumnya. Orang tua memperlakukan anak dengan hangat, membangun rasa percaya diri. Dan anak diperlakukan secara unik. Orang tua berkomunikasi dalam banyak hal dengan anak. Kemampuan orang tua dalam mengetahui kebutuhan anak serta kemampuan mendengarkan aspirasi anak menjadi ciri gaya pengasuhan ini.

nilai kepatuhan anak terhadap otoritas orang tua tetap mendapat perhatian, walaupun bukan menuntut kepatuhan yang total.

Nitya (2015) juga menambahkan bahwa anak yang diasuh dengan gaya pengasuhan demokratis akan mengembangkan percaya diri, kontrol emosi baik, selalu ingin tahu, menggali hal-hal yang dapat memperluas wawasan dan kematangan pribadinya. Anak mampu menemukan arah dan tujuan dari tugas-tugas perkembangannya. Anak mengembangkan sikap bertanggung jawab dan percaya terhadap kemampuan diri sendiri.

Pola asuh demokratis yaitu pola asuh yang memprioritaskan kepentingan anak tetapi tidak ragu untuk mengendalikan mereka pula. Pola asuh seperti ini kasih sayangnya cenderung stabil atau pola asuh bersikap rasional. Orang tua mendasarkan tindakannya pada rasio. Mereka bersikap realistis terhadap kemampuan anak dan tidak berharap berlebihan. Santrock dari hasil penelitiannya menemukan bahwa teknik-teknik asuhan orang tua yang demokratis akan menumbuhkan keyakinan dan kepercayaan diri maupun mendorong tindakan-tindakan mandiri membuat keputusan sendiri akan berakibat munculnya tingkah laku mandiri yang bertanggung jawab. Hasilnya anak-anak menjadi mandiri, mudah bergaul, mampu menghadapi stres, berminat terhadap hal-hal baru dan bisa bekerjasama dengan orang lain (Dewi, 2022).

Pola asuh demokratis merupakan pencapaian keseimbangan yang baik antara pengendalian dan otonomi, memberikan peluang pada anak-anak dan remaja untuk mengembangkan kemandirian sambil memberikan standar batasan, dan bimbingan yang diperlakukan oleh anak. Sehingga dalam gaya pengasuhan demokratis memiliki aspek-aspek, seperti:

1. Suka berdiskusi dengan anak, sering atau suka membicarakan hal apapun antara orang tua dan anak.
2. Mendengarkan keluhan anak, orang tua juga harus mampu mendengarkan

keluhan anak, mengenai sekolahnya, mengenai teman-temannya. Mendengarkan apapun yang anak bicarakan.

3. Memberi tanggapan, setelah anak bercerita dan mengadu pada orang tua, orang tua memberikan pendapat atau pengetahuan
4. Selain aspek di atas, gaya pengasuhan demokratis memiliki ciri-ciri sebagaimana yang telah dijelaskan oleh Dewi (2022), yaitu:
5. Proses pendidikan terhadap anak selalu bertitik tolak dari pendapat bahwa manusia adalah makhluk mulia di dunia.
6. Orang tua selalu menyelaraskan kepentingan dan tujuan pribadi dengan kepentingan-kepentingan anak.
7. Orang tua senang menerima pendapat, saran dan kritikan dari anak.
8. Mentolir ketika anak membuat kesalahan dan memberikan pendidikan kepada anak agar jangan melakukan kesalahan lagi tanpa mengurangi daya kreativitas, inisiatif dan prakarya anak.
9. Lebih menitikberatkan kerja sama dalam mencapai tujuan.
6. Orang tua selalu berusaha untuk menjadikan anak lebih sukses darinya.

Autism

Menurut Sutadi (Yosfan Azwandi) berpendapat bahwa autis adalah gangguan perkembangan berat yang mempengaruhi cara seseorang untuk berkomunikasi dan berhubungan dengan orang lain. Anak dengan penyandang autis tidak dapat berhubungan dengan orang lain dengan baik, dikarenakan kemampuannya untuk membangun hubungan dengan orang lain terganggu karena ketidamampuannya untuk berkomunikasi dan mengerti perasaan orang lain. Dari uraian diatas, autis adalah seseorang atau diri sendiri yang mengalami gangguan kelainan pada fisik maupun mental yang dapat diketahui sejak umur kurang dari 3 tahun dan perlunya penanganan khusus agar dapat menjalani hidup sebagaimana individu normal lainnya, bahkan berhasil

sebagaimana individu lain mencapai keberhasilannya (Ulva, 2020).

Perkembangan Sosial

Mayar (2013) menjelaskan bahwa perkembangan merupakan suatu perubahan, dan perubahan ini tidak bersifat kuantitatif, melainkan kualitatif. Perkembangan tidak ditekankan pada segi material. Melainkan pada segi fungsional. Pengertian lain dari perkembangan adalah perubahan-perubahan yang dialami oleh individu atau organisme menuju tingkat kedewasaannya atau kematangannya yang berlangsung secara sistematis, progresif dan berkesinambungan, baik menyangkut fisik maupun psikis. Sosial adalah segala perilaku manusia yang menggambarkan hubungan nonindividualisme.

Sehubungan perkembangan sosial anak ada beberapa aspek esensial yang perlu dipahami dari Carsaro (Rizzo) mengungkapkan bahwa disaat anak berinteraksi dengan kelompok teman sebaya, anak-anak prasekolah saling berbagi dalam dua hal. Pertama adalah berupa partisipasi sosial yakni keterlibatan anak dalam aktivitas bermain bersama atau berupaya mengikuti kegiatan kelompok teman yang sedang berlangsung. Kedua adalah berupa perlindungan terhadap kawasan pergaulan kelompok. Yakni kecenderungan anak yang terlibat dalam suatu episode kegiatan bermain yang sedang berlangsung untuk menolak upaya atau gangguan dari anak lain yang sedang berpartisipasi.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa perkembangan sosial merupakan pencapaian kematangan dalam hubungan sosial. Dapat juga diartikan sebagai proses belajar untuk menyesuaikan diri terhadap norma, moral, dan tradisi: Meleburkan diri menjadi suatu kesatuan yang saling berkomunikasi dan bekerjasama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Beberapa penelitian menjelaskan tentang keterkaitan antara pola asuh demokratis terhadap perkembangan social anak autis. Arifah (2011) menjelaskan bahwa bentuk pola asuh yang dilakukan oleh orang tua merupakan perlakuan yang diterapkan dalam lingkungan keluarga. Pola tersebut berupa interaksi dan komunikasi yang dilakukan oleh orang tua dengan anak. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Arifa tersebut ditemukan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan interaksi anak autis di Semarang. Dari tiga bentuk pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, ternyata pola asih demokratis memiliki persentase yang cukup tinggi, yaitu sebesar 38, 2%. Hal tersebut jelas menjelaskan bahwa pola asuh demokrasi cocok diterapkan pada anak autis untuk melatih perkembangan socialnya.

Pola asuh dan interaksi sosial memiliki korelasi yang cukup erat. Oleh karena itu, para orang tua hendaknya memilih gaya pola asuh yang tepat dengan kebutuhan anak. Sama halnya dengan orang tua yang memiliki anak autis. Hal yang perlu ditekankan adalah bagaimana orang tua mampu membentuk interaksi social yang baik. Hurlock (2006) mendeskripsikan bahwa pola asuh demokratis memperlihatkan ciri-ciri adanya kesempatan anak untuk berpendapat mengapa ia melanggar peraturan sebelum hukuman dijatuhkan, hukuman diberikan kepada perilaku salah dan memberikan pujian ataupun hadiah kepada anak yang benar.

Adapun kelebihan pola asuh demokratis yaitu orang tua membimbing dengan penuh pengertian, memberi penjelasan secara rasional dan objektif jika keinginan dan pendapat anak tidak sesuai. Menurut Gunarsa (2000), pola asuh orang tua merupakan pola interaksi antara anak dengan orang tua yang meliputi bukan hanya pemenuhan kebutuhan fisik dan psikologis tetapi juga norma- norma yang berlaku dimasyarakat agar anak dapat hidup selaras dengan lingkungan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Suharni, Eka, dan Maemunah (2016) pada 15 orang tua yang memiliki anak autis. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan bahwa keseluruhan dari subjek penelitian menerapkan pola asuh demokratis pada anak autis. Pola asuh yang diberikan kepada anak akan mempengaruhi interaksi sosial anak. Hal yang bisa orang tua lakukan antara lain adalah membiasakan buah hati menentukan perasaan secara tepat, menyatakan kebutuhan emosinya, ajarkan buah hati untuk menghormati perasaan orang lain, tunjukkan sikap empati kepada orang lain, serta tidak memaksakan kehendak terhadap anak.

Rahmadiani, Rahim, Fitriani (2022) juga meneliti hal yang sama di kota Makassar. Penelitian yang dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh pola asuh orang tua terhadap perkembangan social anak autis. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa pola asuh demokratis berpengaruh besar terhadap perkembangan social anak. Jika dibandingkan dengan pola asuh lainnya, yaitu permisif dan otoriter.

Pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang ditandai dengan adanya pengakuan orang tua terhadap kemampuan anak, anak diberi kesempatan untuk tidak selalu tergantung kepada orang tua. Orang tua sedikit memberi kebebasan kepada anak untuk memilih apa yang terbaik bagi dirinya, anak didengar pendapatnya, dilibatkan dalam pembicaraan terutama yang menyangkut dengan kehidupan anak itu sendiri. Anak diberi kesempatan untuk mengembangkan kontrol internalnya sehingga sedikit demi sedikit berlatih untuk bertanggung jawab kepada diri sendiri. Anak dilibatkan dan diberi kesempatan untuk berpartisipasi dalam mengatur hidupnya. Kondisi pola asuh seperti ini menyebabkan anak memiliki ciri-ciri sebagai berikut: Bersikap bersahabat, memiliki percaya diri, mampu mengendalikan, sikap sopan, mau bekerjasama, memiliki rasa ingin tahunya tinggi, mempunyai tujuan atau arah yang jelas, berorientasi terhadap prestasi, berani berpendapat.

SIMPULAN

Pola asuh merupakan hal terpenting dalam membentuk karakteristik anak, termasuk perkembangan social. Orang tua yang memiliki anak autisme tentunya penuh tantangan dalam menghadapi hal tersebut. Para orang tua dengan penuh pertimbangan memilih pola asuh yang tepat bagi anak mereka. Hal yang bisa orang tua lakukan antara lain adalah membiasakan buah hati menentukan perasaan secara tepat, menyatakan kebutuhan emosinya, ajarkan buah hati untuk menghormati perasaan orang lain, tunjukkan sikap empati kepada orang lain, serta tidak memaksakan kehendak terhadap anak. Di sisi lain, para orang tua pun akan mengalami hambatan dalam mengasuh anak autisme. Hambatan tersebut berupa kurangnya pengetahuan orang tua tentang anak autisme, kesibukan orang tua, kemampuan yang dimiliki anak, serta mood anak. Peneliti memberi saran agar orang tua lebih bersabar lagi dalam mengasuh anak yang autisme karena pola asuh orang tua sangat mempengaruhi masa depan anak tersebut dan hendaknya para orang tua harus lebih meningkatkan pengetahuannya tentang anak autisme tentang bagaimana mengasuhnya dan lain-lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsari, M. S, Dkk. (2021). Pengaruh Pola Asuh Demokratis terhadap Kemampuan Komunikasi Interpersonal Anak Usia 10-12 Tahun. *Jurnal Basicedu*.
- Aisyah, N. (2013). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Arifa, U. D. (2011). Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Interaksi Sosial Anak Autis di SLB Negeri Semarang. (*Publised Skripsi*). Program Sarjana Universitas Islam Suktan Agung Semarang.
- Dewi, N. (2022). Hubungan Antara Pola Asuh Demokratis Orang Tua dengan Keterampilan Sosial pada Siswa di Sekolah Dasar. *Skripsi Sarjana: Program*

Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

- Gunarsa, S. D. (2000). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Jakarta: PT Gunung Mulia.
- Hurlock, E. B. 2006. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi kelima. Alih bahasa Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Mayar, F. (2013). Perkembangan Sosial Anak Usia Dini Sebagai Bibit Untuk Masa Depan Bangsa. *Jurnal Al-Ta'lim*, 1.6.
- Nitya, N. D. (2015). Pola Asuh Orang Tua yang Memiliki Anak Autis di Kaizen Nirel Centre (Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus) Perumnas Smilingkar. Skripsi Sarjana: Departemen Kesejahteraan Sosial Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara Medan.
- Rahmadiani, Rahim, R., & Fitriani, R. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Sosial Anak Autis di SLB Negeri Pembina dan SLB Negeri 1 Makassar Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia*. VOL 2 SPECIAL ISSUE 1 2022 E-ISSN : 2809-1612, P-ISSN : 2809-1620.
- Suharni, Eka, N. L.P., & Maemunah, N. (2016). Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Interaksi Sosial Anak Autis di Yayasan Insan Mandiri Jl. Pisang Kipas No. 34 A Kelurahan Jatimulyo Malang. *Nursing News*. Vol. 1, No,1.
- Sulistyowati, E. (2019). Pola Asuh Demokratis Orang Tua pada Anak Autis di SLB Lentera Harapan. (Skripsi Sarjana: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten.
- Ulva, M. (2020). Proses Pembelajaran Matematika pada Anak Berkebutuhan Khusus (Autisme) di Sekolah Inklusif. *Journal On Teacher Education*.
- Widana, D., & Ambarwati, K. D. (2015). Pola Asuh Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (TUNARUNGU) di Boyolali.

RESILIENSI IBU YANG MENDAMPINGI ANAK DISABILITASI INTELEKTUAL

¹Rukiana Novianti Putri, ²Andi Tri Supratno Musrah

¹ Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Agama Islam,

Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia

²Psychological Science, Faculty of Humanities and Health Sciences, Curtin University Malaysia, Malaysia

Email¹: rukiananoviantiputri@unismuh.ac.id

Email²: andi.musrah@curtin.edu.my

ABSTRACT

Resilience of Mothers Caring For Children With Intellectual Disabilities.

During the Covid-19 period, people are required to be able to adapt to the situation and changes that occur. It is not easy for parents who have children with intellectual disabilities to caring their children learning activities from home. This can trigger problems for mothers that can affect their role in providing positive care for children. The purpose of this research how description resilience of mothers who caring for children intellectual disabilities. The research method used is qualitative research with purposive sampling technique. The main of the researcher is understand to describe the resilience of mothers from their own frame of mind. Data collected by conducting interviews, observations and reports of the subject's consultation. The data collected was analyzed by theoretical coding. The results of resilience begin in the ability to accept and survive in difficult situations, emerging strength due to the support of partners, family and financially. Thinking skills and coping strategies are efforts made to achieve resilience. Reflecting on experiences and problems from various perspectives, believes that all difficulties are a test from God and comes from self-confidence that everything can be resolved with commitment and effort.

Keywords: *Resilience, Intellectual Disabilities*

PENDAHULUAN

Disabilitas intelektual sering dicirikan pada anak dengan karakteristik keterbatasan pada fungsi intelektual baik dari kapasitas intelektual (dibawah rata-rata), keterbatasan dalam kemampuan belajar, memahami, memberikan umpan balik, menyelesaikan masalah ataupun hambatan yang berkaitan dengan keterampilan sosial dan praktis sehari-hari. Disabilitas intelektual dijelaskan juga sebagai individu yang memiliki hambatan intelegensi. Intelegensi merupakan suatu gambaran mengenai tiga hal, yakni pertama menggambarkan kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara cepat dan efektif. Kedua, menunjukkan kemampuan menggunakan konsep abstrak secara efektif. Dan ketiga adalah kemampuan untuk memahami pertalian-pertalian dan belajar dengan cepat sekali (Chaplin dalam Shobibah, 2018). Hal tersebut berarti bahwa individu yang mengalami disabilitas intelektual memiliki hambatan pada tiga kemampuan tersebut.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Tahun 2017 menyebutkan bahwa jumlah Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di Indonesia mencapai 1,6 juta anak yang mendapatkan layanan Pendidikan inklusi. Selanjutnya berdasarkan Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) 2018 yang menjelaskan bahwa populasi penyandang disabilitas berat dan sedang di Indonesia mencapai 30 juta orang, sedangkan berdasarkan data Survei Penduduk Antar Sensus (Supas) berjumlah 21 juta orang. Menurut asisten Deputi Perlindungan Anak Berkebutuhan Khusus Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak bahwa saat ini hanya sekitar 800 sekian anak berkebutuhan khusus yang terdaftar di sekolah selama masa pandemi. Hal tersebut dikarenakan banyaknya orangtua yang menutupi kondisi anaknya yang berkebutuhan khusus dikarenakan rasa malu sehingga menjadi kendala bagi Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak untuk memenuhi hak-hak dari anak berkebutuhan khusus.

Perlu dipahami bahwa masa pandemi Covid-19 ini membuat semua orang harus mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan dan perubahan yang ada. Tentu saja hal tersebut tidaklah mudah bagi orangtua yang memiliki anak disabilitas intelektual dalam menjalankan aktivitas belajar dari di rumah. Berdasarkan hasil asesmen peneliti selama aktivitas belajar dari rumah, data menunjukkan bahwa ada beberapa permasalahan yang sering terjadi pada anak disabilitas intelektual saat belajar dari rumah. Beberapa diantaranya yaitu, anak kesulitan menyimak materi pelajaran, anak kurang mampu menyesuaikan diri dengan kondisi belajar di rumah, anak sulit untuk konsentrasi saat belajar bersama orangtua, serta beberapa materi ajar anak tidak dikuasai oleh orangtua. Disamping itu, orangtua juga kurang memahami kebutuhan anak dalam belajar. Akhirnya anak menjadi tidak berkembang dalam hal Pendidikan. Hal tersebut memicu sebagian orangtua menjadi putus asa, tertekan sehingga memindahkan anaknya dari sekolah regular ke *homeschooling* dan beberapa orangtua juga melakukan konsultasi pada psikolog untuk memberdayakan kondisi anak dan orangtua secara psikologis dalam menghadapi stress selama proses belajar daring.

Undang-Undang Negara Republik Indonesia Nomor 4 tahun 1997 dan Undang-Undang Negara Republik Indonesia Nomor 19 tahun 2011 tentang Pengesahan Konvensi Mengenai Hak-hak Penyandang Disabilitas menjelaskan bahwa setiap penyandang cacat mempunyai hak, kewajiban, dan kesempatan yang sama seperti individu normal dalam segala aspek kehidupan dan penghidupan. Hal tersebut membuat sekolah lebih terbuka akan kondisi dan keterbatasan anak saat belajar dari rumah. Beberapa target belajar tidak dipaksakan khususnya pada anak-anak yang disabilitas intelektual.

Kehadiran seorang anak yang memiliki hambatan intelektual bisa memunculkan berbagai tekanan dan gejolak emosi dalam diri seorang ibu. Hal tersebut dapat mengganggu kondisi baik secara fisik maupun psikis. Respon ibu

terhadap tekanan dan stres yang dihadapi tidak hanya berdampak bagi dirinya sendiri tetapi juga akan berdampak pada keadaan anak dan ketidakmampuan ibu dalam beradaptasi dengan tekanan tersebut akan berakibat buruk dalam pengasuhan (Pamungkas, 2015).

Situasi belajar dari rumah selama pandemi bagi orangtua dalam hal ini khususnya ibu yang memiliki anak disabilitas intelektual dituntut untuk belajar menerima dan berdamai dengan keadaan dan kondisi anak-anaknya. Apalagi jika di rumah tidak hanya menghadapi satu anak saja tapi juga memiliki anak lain yang perlu didampingi untuk belajar daring. Pada kenyataannya tuntutan lingkungan dan peran ibu sebagai pengasuh juga pendamping anak dalam belajar di rumah membuatnya mulai berdamai dengan kesulitannya dengan cara yang adaptif serta mengambil pelajaran dari pengalaman orang lain. Coley (2011) dalam sebuah penelitiannya mengemukakan bahwa resiliensi atau ketahanan dalam keluarga dapat membentuk ketahanan bagi anaknya. Ketika sudah terlihat disfungsi dari sebuah keluarga maka hal tersebut juga dapat memengaruhi perkembangan psikologis anak. Sehingga dapat diartikan jika orangtua yang memiliki resiliensi yang baik maka dapat membuat anak mampu bertahan walau dalam situasi sulit. Pada umumnya resiliensi didefinisikan sebagai suatu bentuk kemampuan adaptasi yang positif dalam menghadapi stres dan trauma. Resiliensi adalah pola pikir yang memungkinkan individu untuk mencari pengalaman baru dan untuk melihat kehidupannya sebagai suatu pekerjaan yang mengalami kemajuan (Sills & Stein, 2007).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada ibu (Subjek A) yang memiliki anak usia tujuh tahun dengan gejala *retardasi mental* mengatakan bahwa pada awal mulainya diterapkan pembelajaran jarak jauh atau belajar dari rumah (BDR) subjek mulai merasakan frustrasi dan stress saat mendampingi anak, Beberapa perilaku yang muncul karena anak harus dijelaskan berulang-ulang, mudah mengantuk dan lelah saat belajar

sedangkan proses belajar belum sampai 10 menit berlangsung yang membuat ibu kesulitan mengontrol gerak anak. Selain itu, kosa kata anak yang masih terbatas juga membuat ibu mengalami kesulitan dalam menyampaikan arahan. Pada interaksi sosial anak juga pemalu, hanya ingin bermain sendiri. Terlebih lagi guru lebih banyak memberikan tugas sedangkan subjek A juga perlu melakukan aktivitas lain misalnya memasak, beres-beres rumah dan mengurus anak yang lain. Kondisi ini berjalan selama sembilan bulan sampai pada tahapan subjek mulai beradaptasi dengan situasi tersebut.

Selanjutnya hasil wawancara yang lain diungkapkan oleh ibu (Subjek B) mengemukakan bahwa pada masa awal mendampingi anak belajar dari rumah subjek merasa kebingungan untuk mengawali proses belajar seperti apa yang akan diterapkan pada anak. Disamping karena banyaknya tugas dari guru, anak juga sering menunjukkan perilaku menantang saat belajar misalnya dengan menolak untuk belajar, hanya ingin bermain, mudah terganggu dengan kebisingan bahkan kurang menunjukkan minat pada pelajaran. Selain itu, karena ibu juga merupakan pekerja serabutan sehingga kadang kesulitan dalam mengatur waktu antara mendampingi anak dan menyelesaikan orderan pelanggan. Situasi tersebut berjalan selama 1 tahun sampai pada saat dimana subjek B mulai terbiasa dan mampu menerima kesulitan-kesulitan tersebut.

Berdasarkan pemaparan diatas maka peneliti menganggap perlu untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada ibu yang mendampingi anak disabilitas intelektual.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan *nonprobability sampling*, yakni dengan teknik *purposive sampling* yang artinya bahwa teknik pengambilan sampel dengan cara menentukan kriteria tertentu (Sugiyono, 2018). Tujuan utamanya menghasilkan sampel yang secara logis

dapat dianggap mewakili populasi. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode deskriptif untuk mendapatkan gambaran resiliensi orangtua yang memiliki anak disabilitas intelektual. Peneliti berupaya memahami gambaran resiliensi orangtua dari kerangka berpikirnya sendiri. Sehingga dalam penelitian ini yang penting adalah pengalaman, pendapat, perasaan dan pengetahuan subjek itu sendiri sebagai partisipan. Bagi peneliti semua data yang didapatkan adalah penting sehingga semua perspektif menjadi bernilai bagi peneliti.

Penelitian ini melibatkan tiga orang ibu yang memiliki anak dengan diagnosa disabilitas intelektual. Secara terperinci karakteristik subjek penelitian yang dilibatkan dalam penelitian ini sebagai berikut: Subjek A dengan usia anak 7 tahun 0 bulan skor IQ 70, Subjek B dengan usia anak 7 tahun 2 bulan dengan skor IQ 69 dan Subjek C dengan usia anak 7 tahun 6 bulan dengan skor IQ 70. Lokasi penelitian dilaksanakan di tempat yang telah disepakati antara subjek dan peneliti. Penelitian dan pengambilan data dilakukan di wilayah Kota Makassar karena ketiga subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini berdomisili di sekitar Kota Makassar.

Penelitian ini menggunakan metode wawancara semiterstruktur dengan jenis wawancara yang termasuk ke dalam kategori *indepth interview*. Isi dari wawancara dalam penelitian bertujuan untuk mengungkapkan aspek tingkah laku mengenai apa yang dilakukan atau biasa dilakukan oleh subjek; pemahaman dan interpretasi subjek mengenai pemikiran, tujuan, harapan, dan nilai-nilai yang dimiliki subjek; perasaan serta pemahaman subjek tentang aspek afektif dalam diri seperti respon emosional. Selain itu, penelitian ini menggunakan jenis observasi non-partisipan dan terbuka. Observasi yang dilakukan berlokasi di tempat dan hari yang sama dengan pelaksanaan wawancara. Fokus penelitian diarahkan pada aspek khusus yaitu respon nonverbal yang tercermin dalam perilaku, sikap, dan ekspresi wajah

yang ditampilkan oleh subjek. Dilakukan juga pengamatan terhadap interaksi subjek dengan anak, interaksi subjek dengan terapis dan peneliti.

KAJIAN TEORI

Pengertian Disabilitas Intelektual

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD) (2010), menjelaskan bahwa disabilitas intelektual atau dengan nama lain retardasi mental adalah gangguan fungsi intelektual dan kemampuan adaptif yang ditunjukkan dalam aspek keterampilan konseptual, sosial dan praktik adaptif pada anak yang berusia kurang dari 18 tahun yang kurang berkembang dan ditandai dengan IQ kurang dari 70. WHO (2014) mengemukakan bahwa Disabilitas Intelektual (DI) yakni berkurangnya kemampuan secara signifikan untuk memahami sesuatu yang baru atau informasi yang kompleks untuk belajar serta mengaplikasikan keterampilan yang baru (*impaired intelligence*).

Disabilitas intelektual atau sering dikenal dengan istilah retardasi mental adalah kondisi sebelum usia 18 tahun yang ditandai dengan rendahnya kecerdasan (biasanya nilai IQ-nya di bawah 70) dan sulit beradaptasi dengan kehidupan sehari-hari (Santrock, 2010). Ciri utama retardasi mental adalah lemahnya fungsi intelektual. Sebelum adanya tes kecerdasan umumnya individu yang retardasi mental dianggap sebagai orang yang tidak dapat menguasai keahlian yang sesuai dengan umurnya dan tidak bisa merawat dirinya sendiri. Disamping karena kapasitas intelektual yang rendah, anak dengan disabilitas intelektual juga sulit menyesuaikan diri dan sulit berkembang.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak dalam Buku Panduan Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus Bagi Pendamping tahun 2013 mengemukakan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami keterbatasan atau kelainan, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses

pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya.

Mangunsong (2009) mengemukakan bahwa anak berkebutuhan khusus atau anak luar biasa adalah anak yang menyimpang dari rata-rata anak normal dalam ciri-ciri mental, kemampuan-kemampuan sensorik, fisik dan neuromaskular, perilaku sosial dan emosional, kemampuan berkomunikasi, serta memerlukan modifikasi dari tugas-tugas sekolah, metode belajar atau pelayanan untuk pengembangan potensi.

Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan Nasional Pendidikan mengelompokan ABK dalam 11 kelompok, yaitu : 1). Tuna Netra, 2). Tuna Rungu, 3) Tuna Grahita (Down syndrome), 4). Tuna Grahita Ringan (IQ = 50-70, 5). Tuna Grahita Sedang (IQ= 30-50, 6). Tuna Grahita Berat (IQ 25), 7). Kesulitan Belajar (Hyperaktif, ADD/ ADHD, Dyslexia/Baca, Dysgraphia/Tulis, Dyscalculia/Hitung , Dysphasia/bicara, Dyspraxial/Motorik, 8). Lambat Belajar/Slow Learner (IQ=70-90), 10). Autis, 11). Korban Penyalahgunaan Narkoba, 12). Indigo.

Pada kajian ini, fokus peneliti lebih spesifik membahas terkait anak berkebutuhan khusus dengan jenis anak disabilitas intelektual dengan potensi intelektual dibawah rata-rata (Skor IQ 70 – 50). Anak disabilitas intelektual yang sering juga disebut *mentally retardation* (penghambat mental), *mentally retarded* (keterbelakangan mental), *mentally deficiency* (kekurangan mental), *mentally defective* (mental yang kurang sempurna) yang memiliki potensi intelektual kecerdasannya jauh di bawah rata-rata dan ditandai dengan keterbatasan intelegensi dan ke tidak cakapan dalam interaksi sosial (Soemantri, 2006). Anak disabilitas intelektual pada masa awal kelahiran hampir tidak ada perbedaan dengan anak normal pada usianya. Namun semakin lama perbedaan pola perkembangan maka semakin jelas perbedaan anak tunagrahita dengan anak normal lainnya, baik ditinjau dari kemampuan

kognitif maupun sosial emosi anak.

Berdasarkan uraian sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa Disabilitas intelektual merupakan berkurangnya kemampuan mental secara umum, seperti penalaran, pemecahan masalah, perencanaan, berpikir abstrak, penilaian, belajar akademik, keterampilan adaptif, belajar dari pengalaman, sosial dan praktis.

Pengertian Resiliensi

Resiliensi merupakan adaptasi yang positif dalam menghadapi stres dan trauma. Resiliensi adalah pola pikir yang memungkinkan individu untuk mencari pengalaman baru dan untuk melihat kehidupannya sebagai suatu pekerjaan yang mengalami kemajuan. Reivich dan Shatte (2002) mengemukakan bahwa resiliensi merupakan kapasitas seseorang untuk tetap ber kondisi baik dan memiliki solusi yang produktif ketika berhadapan dengan kesulitan ataupun trauma, yang memungkinkan adanya stress di kehidupannya.

Resiliensi adalah proses individu beradaptasi dengan baik dalam menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman, atau sumber stres yang signifikan seperti masalah keluarga dan hubungan, masalah kesehatan yang serius, atau stresor di tempat kerja dan keuangan. Resiliensi tidak hanya membantu seseorang menjadi lebih tangguh melewati keadaan sulit namun juga memberdayakan seseorang untuk tumbuh sebagai pribadi yang mendalam (APA, 2020).

Resiliensi juga diartikan sebagai kemampuan untuk bangkit kembali atau pulih dari stres, mampu beradaptasi dengan keadaan stres ataupun kesulitan (Sarafino, dkk., 2011). Berdasarkan beberapa uraian mengenai resiliensi, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah suatu kemampuan dari individu untuk mampu beradaptasi dengan baik terhadap situasi yang menekan, mampu mengendalikan tekanan, mampu untuk pulih dan berfungsi optimal

serta mampu melalui kesulitan dan tumbuh sebagai pribadi yang mendalam.

Yu dan Zhang (2007) dalam penelitiannya telah memodifikasi aspek-aspek resiliensi menurut teori Connor dan Davidson (2003). Adapun aspek-aspek resiliensi menurut Yu dan Zhang (2007) yaitu:

1. Tenacity (Kegigihan). Menggambarkan ketenangan hati, ketetapan waktu, ketekunan, dan kemampuan mengontrol diri individu dalam menghadapi situasi yang sulit dan menantang.
2. Strength (Kekuatan). Menggambarkan kapasitas individu untuk memperoleh kembali dan menjadi lebih kuat setelah mengalami kemunduran dan pengalaman tidak menyenangkan di masa lalu.
3. Optimism (Optimisme). Merefleksikan kecenderungan individu untuk melihat setiap permasalahannya dari sisi positif dan percaya terhadap diri sendiri dan lingkungan sosial. Aspek ini menekankan pada kepercayaan diri individu dalam melawan situasi yang sulit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini responden merupakan tiga orang ibu yang memiliki anak dengan diagnosa disabilitas intelektual diantaranya : Subjek A dengan usia anak 7 tahun 0 bulan, Subjek B dengan usia anak 7 tahun 2 bulan dan Subjek C dengan usia anak 7 tahun 6 bulan. Ghufroon & Risnawati (2015) mengemukakan bahwa siswa dengan disabilitas intelektual dapat diidentifikasi dengan baik ketika dalam pendidikan tingkat dasar. Pada tahap usia 7-11 tahun secara kognitif sampai pada tahap operasional konkrit yang mana anak mulai belajar berpikir logis. Ketika mengalami hambatan secara kognitif pada tahap tersebut tentu akan menghambat pula proses pembelajaran yang dilalui dalam program pendidikannya.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pada ketiga subjek memiliki permasalahan yang sama yaitu merawat anak dengan diagnosa

disabilitas intelektual dengan rentang skor kapasitas intelektual (70 – 50) atau dengan kata lain retardasi mental ringan yang sudah masuk pada usia sekolah. Ketiga ibu yang terlibat berprofesi sebagai ibu rumah tangga dengan suami bekerja di kantor. Secara fisik dan psikis ketiga subjek pada mulanya mengeluh karena kelelahan dalam melakukan segala aktivitas di rumah. Dari pekerjaan rumah sampai pada mendampingi anak-anak belajar secara daring, yang bahkan kadang jadwalnya pada waktu bersamaan dengan saudaranya. Hal tersebut membuat subjek meminta keringanan guru agar sekiranya anak tidak mengikuti pelajaran daring pada waktu-waktu tertentu saat dimana saudaranya juga harus didampingi untuk belajar.

Gambaran perilaku yang ditampilkan subjek yaitu menampilkan sikap tenang saat mendampingi anak, mengatur waktu agar sebisa mungkin anak juga dapat belajar optimal, serta lebih memberikan perhatian lebih pada anak dibanding anaknya yang lain. Subjek percaya bahwa hubungan baik antara dirinya dan anak DI akan mampu membuat anak bisa selalu dekat dengannya. Bahkan pada situasi tertentu saat ia harus berjuang sendiri karena tidak ada pengasuh pembantu namun subjek bertekad untuk menunjukkan upaya dan kesabaran untuk mendampingi anaknya. Para subjek cukup memahami bahwa jika anak dibiarkan tanpa adanya komunikasi, arahan ataupun bimbingan secara konsisten dalam aktivitas hariannya maka anak tersebut tidak akan mencapai perkembangan yang signifikan. Pengasuhan yang konsisten akan meminimalisasi munculnya beban lain pada orang tua dengan anak disabilitas. Kontrol yang baik dalam pengasuhan anak dengan disabilitas, dapat berpengaruh pada tingkat kepuasan orang tua dalam pengasuhan. Semakin orang tua puas dengan pengasuhan yang dilakukan maka semakin sedikit beban yang akan dirasakan (Savage & Bailey dalam Prasasti, 2013).

Kondisi belajar dari rumah dengan mendampingi anak disabilitas intelektual tentu saja bukan hal yang mudah bagi subjek. Pada waktu tertentu

keluhan pasti ada, apalagi anak DI bersekolah di sekolah yang tidak memiliki tenaga profesional yang paham terkait penanganan anak berkebutuhan khusus. Sehingga subjek perlu mencari alternatif lain agar sekiranya anak dapat tetap mendapatkan haknya untuk berkembang dalam aktivitas belajar. Salah satu upaya yang dilakukan yaitu meminta bantuan tenaga ahli profesional dalam hal ini psikolog dan terapis untuk membantu anak. Sehingga saat anak mengikuti sesi terapi, hal tersebut cukup membantu subjek walaupun hanya dua sampai tiga kali dalam sepekan. Adanya dukungan positif dari keluarga dan kemampuan finansial yang mencukupi membuat subjek mampu untuk bertahan pada situasi sulit yang dihadapinya.

Ketiga subjek merupakan ibu rumah tangga yang memiliki latar belakang Pendidikan yang cukup baik. Kemampuannya berpikir subjek cukup baik sehingga mampu menganalisa masalah, menunjukkan sikap tenang dalam menghadapi situasi yang menekan serta cukup aktif bertanya pada psikolog terkait tugas-tugas rumah yang dapat dilatih pada anak saat di rumah. Dalam proses pendampingannya tentu saja beberapa kali subjek pernah mengalami kegagalan, merasa tidak berdaya terlebih ketika anak sudah menunjukkan sikap penolakan pada subjek. Namun pada situasi tersebut subjek mampu bertahan, mencoba untuk bersabar dan mengalihkan anaknya pada kegiatan lain atau bahkan pada saat tertentu subjek memilih diam dan menuruti keinginan anaknya. Dalam hal ini mekanisme koping yang dikembangkan oleh subjek yaitu dengan *Emotional focused coping*. Pada tahapan ini subjek mengendalikan respon emosi yang dialami dengan cara kontrol diri. Dalam hal ini, subjek berupaya mengatur emosi negative yang dirasakan, teknik relaksasi dan melakukan kontrol pada pikiran.

Dewi dan Wideasavitri (2019) dalam penelitiannya menemukan bahwa faktor yang memengaruhi tindakan untuk mencapai resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus salah satunya dari faktor internal

dimana responden mampu dalam mengekspresikan pikiran dan perasaannya. Kemampuan responden dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan, mengeluarkan emosi-emosi negative dengan cara yang tepat, serta harapan yang memunculkan motivasi dalam menjalani kehidupan dan memberikan pengasuhan yang optimal bagi anak.

Stigma masyarakat tentang anak berkebutuhan khusus belum sepenuhnya dapat menerima. Beberapa masyarakat memandang anak berkebutuhan khusus harus sekolah di Sekolah Luar Biasa (SLB). Namun karena adanya pemahaman Pendidikan yang baik pada subjek membuatnya memilih menyekolahkan anak-anak mereka di sekolah umum dengan harapan anak bisa tetap berbaur dengan anak seusianya dan anak normal bisa memberikan pengaruh positif pada proses tumbuh kembang anaknya. Namun karena pandemic dan pembelajaran dari rumah maka harapan subjek untuk anaknya bisa bermain dengan anak lain tidak terwujud. Walaupun demikian, subjek memandang masalah yang dihadapinya secara positif sehingga hal tersebut juga yang membuatnya mampu bertahan dalam situasi sulit.

Beberapa peluang telah dicoba oleh subjek diantaranya konsultasi ke psikolog, dokter spesialis anak dan fisioterapi sesuai dengan saran dari psikolog. Selain itu, subjek juga cukup aktif mencari informasi di internet terkait jenis kekhususan anaknya. Hal tersebut membuat subjek mendapatkan gambaran terkait hal-hal yang bisa diterapkan saat di rumah. Dari berbagai kesulitan yang ditemui dalam mendampingi anak belajar dari rumah subjek mampu melihatnya secara positif. Konsultasi pada psikolog juga dilakukan untuk dirinya sendiri sebagai upaya untuk membuatnya tetap merasa sehat secara mental dan subjek memotivasi dirinya untuk senantiasa dapat memberikan pendampingan, perawatan dan pendidikan yang terbaik untuk anaknya walau dalam kondisi terbatas karena pandemi. Subjek percaya bahwa tiap kesulitan yang dihadapi adalah ujian dari Tuhan dan pasti bisa dilaluinya.

SIMPULAN

Gambaran resiliensi pada subjek yaitu subjek mampu bertahan pada situasi sulit dikarenakan adanya dukungan dari pasangan, keluarga dan kemampuan finansial. Selain itu, kemampuan berpikir yang cukup baik membuatnya mampu mencari informasi-informasi yang relevan dan menganalisa masalah yang ada. Beberapa usaha yang dilakukan untuk membuatnya bangkit dari tekanan yaitu dengan berkonsultasi pada tenaga profesional sehingga subjek lebih memahami kondisi anak dan intervensi yang dapat diberikan di rumah serta strategi koping yang dilakukan saat subjek dalam emosi yang tidak stabil. Gambaran perilaku yang muncul adalah ketenangan hati, konsisten dan tekun dalam mendidik dan mengasuh anak serta mampu mengontrol emosi walau dalam situasi sulit. Subjek mampu merefleksikan dan melihat permasalahan dari berbagai sudut pandang. Subjek percaya bahwa kesulitan yang dihadapi adalah ujian dari Tuhan dan subjek yakin mampu melaluinya dengan upaya dan kesungguhan.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2020). Building your resilience. *Online*. <https://www.apa.org/topics/resilience>
- Campbell-Sills, A. & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) validation of a 10-Item Measure of Resilience. *Jurnal of Traumatic Stress*. 20(6), 1019-1028.
- Coyle, James. (2011). Resilient Families Help Make Resilient Children. *Journal of Family Strenghts* Vol.11, No.5
- Dewi, C.P & Wideasavitri, P.N. (2019). Resiliensi ibu dengan anak autisme. *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol.6, No.1, 193-206. <file:///Users/rukiananovianti/Downloads/48701-1165-106724-2-10-20191101.pdf>. Diakses 1 Maret 2022

- Efendi, M. (2006). *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Ghufron, M. N. & Risnawita, R. (2015). Kesulitan Belajar pada Anak: Identifikasi Faktor yang Berperan. *Elementary*, Vol.3. No.2
- Mangunsong, F. (2009). Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid I. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Kampus Baru UI, Depok.
- Prasasti, A. K. (2013). *Gambaran Beban Caregiver pada Anak dengan Developmental Disabilities di Sekolah Luar Biasa (SLB) dengan Developmental Disabilities*. Universitas Diponegoro. [Online]. <http://eprints.undip.ac.id/39575/>. Diakses 29 Februari 2022
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: Seven Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York: Broadway Books.
- Santrock, J. W. (2010). Psikologi Pendidikan, Jakarta: Kencana
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 7th edition*. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Shobihah, IF. (2018). Strategi Pembelajaran pada siswa dengan Intellectual Disability. Disampaikan pada Seminar Nasional Unisla, 3 Oktober 2018, diakses pada 1 Maret 2022
- Somantri, S. (2006). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: Grafika Aditama
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods). Bandung: CV Alfabeta.
- Yu, Xiaonan & Zhang, Jianxin. (2007). Analysis and Psychometric Evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese People. *Journal Social Behavior And Personality*, Vol. 35, No. 1, Hal. 19-30. Cina: Society for Personality Research (Inc.)

BAB VI KONSELING ANAK DAN REMAJA

**MEMULIHKAN LUKA (*INNER CHILD*) DENGAN KONSELING INDIVIDU
MEDIA AUTO AUDIOBIOGRAFI DI SMPN 3 LEUWILIANG BOGOR**

Cahyu Astriwi

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, Indonesia

*E-mail: astriwicahyu@gmail.com / cahyu2107163089@webmail.uad.ac.id

ABSTRACT

The counselee is in his young adults in which the puberty segment consists of those who seem withinside the shape of bad feelings, mind and behaviors. The scope of SMPN 3 Leuwiliang Bogor consists of many stuff that occur to college students which include extraordinary own circle of relatives backgrounds, unwittingly beyond wounds carried over to this teenager, till eventually not able to govern feelings properly. Uncomfortable past reports can be explored the use of auto audiobiography to look at how the inner child is injured. The studies approach consists of a kind of quantitative studies, studies topics are counselees who're inclined to offer person counseling primarily based totally at the precept of voluntary counseling guidance, openness, which include from college students of SMPN 3 Leuwiliang Bogor, West Java. Techniques for gathering questionnaire data, observations and interviews. The consequences of the studies that the counselee turned into capable of heal the wound (inner child) with person counseling via the media of auto audiobiography have been visible from the emotional scale. The relaxation nonetheless want exercise and self-strengthening, from the counselee to constantly need to have a talk with the inner child.

Keywords: *youth, inner child, individual counseling, auto audiobiography*

PENDAHULUAN

Konseli berada masa remaja dimana fase puberitas termasuk diantaranya muncul dalam bentuk perasaan, pikiran dan perilaku negatif. Ruang lingkup SMPN 3 Leuwiliang Bogor termasuk banyak hal yang terjadi pada peserta didik diantaranya latar belakang keluarga yang berbeda-beda, tanpa disadari luka masa lalu yang terbawa sampai remaja ini, sampai akhirnya belum dapat mengendalikan emosi dengan baik. Pengalaman-pengalaman masa lalu yang membuat tidak nyaman dapat digali menggunakan media auto audiobiografi menelaah bagaimana inner child terluka. Lebih tepatnya Guru BK atau Konselor memberi arahan dan membantu menyembuhkan luka (inner child) konseli yang membuatnya tidak nyaman dan nanti menuangkan dalam sebuah auto audiobiografi secara bebas dan tersalurkan secara positif. Konseli menjadi pribadi yang baru dan dapat menyembuhkan dirinya dari luka masa lalu. Fakta-fakta yang nyata bahwasanya peserta didik ada yang menunjukkan emosi tanpa terlihat nyata, namun saat proses konseling terungkap permasalahan-permasalahan yang dihadapi konseli. Studi literature berbagai jurnal yang ada berdialog dengan inner child maupun dengan sederhananya mindfulness membuat konseli lebih lega dan berdamai dengan masa lalu yang menghantuinya secara tidak sadar.

Konseling individu itu sendiri berdasarkan atas kesediaan dalam mengikuti kegiatan yang disepakati sampai proses konseling individu selesai. Sehingga konseling secara tuntas dan siap dalam segala hal apapun untuk menjadi pribadi yang mandiri dan tidak tergantung dengan Guru BK atau Konselor. Pentingnya konseli dapat menyalurkannya dengan cara katarsis seperti mengalihkannya dalam kegiatan positif dimana didalamnya dan kegiatan menulis, lalu membacakan sambil merekam perjalanan diri dari lahir hingga saat ini. Hal itu menjadi bagian ekspresi dan kreatif ketika didengar ulang, konseli lebih kuat akan permasalahan yang telah di hadapi. Kegiatan

menulis, membaca merekam itu bagaikan dari yang dimaksud auto audio biografi perjalanan konseli. Menyembuhkan luka luar akan lebih mudah namun untuk menyembuhkan luka (inner child) butuh proses namun kembali dari konseli itu sendiri akan tekad niat yang sungguh-sungguh. Guru BK atau Konselor mencoba memfasilitasi dan mengarahkan akan tindakan konseling individu sesuai prosedur dan rancangan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di Sekolah. Berdasarkan akan kesepakatan dengan konseli pada sesi konseling individu.

Setelah mengikuti pelatihan Mind And Emotional Management Training “Mengelola Pikiran Positif dan Perasaan Positif” pada Oktober 2020 narasumber dr. Aisah Dahlan, CHt. terkait inner child ini dasarnya akan kajian agama islam, mulai mengucapkan ta’awudz, basmalah, serta sholat yang menjadi tiangnya agama. Memberikan pemahaman dasar kembali tentang agama islam, manfaatnya dalam diri termasuk menyembuhkan luka (inner child). Peneliti memilih akan media yang digunakan adalah auto audio biografi, setelah mendengarkan dan keikutsertaan menjadi partisipan dalam webinar online berjudul Audio-Autobiografi Sebagai Media Kreatif BK disampaikan oleh Juster Donal Sinaga, M.Pd penyelenggara Erlang pada Yogyakarta, 15 Februari 2022. Media auto-audiobiografi ini pula menjadi bagian kaya akan data dari konseli itu sendiri untuk layanan konseling individu. Landasan utama teori akan perkembangan remaja antara transisi masa anak-anak ke remaja. Peneliti sebagai pendidik khususnya menjadi Guru BK mengalami banyak hal dalam pengalaman masa kerja yang kurang lebih 10 tahun tersebut. Jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) itu adalah usia yang memiliki ciri-ciri dan karakteristik remaja. Proses Layanan Bimbingan dan Konseling beraneka raga sesuai dan kebutuhan peserta didik. Salah satunya layanan responsif (konseling Individu) akan permasalahan tertentu yang dikaji secara individu, keterampilan Guru BK dalam model aplikasi pendekatan

tertentu, metode yang tepat teknik layanan. Peneliti dalam hal ini menelaah dan mengangkat judul penelitian tersebut dengan pendekatan psikoanalisis, metode yang kiranya lebih tepat menggunakan teknik asosiasi bebas dimana nanti mediana menggunakan auto audiobiografi dimana dengan secara bebas mengeksposikan dan membuatnya sesuai keinginan konseli. Penggalan atau penyembuhan luka dengan self healing (inner child) dengan prosedur yang ada nantinya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang bertujuan menguji hipotesa dari data-data yang telah dikumpulkan sesuai dengan teori dan konsep sebelumnya. Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen. Populasi penelitian yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan peserta didik yang menjadi konseli kelas VII, VIII & IX di SMPN 3 Leuwiliang, Jawa Barat pada tahun ajaran 2021/2022. Setiap peserta didik memiliki karakter yang berbeda-beda, maka yang memiliki inner child yang terluka seperti bentuk perilaku yang terlihat oleh panca indra pengendalian emosi yang tidak stabil, membangkang dll yang memiliki luka masa kecilnya secara tidak sadar muncul pada masa remaja ini. dapat berfungsi sebagai contoh atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya. Sehingga sampel yang diambil haruslah dapat mewakili semua karakteristik yang terdapat pada populasi jika tidak maka kesimpulan dari penelitiannya akan bias. Sampelnya secara acak diambil berdasarkan pemahaman sebelumnya.

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi observasi, wawancara catatan lapangan. Sementara instrument penelitian yang digunakan ada dua jenis, yaitu:

1. Instrumen pengumpul data, meliputi lembar observasi, pedoman wawancara, lembar catatan lapangan, lembar kerja konseli.

2. Instrumen pemandu analisis, meliputi tabel penskoran evaluasi proses layanan konseling individu, kepuasan konseli, evaluasi hasil layanan konseling individu.

Analisis data dilakukan setelah data dari sampel melalui instrumen terkumpul. Penelitian kuantitatif, teknik analisa data yang digunakan adalah uji statistik. Melalui uji statistik ini, dapat digunakan untuk menghitung data-data yang diperoleh dan nantinya dapat dianalisis. Statistik, teknik yang digunakan untuk mengetahui koefisien perbedaan antara dua buah distribusi data adalah teknik t-test atau uji t.67 dalam penelitian ini teknik statistik yang digunakan adalah teknik t-test. Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini diantaranya;

Ho: tidak ada pengaruh signifikan pemulihan luka (inner child) dengan konseling individu media auto audiobiografi Di SMPN 3 Leuwiliang Bogor.

Ha: ada pengaruh yang signifikan pemulihan luka (inner child) dengan konseling individu media auto audiobiografi Di SMPN 3 Leuwiliang Bogor .

Prasyarat suatu penelitian, maka sebelum dilakukan uji t terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas pada data yang akan dianalisis. Namun peneliti juga melakukan uji homogenitas pada tahap pra penelitian. Hal ini dikarenakan peneliti melakukan penelitian eksperimen. 1. Uji Normalitas Uji normalitas digunakan untuk mengetahui data yang akan dianalisis tersebut berdistribusi normal atau tidak. Suatu data yang berdistribusi normal bila jumlah data di atas dan di bawah rata-rata adalah sama, demikian juga simpangan bakunya.

KAJIAN TEORI

Inner Child

Mengenali Inner Child yang Terluka Maxine Harley seorang Psikoterapis mengemukakan beberapa tanda inner child terluka, diantaranya yakni:

1. Rendahnya harga diri seseorang
2. Suasana hati yang tidak stabil
3. Cenderung emosional
4. Kurang bisa membedakan serius dan bercanda
5. Memiliki masalah identitas
6. Menjadi seorang pemberontak atau penindas
7. Memiliki masalah komitmen
8. Kurang percaya diri
9. Kebohongan berlebihan
10. Menjadi sosok yang kompetitif dan kalah, ketergantungan pada berbagai hal buruk, kurangnya teman dekat, berperilaku obsesif, pasif, atau agresif.

Cara mengatasi *inner child* hasil pengalaman masa lalu yang membentuk inner child dapat terlihat dalam beragam sifat, inner child dapat bersifat baik dan buruk, apabila buruk seperti pmarah, penindas. Sedangkan inner child yang bersal dari pengalaman yang baik, bisa jadi sifat yang semangat, energik, dan lain-lain. Inner child dapat membawa masalah pada kestabilan emosional, tingkah laku, dan hubungan sosial seseorang dengan lingkungannya apabila tidak memahaminya. beberap hal yang dapat dilakukan untuk merangkul *inner child*, diantaranya:

1. Sadari keberadaannya
2. Dengarkan inner child dan berkomunikasi dengannya
3. Renungkan dan tenangkan diri
4. Mencari bantuan para ahli dibidangnya

Pendapat Gunarsa Singgih (2007: 109) dalam buku Psikologi Remaja, pola asuh orang tua ialah perbuatan dan teknik orang tua untuk menyiapkan generasi muda termasuk anaknya agar bisa menentukan putusan dan mempertanggungjawabkan dirinya. Pada masa remaja mengalami perubahan-perubahan secara biologis, sosioemosional, kognitif. Santrock. (2007).

Berdasar KBBI, kata pola berarti corak, mode, sistem, prosedur, dan terstruktur. Sementara kata asuh ialah mengasuh (memelihara dan mendidiknya), membimbing (mendorong dan melatihnya). Kata asuh meliputi semua elemen terkait dengan memelihara, merawat dan mendukung. Syaiful Bahri Djamarah (2014: 50) memaparkan pola asuh merupakan strategi mendidik, membina yang dilakukan individu kepada pihak lainnya. Sehingga pola asuh orang tua ke anaknya ialah mengasuhnya dan mendidiknya dengan sangat memakluminya. Dari segi etimologis, asal kata pengasuhan ialah “asuh” yakni pimpinan, pengelolaan, bimbingan, maka “pengasuh” ialah pihak yang bertugas membimbing, memimpin dan mengelola. Pengasuhan dalam hal ini yakni mengasuh anak artinya mendidiknya dan memeliharanya. Maimunah Hasan (2009: 21) pola asuh anak ialah tindakan orang tuanya guna mencukupi keperluannya, melindungi dan mendidiknya dalam kehidupannya. Hal ini berupa metode orang tuanya dalam mengatur dan memperhatikan anaknya. Sebagai modalnya, harus berpengetahuan cukup supaya tidak salah asuhan, serta harus mengerti karakter anaknya.

Pendekatan psikoanalitis. Dalam pendekatan ini, khususnya versi Freudian, masa lalu dilihat sebagai penentu kondisi psikologis saat ini. Semua pengalaman masa lalu tersimpan dalam ketidaksadaran. Problem psikologis adalah dampak dari memori-memori traumatis yang direpresi. Kita pada dasarnya adalah makhluk yang tidak bebas karena dibentuk oleh pengalaman masa lalu kita. Menjadi manusia sehat berarti menjadikan sadar apa yang tidak disadari. Pada Jung, dunia ketidaksadaran Freud diperluas dan menjangkau

dunia ketidaksadaran transpersonal (kolektif). Pusat dari ketidaksadaran kolektif itu adalah Self (jatidiri). Kalau Self ini bisa diakses, maka secara alami kepribadian kita menjadi sehat. Seluruh terapi Jungian pada dasarnya adalah upaya membawa klien menuju penyatuan dengan Self-nya. Pandangan Jung tentang lapisan ketidaksadaran transpersonal dekat dengan pemahaman psikologi Timur.

Pendekatan psikoanalitis akan lebih mudah dipahami bila kita sudah familiar dengan pemikiran-pemikiran yang berkembang dalam aliran psikoanalisis. Tokoh yang menjadi peletak dasar aliran ini adalah Sigmund Freud (1859- 1939) yang dikenal dengan temuan terbesarnya tentang dunia ketidaksadaran (Jerman: Unbewusstsein; Inggris: the unconscious). Ketidaksadaran mengarah pada dunia yang tidak disadari atau, dalam bahasa yang lebih sederhana, tidak kita ketahui (unknown). Tujuan psikoanalisis yang dikembangkan Freud: *"Make the unconscious conscious!"* (Jerman: *Mach die Unbewusste bewusst!*; Jadikan yang tidak disadari menjadi disadari!). Kerja keras Freud bisa dirangkum sebagai upaya menemukan metode khusus untuk membuat yang tidak disadari menjadi disadari. Ini jelas tantangan yang sangat besar. Terlebih lagi, Freud menyaksikan dalam pengalaman klinisnya bahwa sebagian terbesar perilaku digerakkan oleh dunia ketidaksadaran, Dunia ketidaksadaran itu memang tidak diketahui, tetapi perlu diupayakan cara mengaksesnya.

Konsep "ketidaksadaran" kami dapatkan dari teori tentang represi. Kami melihat bahwa ada dua jenis ketidaksadaran, yaitu ketidaksadaran yang masih bisa dijadikan sadar dan ketidaksadaran yang tidak bisa dijadikan sadar dalam cara yang biasa (butuh teknik khusus). Ediati, Annastasia. Dian Veronika Sakti Kaloeti, dkk.(2020: 90-91)emosi-emosi yang tidak diekspresikan tidak akan pernah mati. Mereka terkubur dalam keadaan hidup dan ada saatnya keluar dalam cara-cara yang buruk.

Ada dua teori besar tentang ketidaksadaran yang berkembang dalam psikoanalisis, yaitu ketidaksadaran menurut Sigmund Freud dan ketidaksadaran menurut Carl Gustav Jung. Freud dan Jung sebenarnya adalah dua sahabat karib yang kemudian memutuskan berpisah karena perbedaan cara pandang tentang dunia ketidaksadaran. Untuk lebih jelasnya, mari kita lihat perbedaan konseptual yang paling dasar di antara mereka..

Pengungkapan ketidaksadaran personal. Sudah kita lihat bahwa ketidaksadaran personal berisi kompleks. Metode yang digunakan Jung untuk kompleks-kompleks itu adalah asosiasi kata (word association). Caranya cukup sederhana. Kita menggunakan satu kata demi satu kata untuk melihat kompleks yang mengganggu. Contoh jika saya membunyikan kata “ibu” dan Anda merasakan ketidaksadaran personal Anda bergejolak, maka bisa dikatakan bahwa Anda punya kompleks ibu. Kita semua punya kompleks yang berbeda-beda tergantung pengalaman hidup kita masing-masing. Jung menggunakan sekitar 100 kata untuk mengungkap ketidaksadaran konseli.

Layanan Konseling Individual

Pengertian Konseling Individual

Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar Konseli memecahkan kesulitannya (Willis, 2007:18).

Konseling individual adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Jika menguasai teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses konseling yang lain. Holifah, 2011 menyampaikan pendapat proses konseling individu berpengaruh besar terhadap peningkatan Konseli karena pada konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap Konseli

dengan cara berinteraksi selama jangka waktu tertentu dengan cara beratap muka secara langsung untuk menghasilkan peningkatan-peningkatan pada diri Konseli, baik cara berpikir, berperasaan, sikap, dan perilaku. Tahapan proses konseling individu membutuhkan keterampilan- keterampilan khusus. Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling individu tidak mencapai rapport. Dengan demikian proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh peserta konseling (konselor Konseli) sebagai hal yang menjemukan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna. Secara umum proses konseling individu dibagi atas tiga tahapan:

1. Tahap awal konseling

Tahap ini terjadi sejak Konseli menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan Konseli menemukan definisi masalah Konseli atas dasar isu, kepedulian, atau masalah Konseli. Adapun proses konseling tahap awal sebagai berikut :

- Membangun hubungan konseling yang melibatkan Konseli. Hubungan konseling bermakna ialah jika Konseli terlibat berdiskusi dengan konselor. Hubungan tersebut dinamakan *a working realtionship*, yakni hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan proses konseling individu amat ditentukan oleh keberhasilan pada tahap awal ini. Kunci keberhasilan terletak pada : keterbukaan konselor, keterbukaan konseli, dan konselor mampu melibatkan konseli terus menerus dalam proses konseling.
- Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dimana konseli telah melibatkan diri, berarti kerjasama antara konselor dengan konseli akan dapat mengangkat isu, kepedulian, atau masalah

yang ada pada konseli.

- Membuat penafsiran dan penjajakan. Konselor berusaha menjajaki atau menaksir kemungkinan mengembangkan isu atau masalah, dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi Konseli, dan dia prosemenentukan berbagai alternatif yang sesuai bagi antisipasi masalah.
- Menegosiasikan kontrak. Kontrak artinya perjanjian antara konselor dengan Konseli. Hal itu berisi terkait waktu, tugas dan kerjasama.

2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Berangkat dari definisi masalah Konseli yang disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada: (1) penjelajahan masalah Konseli; (2) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah Konseli. Menilai kembali masalah Konseli akan membantu Konseli memperoleh perspektif baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dari sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Dengan adanya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri Konseli menuju perubahan. Tanpa perspektif maka Konseli sulit untuk berubah. Adapun tujuan-tujuan dari tahap pertengahan ini yaitu :

- Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian Konseli lebih jauh. penjelajahan ini, konselor berusaha agar Konseliya mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan reassessment (penilaian kembali) dengan melibatkan Konseli, artinya masalah tu dinilai bersama-sama. Jika Konseli bersemangat, berarti dia sudah begitu terlibat dan terbuka. Dia akan melihat masalahnya dari

prepektif atau pandangan yang lain yang lebih objektif dan mungkin pula berbagai alternatif.

- Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara. Hal ini bisa terjadi jika : pertama, Konseli merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalahnya. Kedua, konselor berupaya kreatif dengan keterampilan yang bervariasi, serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberi bantuan. Kreativitas konselor dituntut pula untuk membantu Konseli menemukan berbagai alternatif sebagai upaya untuk menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri.
- Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Karena itu konselor dan Konseli agar selalu menjaga perjanjian dan selalumengingat dalam pikiranya. Pada tahap pertengahan konseling ada lagi beberapa strategi yang perlu digunakan konselor yaitu : pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti, yakni agar Konseli selalu jujur dan terbuka, dan menggali lebih dalam masalahnya. Karena kondisi sudah amat kondusif, maka Konseli sudah merasa aman, dekat, terundang dan tertantang untuk memecahkan masalahnya. Kedua, menantang Konseli sehingga dia mempunyai strategi baru dan rencana baru, melalui pilihan dari beberapa alternatif, untuk meningkatkan dirinya.

3. Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan)

Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu :

- Menurunya kecemasan Konseli. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasanya.

- Adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.
- Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- Terjadinya perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi Konseli sudah berfikir realistis dan percaya diri.

Tujuan-tujuan tahap akhir adalah sebagai berikut:

- Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadahi. Konseli dapat melakukan keputusan tersebut karena dia sejak awal sudah menciptakan berbagai alternatif dan mendiskusikannya dengan konselor, lalu dia memutuskan alternatif mana yang terbaik. Pertimbangan keputusan itu tentunya berdasarkan kondisi objektif yang ada pada diri dan di luar diri. Saat ini dia sudah berpikir realistis dan dia tahu keputusan yang mungkin dapat dilaksanakan sesuai tujuan utama yang ia inginkan.
- Terjadinya transfer of learning pada diri Konseli. Konseli belajar dari proses konseling mengenai perilakunya dan hal-hal yang membuatnya terbuka untuk mengubah perilakunya di luar proses konseling. Artinya, Konseli mengambil makna dari hubungan konseling untuk kebutuhan akan suatu perubahan.
- Melaksanakan perubahan perilaku. Pada akhir konseling Konseli sadar akan perubahan sikap dan perilakunya. Sebab dia datang minta bantuan adalah atas kesadaran akan perlunya perubahan pada dirinya.
- Mengakhiri hubungan konseling. Mengakhiri konseling harus atas persetujuan Konseli. Sebelum ditutup ada beberapa tugas Konseli

yaitu :pertama, membuat kesimpulan-kesimpulan mengenai hasil proses konseling; kedua, mengevaluasi jalanya proses konseling; ketiga, membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Keberhasilan Konseling

Berikut ini merupakan indikator keberhasilan selama konseling diantaranya:

1. Menurunnya kecemasan Konseli
2. Mempunyai rencana hidup yang praktis, pragmatis, dan berguna
3. Harus ada perjanjian kapan rencananya akan dilaksanakan sehingga pada pertemuan berikutnya konselor sudah berhasil mengecek hasil rencananya.

Berdasarkan pendapat Willis (2007: 51) evaluasi, terdiri dari beberapa hal yaitu:

1. Konseli menilai rencana perilaku yang akan dibuatnya
2. Konseli menilai perubahan perilaku yang telah terjadi pada dirinya
3. Konseli menilai proses dan tujuan konseling.

Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individu

Secara singkat terangkai seperti pada Rencana Pelaksanaan Layanan (bagian inti proses secara menyeluruh) sebagai berikut:

1. Self Healing : Inner Child

- Konseli diajak untuk meninjau pengalaman masa lalunya guna memahami apa yang menjadi dasar dari belum bisa mengendalikan emosi
- Konseli menyadari inner child
- Sosok “anak kecil” dalam diri masih terluka.
- Mengunjungi masa lalu yang menyakitkan memang tidak mudah.

- Mengubur masa lalu tanpa berusaha ‘memulihkannya’ membuat Inner Child terus mendominasi

2. Induction

- Konseli diingatkan kembali untuk merasa nyaman, santai, rileks dan memejamkan mata namun bukan tidur
- Allowing
 - a. Guru BK meminta konseli untuk tarik nafas panjang kurang lebih 3 kali
 - b. Konseli sambil mengucapkan istighfar

3. Deepening

- Guru BK meminta konseli untuk seolah-olah berada di atas bukit/ gunung turun menuju pulang (suara alam)
- Konseli merasakan berada perjalanan dari atas bukit, turun bukit menuju rumah

4. Terapi

- Guru BK mengubah suara alam menjadi suara atau musik relaksasi
- Konseli dalam keadaan nyaman sambil fokus mendengarkan intruksi guru BK dan alunan musik relaksasi yang diputar.
- Konseli diarahkan dalam hati mohon izin pada ALLAH untuk bisa berbicara pada diri sewaktu kecil dulu.
- Guru BK meminta konseli ta'awudz, basmalah lalu membayangkan berdialog dengan dirinya dimasa kecil tersebut (inner dialog)
- Bayangkan diri Anda ketika kecil dulu dan ia sedang berhadapan dengan Anda.
- Konseli diberikan kesempatan untuk mengungkapkan secara jelas dan jujur pengalaman masa lalunya yang membuatnya menjadi belum bisa mengendalikan diri
- Ucapkan kalimat-kalimat yang menenangkan untuknya seperti;

- a. “Aku mencintaimu dan kamu sungguh berharga untukku.”
- b. “Kamu tidak perlu merasa bersalah atau malu. Semua yang terjadi bukanlah salahmu.”
- Konseli diminta mengatakan padanya bayangan masa kecil siap untuk mendengarkannya dan terus berada bersamanya.
- Konseli teringat kembali hal-hal yang sudah lampau dan membuat emosi negatif
- Guru BK menggunakan teknik 3 M diantaranya;
 - a. Konseli mengaku kepada yang maha kuasa (Ya Allah) akan hal:
 - 1) Saya ingat kembali...
 - 2) Saya takut..
 - 3) Saya sedih..
 - 4) Saya marah..
 - b. Konseli meminta kepada yang maha kuasa mengangkat rasa emosi yang dialami (Ya Allah angkat sedihku ini/ angkat kesal ini dll..)
 - c. Konseli doa, Ya ALLAH Saya minta dan mohon rasa emosi yang dialami hilang.

5. Termination

- Guru BK mengintruksikan pada konseli untuk menyadari dan memaafkan diri sendiri
- Konseli diajak untuk menyampaikan “Aku minta maaf karena selama ini sudah menyangkal dan mengabaikan perasaanmu.”
- Direct Question (Bertanya langsung pada diri):
 - a. Bisakah saya melepaskan emosi ini ? Bisa
 - b. Maukah saya melepaskan emosi ini ? Mau
 - c. Kapan ? Sekarang
- Konseli mencoba untuk memeluk dan menguatkan dirinya di bayangan masa lalu/inner child

6. Post Hipnotic

- Guru BK meyakinkan konseli tuk memaafkan dan meminta konseli mengucapkan salam pada inner child
- Konseli mengucapkan salam dan pergi dengan wajah tersenyum
- Konseli keluar ari pintu dan menuju perjalan kebukit kembali kembali kealam sadar (suara alam)
- Guru BK mencoba menenangkan konseli agar dapat mengendalikan emosi

7. Diving In

- Guru BK membantu konseli menyelami emosi peristiwa untuk dapat menuliskannya
- Konseli menuliskan identitas diri dan menjelaskan peristiwa yang dialami yang membuat psikologisnya terluka sehingga membuat emosinya tak terkendali dengan (Autobiografi)
- Setelah menuliskan konseli diminta untuk membacakan sambil merekam yang sebelumnya dituliskan (Audiobiografi)
- Konseli mendengarkan ulang apa yang iya tulis, bacakan dan rekam tersebut menjadi cerita biografi bisa dikreasikan dengan musik instrumental (Auto Audiobiografi)
- Guru BK melakukan aktivitas untuk meningkatkan pengetahuan konseli (mengenal, memahami, mengantisipasi) dan mengembangkan kompetensi yang dimiliki melalui Auto Audiobiografi

Auto Audiobiografi

Tim Kemendikbud (2016 : 209), disebutkan bahwa biografi adalah riwayat hidup, biografi menceritakan kehidupan seseorang, baik yang masih hidup maupun yang sudah meninggal. Berisi tentang perjalanan hidup seorang tokoh tersebut, lika-liku kehidupannya, deskripsi kegiatan dan prestasi yang

dicapai, serta pemikiran tokoh tersebut. Biografi tidak sekedar biodata. Tidak hanya daftar nama, tanggal lahir atau meninggal dan data-data penting lainnya, tetapi lebih kompleks dari pada itu. Biografi menceritakan tentang perasaan yang terlibat dalam mengalami kejadian-kejadian tersebut, pengalaman pribadi yang menarik untuk diketahui orang lain, watak yang membentuk karakter sehingga ia bisa sukses atau bisa juga berisi pandangan dia mengenai suatu hal yang dapat kita pelajari.

Tim penyusun kemendikbud (2016 : 215) menyatakan Struktur Teks Biografi bahwa teks biografi mempunyai struktur teks di antaranya:

1. Orientasi Orientasi atau setting (aim), berisi informasi mengenai latar belakang kisah atau peristiwa yang akan diceritakan selanjutnya untuk membantu pendengar atau pembaca. Informasi yang dimaksud berkenaan dengan ihwal siapa, kapan, di mana, dan bagaimana. Maka tahap ini bagian pengenalan suatu tokoh, berisis gambaran awal tentang tokoh tersebut di dalam teks biografi.
2. Peristiwa dan Masalah Tahapan ini adalah bagian kejadian atau peristiwa yang dialami oleh tokoh, berisi penjelasan suatu cerita baik berupa pemecahan masalah, proses berkarir, peristiwa menyenangkan, menegangkan, menyedihkan hingga mengesahkan yang pernah dialami oleh tokoh hingga mengantarkan meraih mimpi, cita-cita dan kesuksesan. Kejadian penting (important event, record of ivenets), berisirangkaian peristiwa yang disusun secara kronologis, menurut urutan waktu, yang meliputi kejadian-kejadian utama yang dialami tokoh.
3. Reorientasi Reorientasi adalah berisi tentang komentar evaluatif atau pertanyaan simpulan mengenai rangkaian peristiwa yang telah diceritakan sebelumnya. Bagian ini sifatnya opsional, yang mungkin ada atau tidak di dalam teks biografi. Reorientasi bisa dikaitkan bagian penutup, berisi mengenai pandangan penulis kepada tokoh yang

dikisahkan.

Tim Kemendikbud (2016 : 209-210) menyatakan bahwa ciri-ciri teks biografi sebagai berikut:

1. Teks biografi harus memuat informasi berdasarkan fakta pada tokoh yang diceritakan dalam bentuk narasi.
2. Memuat sebuah fakta pengalaman hidup suatu tokoh dalam memecahkan masalah-masalah sampai pada akhirnya sukses, sehingga patut menjadi teladan.
3. Teks biografi memiliki struktur yang jelas.

Tim Kemendikbud (2016 : 231) jenis-jenis teks biografi itu dapat dibagi atas empat jenis, diantaranya:

1. Berdasarkan sisi penulis
 - Autobiografi suatu riwayat hidup yang ditulis sendiri oleh tokoh tersebut.
 - Biografi suatu bentuk teks yang berisi mengenai kisah atau cerita suatu tokoh dalam mengarungi kehidupannya, entah itu berupa kelebihan, masalah atau kekurangan yang ditulis oleh orang lain.
2. Berdasarkan isinya
 - Biografi perjalanan hidup berisi sebuah perjalanan hidup lengkap seorang tokoh atau diambil dari bagian-bagian yang dianggap mempunyai kesan.
 - Biografi berjalan karir berisi sebuah perjalanan karir seorang tokoh mulai dari awal hingga karir yang dilakukan saat ini atau bisa juga perjalanan karir dalam mencapai sebuah kesuksesan tertentu.
3. Berdasarkan persoalan yang dibahas
 - Biografi politik, penulisan cerita hidup tokoh suatu negara dilihat dari sudut pandang politik. Biografi semacam ini mendapat bahan

dari kumpulan berbagai riset. Akan tetapi biografi politik biasanya tidak lepas atau syarat akan kepentingan penulis atau tokoh yang diminta untuk ditulis.

- Biografi intelektual, biografi ini hampir mirip dengan biogra politik, persamaannya yaitu kumpulan bahannya yang didapatkan dari berbagai riset. Namun, penulisannya dituangkan dalam gaya bahasa ilmiah.
- Berdasarkan jurnalistik, sebuah biografi yang penulisannya didapatkan dari hasil wawancara dengan tokoh yang akan ditulis atau tokoh yang menjadi rujukan sebagai bahan pendukung cerita.

Inner child tersebut ada kaitannya dengan management emosi. Jika seorang memiliki self concept maupun manajemen emosinya yang baik dapat dipastikan orang tersebut memiliki kemampuan manage segala sesuatu dengan baik. Selain dengan self concept management emosi juga berkaitan dengan self efficacy yakni keyakinan seseorang tentang kemampuan dirinya sendiri untuk mengatasi situasi tertentu (mengendalikan perasaan marah, kecewa, sedih, takut dan lain sebagainya).

Pada gambar disamping ini terkait map kesadaran ini dibikin sama ahli psikiatri Amerika namanya Dr. David Hawkins. Di bukunya *Power vs Force*, dia neliti hubungan antara tubuh fisik sama kekuatan spiritual. Semacam tes kinesiologi buat ngukur energi yang dikeluarkan manusia dalam skala

kesadaran tertentu. Dari satuan 0 sampai 1000 poin, Dr. David mengklasifikasikan 17 tingkat kesadaran. Kesadaran disini dilihat sebagai keadaan tahunya seseorang akan pikiran, emosi, keberadaan, sensasi, dan lingkungan sekitarnya. Emosi itu telontar secara sadar namun ada yang memuncunya dari alam tidak sadar.



Hal ini bisa dilihat dari masa lalu yang tidak menyenangkan, terluka, tersakiti, kecewa dll kususny masa kecilnya inner child.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil sebelumnya penelitian terlihat pemulihan kondisi dari konseli dilihat dari instrumen yang digunakan pernyataan langsung baik dari wawancara dan evaluasi hasil layanan bimbingan dan konseling. Berdasarkan kajian-kajian literature sebelumnya hal tersebut sangat efektif, untuk mwngkaji masa lalu yang terluka akibat pengalaman-pengalaman sebelumnya yang tidak nyaman sehingga terbawa sampai saat remaja. Jika hal ini terus berkelanjutan bisa akan terbawa sampai akhir hayat.

Hasil Penelitian

Gambaran Umum Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 3 Leuwiliang Bogor pada peserta didik kelas VII, VIII dan IX. Penelitian eksperimen ini peserta didik yang mengalami hal teridentifikasi inner child yang terluka, tersakiti dan tidak dapat mengendalikan emosi. Tempat penelitian di SMP Negeri 3 Leuwiliang Bogor dimana peneliti mengampu tugas sebagai guru BK linier sesuai jurusannya. Sekolah tersebut yang berlokasi di Jalan Raya Karehkel KM 04, Kp. Pabuaran Dukuh RT 002/010, Desa Karehkel, Kecamatan Leuwiliang, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat.

Deskripsi Data

Penelitian ini termasuk penelitian eksperimen. Data penelitian terdiri dari tes awal dan tes akhir. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 21 Februari 2022 sampai 24 Maret 2022. Prelaksanaan konseling individu perkiraan sekitar 4 sampai 6 pertemuan dengan konseli. Konseli berinisial (CL, JR, NA,

DZ, BA, RO) mengikuti konseling individu dan dari sana peneliti memperoleh data dari hasil pre-test dan post-test yang dilakukan pada konseling individu media auto audiobiografi. Pre-test merupakan tes akan pemahama diri sendiri tentang inner child peserta didik sebelumdiberi perlakuan, sedangkan post-test dilakukan setelah peserta didik mendapatkan perlakuan. Kedua tes ini berfungsi untuk mengukur sampai mana keefektifan konseling individu dengan media auto audiobiografi.

Pengujian Prasyarat Analisis

Pengujian prasyarat analisis dilakukan sebelum melakukan analisis data. Prasyarat yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji homogenitas. Hasil uji prasyarat analisis disajikan sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah semua variabel berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov dalam perhitungan menggunakan program SPSS 16.00. Untuk mengetahui normal tidaknya adalah jika $\text{sig} > 0,05$ maka normal dan jika $\text{sig} < 0,05$ dapat dikatakan tidak normal. Hasil perhitungan yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 1. Ringkasan Uji Normalitas

No.	kelompok	sig	Kesimpulan
1.	<i>Pre-test</i> eksperimen	0.486	Normal
2.	<i>Post-test</i> eksperimen	0.194	Normal

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa data *pre test* dan *post-test* hasil belajar baik kelas eksperimen maupun kelas kontrol memiliki nilai $\text{sig} > 0,05$, maka dapat disimpulkan kelompok data tersebut berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Setelah diketahui tingkat kenormalan data, maka selanjutnya dilakukan uji homogenitas. Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui tingkat kesamaan varians antara dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga sig pada levene's statistic dengan 0,05 (sig > 0,05). Hasil uji homogenitas variabel penelitian diketahui nilai F_{hitung} pre-test 1,318 dengan nilai signifikan 0,255 sedangkan F_{hitung} post-test 0.381 dengan signifikan 0,539. Dari hasil perhitungan harga signifikan data pre-test ataupun post -test lebih besar dari 0,05 (sig > 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini memiliki varians yang homogen.

Pengujian Hipotesis

Penelitian menguji hipotesis yang sebelumnya dijabarkan sebelumnya dalam metode penelitian. Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini diantaranya:

Ho: tidak ada pengaruh signifikan pemulihan luka (inner child) dengan konseling individu media auto audiobiografi di SMPN 3 Leuwiliang Bogor.

Ha: ada pengaruh yang signifikan pemulihan luka (inner child) dengan konseling individu media auto audiobiografi di SMPN 3 Leuwiliang Bogor

Peneliti untuk memperjelasnya dalam memahaminya dapat secara singkat dilihat pada table yang ada, hasil dari aplikasi SPSS yang digunakan, memudahkan dalam melihat signifikannya. Sementara itu penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan nyata antara auto audiobiografi dan inner child dengan tingkat signifikansi 1 persen sebagaimana terlihat

pada nilai chi kuadrat hitung berada pada tingkat 19,27 tersebut.

Pembahasan

Berdasarkan hasil maka dari data tersebut bisa dilihat akan ada pengaruh yang signifikan pemulihan luka (inner child) dengan konseling individu media auto audiobiografi di SMPN 3 Leuwiliang Bogor. Proses layanan konseling individu yang secara bertahap diberikan kepada setiap konseli, maksimal selama 6 kali pertemuan bersama guru BK. Layanan yang diberikan bertahap mulai dari pembukaan guru BK membangun hubungan terapeutik, kegiatan inti auto audiobiografi dimana melakukan aktivitas untuk meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan kompetensi konseliakan kegiatan menulis, mendengarkan, berbagi ceritanya terkemas menjadi satu kesatuan (media auto audiobiografi).

Cara memulihkan inner child langkah-langkah prosedurnya sebagai berikut:

1. Pada pertemuan pertama konseli diharapkan menyadari inner child
2. Pada pertemuan kedua jalin komunikasi dengan inner child
3. Pada pertemuan ketiga memaafkan diri
4. Pada pertemuan keempat rangkul rasa marah dan sedih
5. Pada pertemuan kelima auto audiobiografi
6. Pada pertemuan keenam refleksi dan evaluasi keseluruhan

Langkah-langkah tersebut secara fleksibilitas, namun hal tersebut bisa menyesuaikan kondisi konseli, karena ada yang bisa langsung dua tahapan atau tiga tahap dalam satu kali waktu, sehingga untuk menyelami inner child memudahkan. Bagi konseli yang butuh proses menyadari inner child terlukanya dan bertemunya cukup memakan waktu. Konseling individu yang berlangsung dengan komitmen awal menyelesaikan sampai tuntas dan kerjasama antara guru BK dan konseli berjalan dengan baik maka penelitian ini membawa hal

positif tidak hanya pada konseli sendiri, namun Guru BK yang menjadi peneliti untuk lebih mengasah kemampuan dalam layanan konseling individu yang lebih profesional.

Penelitian ini menyimpulkan adanya pengaruh antara media auto audiobiografi dapat menggali dan menyelami inner child konseli yang terluka, tersakiti dengan dalam konseling individu. Terdapat pengaruh memulihkan luka (inner child) melalui media auto audiobiografi dengan secara simultan terhadap konseling individu. Hal ini diperkuat oleh nilai t.hitung di atas t.tabel pada tingkat 1 persen, sehingga variabel yang diteliti secara nyata pada tingkat signifikansi 1 persen berpengaruh terhadap konseli yang mengalami (inner child) yang terluka. Media auto audiobiografi secara parsial terdapat pengaruh terhadap inner child dalam layanan responsif bimbingan dan konseling proses konseling individu berpengaruh sebesar 0,43 poin secara signifikan 1 persen memiliki tingkat pengaruh nyata.

Inner Child merupakan bagian dari trauma masa lalu dan biasanya berpengaruh terhadap kehidupan seseorang di masa mendatang, termasuk kepribadiannya. Seperti halnya pada kajian pustaka sebelumnya lebih memberikan gambaran mengenai pengaruh inner child terhadap kepribadian seorang anak berimbas pada diri sendiri maupun lingkungan. Bagi pendidik khususnya guru BK dan konselor sekolah perlu mendalami sintom-sintom yang muncul dari perilaku peserta didik di Sekolah dikaji lebih mendalam dan hindari labelling peserta didik dengan hal negative. Pada dasarnya pengalaman masa lalu bias berpengaruh pada kepribadiannya saat ini maupun masa mendatang. Maka dari itu upaya penting untuk kita menyembukannya sedini mungkin, sehingga tidak berakibat fatal dari generasi kegenerasi lainnya. Semua kalangan sudah sepatutnya kita mengetahui apa yang melatarbelakangi seorang anak menjadi dirinya yang sekarang, adakah pengaruh inner child dalam kepribadiannya. Hal ini bias kita lihat dan amati pemberitaan yang

cukup menyedihkan beberapa kasus terjadi karena inner terluka seorang Ibu tega menganiaya sampai menewaskan anaknya karena anaknya tidak ingin tersakiti lebih seperti yang dia rasakan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan di atas, penulis memperoleh kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian mengenai memulihkan luka (inner child) dengan konseling individu media auto audiobiografi di SMPN 3 Leuwiliang Bogor, dapat tertanggulagi dan ada perubahan sikap, perilaku dari konseli kearah yang positif dan lebih baik dalam menghadapi kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, maka penulis menyadari masih terdapat banyak keterbatasan dalam penelitian ini. Namun dengan penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat khususnya bidang pendidikan termasuk dari pemahaman orang tua akan pola asuh anak-anaknya, agar setiap individu yang ada tidak sampai mengalami luka pada masa anak-anak yang tidak disadari yaitu Inner child. Sehingga media auto audiobiografi itu sendiri memudahkan penggalian data mendalam dan eksplorasi tentang kepribadian seseorang dimasa lalunya. Dalam hal ini jika guru Bk belum dapat membantu memulihkan luka (inner child) konseli maka direkomendasikan untuk referral atau alih tangan kasus ke yang lebih professional seperti psikolog atau psikiater.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asrop, S. (2018). *Prosedur Penelitian Metodologi*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Böge, K., Mouthaan, J., & Krause-Utz, A. (2020). Effects of dialogical mindfulness on psychopathology: A pilot study's results from a seven-day psychosynthesis course about the inner child. *The Humanistic Psychologist*, 48(1), 84–99. <https://doi.org/10.1037/hum0000134>
- Carr, S. (2017). Healing the Inner Child through Portrait Therapy: Illness, Identity and Childhood Trauma. *International Journal of Art Therapy*. 1. 10.1080/17454832.2016.1245767.
- Curran, A. (1999). *Clinical Counselling in Primary Care: Counselling within a time limit in general practice*. Routledge.
- Djamarah, S. B. (2014). *Pola Asuh Orang Tua dan Komunikasi dalam Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ediati, A., Dian Veronika Sakti Kaloeti, dkk. (2020). *Psikologi Klinis Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Erlangga.
- Erford, B. T. (2016). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor. Edisi Kedua*. Terjemahan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gunarsa, Y. Singgih D. (2007). *Psikologi Remaja*. Jakarta : Gunung Mulia.
- Hasan, Maimunah. (2009). *Pendidikan Anak Usia Dini* (Yogyakarta: Diva Press.
- Holipah. (2011) *The Using Of Individual Counseling Service to Improve Student's Learning Atitude And Habit At The Second Grade Student of SMP PGRI 6 Bandar Lampung*. Journal Counseling.
- Indriani, F. (2019). *Pengaruh Keberfungsian Kelurga Terhadap Perilaku Agresfi dengan Dimediasi oleh Kecerdasan Emosi pada Remaja di Kota Medan. (Unpublished Master's Thesis)*. Program Pascasarjana, Universitas Sumatera Utara.
- Mawarpury, M. & Mirza. (2017). Relisiensi dalam Keluarga: Perspektif Psikologi. *Jurnal Psikoislamedia*, 2 (1), 96-106. ISSN: 2548-4044.
- Siswono. (2011) *Penelitian Pendidikan Matematika*. Surabaya: Unesa University Press.

Subana, dkk. (2000). Statistik Pendidikan. Bandung: Pustaka Setia.

Sugiyono. (2019). Metode Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.

Tanzeh, Ahmad. (2009). *Pengantar Metode Penelitian*. Yogyakarta: Teras.

Tim Penyusun Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Buku Siswa (Bahasa Indonesia)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Tulus Winarsunu, Statistik. (2007). Teknik Sampling untuk Survey dan Eksperimen, Jakarta: Rineka Cipta.

Willis, S. Sofyan. (2007). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: CV Alfabeta

EFEKTIVITAS KONSELING ONLINE BAGI SISWA DI MASA PENDEMI COVID 19

Novita Maulidya Jalal

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

*E-mail: novitamaulidyajalal@unm.ac.id

ABSTRACT

The Effectiveness of Online Counseling for Students during the Covid 19 Pandemic. *The Covid-19 pandemic situation has caused students to study online from home. Changes in the learning process support the ongoing learning process, but also have an impact on the emergence of learning problems in students. Counseling in schools makes efforts to overcome these student problems through online counseling or cyber counseling. This study aims to determine how effective counseling online or cyber counseling is for students during the Covid-19 pandemic. The research method used is literature study. The results showed that the use of online counseling or cyber counseling had an effective impact on helping students overcome the problems they faced in the COVID-19 pandemic situation.*

Keywords: Online Counseling, Students, the Covid 19 Pandemic

PENDAHULUAN

Situasi pandemi corona Virus Disease 2019 atau Covid-19 menjadi permasalahan berbagai negara di dunia hingga saat ini, termasuk Indonesia. Pemerintah membuat kebijakan sebagai upaya untuk mencegah penyebaran Covid 19 ini, meliputi kebijakan sosial distancing, Lockdown, dan WFH di berbagai sector termasuk sector pendidikan. Lembaga Pendidikan dari tingkat Pendidikan usia dini hingga perguruan tinggi melakukan proses pembelajaran secara online dari rumah melalui WhatsApp, instagram, telegram, aplikasi

google meet, aplikasi zoom ataupun media lainnya. Perubahan ini menyebabkan masyarakat mempersiapkan diri dan merespon dengan cepat hal hal baru yang berkaitan dengan sikap serta tindakan, seperti hak pendidikan peserta didik agar tetap dapat belajar (Junita & Adyani, 2021).

Musdalifah (2021) menyatakan pembelajaran dalam jaringan (daring) menuntut siswa untuk lebih bertanggung jawab, mampu mengontrol sikap dalam belajar, mandiri dalam belajar, menyelesaikan tugas melalui daring dan mengoptimalkan gadget sebagai sumber belajar. Namun, pembelajaran daring juga menyebabkan timbulnya permasalahan belajar pada siswa antara lain siswa yang merasa tertekan karena kurang mampu untuk beradaptasi dengan system pembelajaran baru, rasa khawatir dan kecemasan tidak mampu mengikuti pembelajaran dengan baik, kesulitan menghadapi kondisi lingkungan rumah yang tidak kondusif untuk belajar, stress, bosan, hingga depresi (Prawitasari, 2021). Hasil penelitian yang sejalan juga menunjukkan keterbatasan pengelolaan pembelajaran daring menyebabkan demotivasi belajar siswa serta memunculkan stress (Aditia Rigianti, 2020; Anugrahana, 2020; Oktavian & Aldya, 2020; Suriadi, Firman, & Ahmad, 2021).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Gugus Layanan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan (Wiyono, 2020) ditemukan bahwa keluhan yang dialami peserta didik selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid 19 yakni siswa menganggap banyak deadline tugas terlalu mepet, mata lelah, kesehatan tak stabil, fisik semakin capek terutama mata dan tangan, bingung, merasa tidak bahagia, tidak bisa tidur nyenyak, punggung capek, pandangan kabur, kepala pusing, bosan, sulit membagi waktu,. Barseli, et al (2020) mengatakan bahwa selama proses pembelajaran daring pada masa pandemic Covid-19 banyak menimbulkan stress akademik terutama pada siswa. Selain itu, Bhakti dan Kurniawan (2020) menyatakan pembelajaran daring juga berdampak secara psikologis antara lain siswa mengalami kelelahan mental,

turunnya motivasi belajar, stress, tertekan, bahkan depresi.

Berdasarkan paparan diatas layanan bimbingan dan konseling sangat diperlukan bagi siswa di masa pandemi. Diperlukan upaya bantuan konseling yang diintegrasikan dalam sistem pendidikan di sekolah agar siswa memiliki kemampuan mengatasi stress psikologis yang dialami sehingga memperbaiki gaya hidup sehat mereka (Kadek Suranata, 2019). Hal tersebut menunjukkan bahwa sangat dibutuhkan upaya guru BK atau konselor untuk melakukan pengembangan pada praktik pelayanan BK agar dapat mengantisipasi munculnya stres akademik siswa selama covid-19. Rosadi dan Andriyani (2020) menyatakan tantangan yang dihadapi oleh guru bimbingan dan konseling tidak hanya terletak pada pemberian layanan jarak jauh namun juga pada assesmen masalah siswa, karena tidak semua siswa yang terbuka terhadap guru BK pada masalah yang sedang dihadapinya.

Munculnya wabah covid-19 dengan demikian juga mempengaruhi layanan proses konseling. Guru BK atau konselor yang biasanya tatap muka, tetapi guru BK atau konselor dituntut untuk beralih ke dalam layanan daring. Adaptasi tersebut juga berlaku dalam dunia konseling. Konseling kemudian dilakukan melalui online yang disebut konseling online atau cybercounseling agar tidak melanggar kebijakan pemerintah dan proses konseling tidak putus, maka sebagai solusi di masa pandemi (Harahap,2021).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi kepustakaan. Mardalis (Mirzaqon & Purwoko, 2017) mendefenisikan studi kepustakaan sebagai suatu studi yang menggunakan cara dengan mengumpulkan berbagai informasi serta data dari berbagai macam sumber yang ada di dalam perpustakaan seperti buku, , jurnal ilmiah, dokumen, kisah-kisah sejarah dan lain-lain. Adapun Mestika Zed (2008) menyatakan bahwa penelitian

kepuustakaan adalah penelitian yang dilakukan dengan membaca karya-karya yang terkait dengan persoalan yang akan dikaji dan mencatat bagian penting yang ada hubungannya dengan topik bahasan.

Terdapat 4 (empat) ciri utama dalam penelitian pustaka meliputi (1) Peneliti berhadapan langsung dengan teks (*nash*) atau data angka, bukan dengan pengetahuan langsung dari lapangan. (2) Data pustaka bersifat siap pakai yang berarti peneliti tidak terjun langsung kelapangan karena peneliti berhadapan langsung dengan sumber data yang ada di perpustakaan. (3) Data pustaka umumnya adalah sumber sekunder, dalam arti bahwa peneliti memperoleh bahan atau data dari tangan kedua dan bukan data orisinil dari data pertama di lapangan. (4) Kondisi data pustaka tidak dibatasi oleh runga dan waktu (Zed, 2003). Penelitian ini mendeskripsikan layanan konseling online atau *cyber counseling* saat masa pandemic *Covid-19* pada siswa. Penelitian ini menggunakan model analisis triangulasi (Rahardjo, 2010) yakni peneliti menggabungkan data yang sejenis dan membuat simpulan dari setiap data tersebut menjadi sebuah simpulan yang akhirnya dapat dijadikan narasi yang dapat memudahkan pembaca dalam memahami setiap tujuan-tujuan yang telah penulis tetapkan.

KAJIAN TEORI

Pendemi Covid 19

Pandemi merupakan wabah penyakit yang menjangkit secara serempak dimana-mana, yang merupakan epidemi yang menyebar hampir ke seluruh negara atau pun benua dan biasanya mengenai banyak orang. Peningkatan angka penyakit diatas normal yang biasanya terjadi, penyakit ini pun terjadi secara tiba-tiba pada populasi suatu area geografis tertentu. Archika (2020) menyatakan bahwa Coronavirus Disease atau COVID-19 adalah penyakit yang menular akibat virus corona yang merupakan sindrom pernafasan akut atau

parah virus corona 2 (SARS-CoV-2).

World Health Organization (WHO) menetapkan tentang virus corona atau COVID 19 menjadi pandemi disebabkan virus menyebar ke berbagai negara bahkan sudah mendunia. Pandemi menurut WHO merupakan suatu kondisi populasi pada dunia dan berpotensi menjadikan manusia dapat jatuh sakit. Pandemi COVID 19 tersebut berdampak pada berbagai sector kehidupan manusia meliputi sector social, sektor ekonomi, sector kesehatan, serta sektor pendidikan (Irawan, 2020).

Upaya mencegah penyebaran Covid-19 dan mengatasi dampak dari Covid-19 yang terus meningkat ke berbagai daerah di Indonesia, maka pemerintah melakukan berbagai kebijakan untuk mencegah penyebaran dan korban jiwa yang terus mengalami peningkatan. Kebijakan-kebijakan yang diputuskan oleh pemerintah Indonesia untuk menanggulangi pencegahan penyebaran dan penanganan Covid-19 antara lain adalah pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB).

Konseling Online

Konseling online terdiri dari kata konseling dan online. Konseling berarti proses yang berlangsung antara konselor ahli dengan konseli yang sedang mengalami suatu masalah agar dapat lebih mampu menyelesaikan masalahnya (Prayitno dan Amti, 2004). Selanjutnya, kata online berarti perangkat computer atau perangkat lainnya yang terkoneksi dengan jaringan, sehingga perangkat dapat dipakai. Dengan demikian, konseling online merupakan serangkaian kegiatan dari bimbingan untuk membantu konseli secara online sehingga konseli bisa memikul tanggung jawab sendiri terhadap persoalan atau masalah yang dihadapi (Winkel dan Hastuti, 2005).

Bloom (2004) memaparkan layanan konseling online sebagai salah satu strategi layanan konseling yang bersifat virtual atau konseling yang berjalan

lewat pertolongan koneksi internet (Bloom,2004). Marthin (Prasetyo, Rizal Yugo dan Djunaidi, 2015) membagi dua jenis layanan dalam konseling melalui internet yaitu:

1. Interaktif (*synchronous dan asynchronous*). Konseling yang berjenis interaktif merupakan situs yang menawarkan alternatif bentuk konseling melalui internet, dimana terdapat interaksi antara konselor dan konseli baik secara langsung maupun tidak langsung. Interaktif *synchronous* merupakan pelayanan konseling secara langsung seperti instant messaging, chat, serta video conference yang secara tidak langsung berupa bulletin boards counseling dan email.
2. Non interaktif yakni situs yang berisi informasi dan narasumber self help atau pertolongan mandiri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan studi literature yakni 7 jurnal yang terkait dengan efektivitas konseling online pada siswa di masa pandemi covid 19. Adapun hasil penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 1. Daftar literature yang diteliti

No	Nama peneliti (tahun terbit)	Judul	Hasil
1	Diah Retno Ningsih, Rif'atul Fadlillah, dan Yunita Permata Safitri(2021)	Layanan E-Konseling di sekolah pada Masa Pandemi Covid 19	Proses E-konseling dan peran konselor sangat berperan aktif terutama kepada siswa yang menghadapi permasalahan dan kendala dari pembelajaran online saat pandemi Covid-19. Sehingga banyak permasalahan baik itu dari jaringan maupun fasilitas yang digunakan dan berdampak pada sisi prestasi siswa yang menurun dan kurangnya pemahaman materi.

2	Brigitta Anastasya Indri Pratiwi, Abdul Muhid, dan Siti Alfiyah Nasiroh (2021)	Literatur Review: Layanan Cyber Counselling pada Siswa saat Masa Pandemi Covid 19	Penggunaan cyber counseling dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dinyatakan efektif dan disarankan dalam situasi pandemic covid-19.
3	Anaway Irianti Mansyur, Aip Badrujaman, Rochimah Imawati, Dini Nur Fadhillah	Konseling Online sebagai Upaya menangani Masalah Perundungan di Kalangan Anak Muda	konseling online memiliki kelemahan yaitu kurangnya pengetahuan dan kemampuan khusus yang dimiliki oleh konselor dalam berkomunikasi melalui chat dan kurangnya keterampilan dalam menulis teks untuk menghindari kesalahpahaman dengan pengguna konseling online. Di sisi lain, penelitian sebelumnya menunjukkan solusi terkait penggunaan konseling online. Konselor harus menghadapi perkembangan teknologi dan memanfaatkannya sebagai sarana untuk berkomunikasi dengan anak muda.
4	Nursan Junita dan Liza Adyani.(2021)	Efektifitas Konseling Online Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling online sangat efektif karena membantu menurunkan kecemasan dan kekhawatiran yang muncul. Semua klien merasakan perubahan yang lebih baik secara kognitif, perilaku dan emosi walaupun tidak melakukan konseling secara tatap muka. Setelah sesi konseling semua klien merasa lebih lega, lebih tenang, kecemasan dan kekhawatiran berkurang dan mendapatkan <i>insight</i> yang lebih baik dalam melihat suatu persoalan, sehingga membuat pikiran lebih positif, perasaan lebih bersemangat dan termotivasi. Hal ini sangat membantu klien dalam menghadapi berbagai masalah dengan lebih positif. Semua klien mempunyai keinginan untuk merekomendasikan layanan konseling online kepada kerabat, rekan kerja dan sahabat mereka. Lima (5) klien tetap ingin melanjutkan sesi konsultasi melalui online dan empat (4 klien) lebih tertarik untuk melakukan sesi konseling secara tatap muka. Keefektifan konseling online dapat dilihat dari perolehan nilai score yang tinggi pada post-test layanan konseling yang diberikan kepada semua klien. Hal ini menunjukkan bahwa hasil konseling online sangat efektif.

5	Anna Aisa (2020)	Layanan Cybercounseling pada Masa Pandemi Covid 19	proses cybercounseling kurang lebih sama dengan proses konseling secara tatap muka namun yang perlu diperhatikan yakni pada tahap persiapan mencakup tersedianya perangkat keras (<i>hardware</i>) dan perangkat lunak Software yang mendukung dan memadai. Sedangkan Media cybercounseling dapat berbentuk website/ situs, telephone/ handphone, email, chat, instant messaging, jejaring sosial dan video conferencing. Kelebihan dari cybercounseling ialah dapat diakses di mana saja pada waktu yang sesuai, konselor dapat menjangkau para konseli secara lebih luas, Konselor dan konseli dapat melaksanakan konseling kapan dan dimana saja atas dasar kesepakatan bersama, Walaupun tanpa teramati isyarat verbal dan fisik, tetapi kebanyakan konseli lebih mudah dalam mencurahkan pikiran dan perasaan yang mereka rasakan. sedangkan kelemahannya adalah diagnosis yang dilakukan menjadi tidak akurat dan pemberian intervensi menjadi tidak efektif karena petunjuk dan arahan yang diberikan menjadi kurang spesifik dan informasi non verbal menjadi sulit untuk diberikan.
6	Kadek Suranat, Ifdil Ifdil (2021)	Keefektifan program konseling singkat berfokus solusi dalam LMS Schoology untuk meningkatkan perilaku hidup sehat siswa di masa pandemi Covid-19	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti program selama rata-rata 8 minggu (rata-rata 16 akses LMS), peserta mencapai peningkatan yang signifikan dalam gaya hidup dan kesehatan rata-rata (HPLP). Ukuran efek nilai d tinggi Cohen menunjukkan ukuran efek yang besar untuk program konseling ini. Data AAF juga mendukung hasil ini, dengan rata-rata 95% mahasiswa memahami program dan mampu mengimplementasikannya dengan baik, dapat diakses, dan memberikan manfaat bagi mereka. Penelitian ini memiliki implikasi teoritis dan praktis terhadap layanan bimbingan dan konseling di sekolah terkait dengan berbagai dinamika yang terjadi, termasuk kondisi Pandemi Covid-19.
7	Suci Habibah, Amirah Diniaty, Diniyah, Hasgimianti, Putri Robiatul Adawiyah. (2021)	Penggunaan Media Konseling Online pada Masa Pandemi Covid-19	Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK menggunakan media konseling online pada masa covid 19 lebih banyak aplikasi whatsapp dengan menggunakan fitur chat. Konseling online dilaksanakan dalam waktu yang sangat fleksibel bisa diluar jam tugas guru BK seperti sore atau malam.

Berdasarkan hasil penelitian melalui studi pustaka berupa 7 jurnal terkait efektivitas konseling online pada siswa di masa pendemi Covid 19

diketahui bahwa konseling online efektif menjadi layanan kepada siswa yang mengalami permasalahan selama pandemi Covid 19. Pemberian layanan konseling online ini bertujuan untuk membantu siswa agar mampu lebih berkembang menjadi individu yang mandiri, taat beragama serta sehat secara fisik dan juga psikis. Guru BK atau konselor sekolah dapat memberikan motivasi melalui *teleconference* atau yang lainnya guna menguatkan siswa disaat pandemic Covid-19 (Pratiwi, Muhid, dan Nasiroh, 2021). Pendapat tersebut sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ketut (2020) bahwa akseptabilitas model dan pedoman konseling online atau *cyber counseling* tersebut efektif sebagai model layanan konseling bagi siswa SMA di era digital karena berdampak pada berkembangnya kemandirian siswa dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi jika dibandingkan dengan konseling tatap muka.

Hasil penelitian Syam (2020) juga menyatakan bahwa konseling online dapat mengurangi kecemasan siswa dalam belajar yang sebelumnya ada pada kategori tinggi dan juga sangat tinggi menjadi sedang dan rendah. Ifdil (2011) dan Harahap (2021) juga menyatakan konseling online cukup efektif dilakukan ketika tidak memungkinkan untuk melakukan proses layanan konseling secara tatap muka langsung. Zadrian, Yendi dan Ifdil (2013) juga mengungkapkan bahwa konseling online melalui pendekatan teknologi dalam pelayanan konseling memiliki beberapa keuntungan salah satunya terdapat rekaman yang permanen selama proses konseling berlangsung yang bermanfaat bagi konseli, konselor, maupun supervisor.

Luqaf (2020) memaparkan Konseling online melalui aplikasi whatsapp sangat efektif digunakan dalam pemberian layanan dengan keterbatasan waktu dan jarak yang mana tidak dapat terpenuhi melalui tatap muka secara langsung, waktu fleksibel, terdapat fitur-fitur yang dapat digunakan seperti vidiocall, story WhatsApp, pesan WhatsApp ataupun dapat memberikan motivasi-motivasi berupa video atau kata-kata bijak yang dikirim kepesan

WhatsApp. Sejalan dengan pendapat tersebut, Ifdil dan Zadrian (2013) juga menambahkan bahwa konseling online sangat bergantung pada dukungan media. Ifdil (2011) juga menyatakan bahwa dalam proses konseling online harus melalui beberapa proses seperti persiapan, proses konseling, dan pasca konseling. Namun demikian, Paterson, Laajala dan Lehtela (2017) dan Tirel, Rozgonjuk, Purre dan Elhai (2019) menyatakan terdapat pula faktor penghambat dalam pelaksanaan konseling online berbasis teks yaitu konselor dan supervisor konselor. Faktor penghambat meliputi kurangnya pengetahuan atau kemampuan khusus yang dimiliki konselor dalam berkomunikasi melalui obrolan media dan kurangnya keterampilan dalam menulis teks untuk menghindari kesalahpahaman dengan pengguna konseling online.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian melalui studi pustaka berupa 7 jurnal terkait efektivitas konseling online pada siswa di masa pandemi Covid 19 diketahui bahwa konseling online efektif menjadi layanan kepada siswa yang mengalami permasalahan selama pandemi Covid 19. Namun demikian, terdapat faktor penghambat dalam pelaksanaan konseling online yakni kurangnya pengetahuan atau kemampuan khusus yang dimiliki konselor dalam berkomunikasi melalui obrolan media dan kurangnya keterampilan dalam menulis teks untuk menghindari kesalahpahaman dengan pengguna konseling online.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditia R, H. (2020). *Kendala Pembelajaran Daring Guru Sekolah Dasar Di Kabupaten Banjarnegara*. Elementary School (Vol. 7).
- Aisa, A. (2020). Layanan Cybercounselling pada Masa Pandemi Covid 19. *Edu Consilium: Jurnal BK Pendidikan Islam Vol. 1 No. 2 September, 2020*,

hlm.35 -47

- Al-Kandari, F., Vidal, V. L., & Thomas, D. (2008). Health-promoting lifestyle and body mass index among College of Nursing students in Kuwait: A correlational study. *Nursing and Health Sciences*, 10(1), 43–50. <https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2007.00370.x>
- Anugrahana, A. (2020). Hambatan, Solusi dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 10(3), 282–289. <https://doi.org/10.24246/j.js.2020.v10.i3.p282-289>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95-99.
- Bhakti, C. P & Kurniawan, S. J. (2020). Konsep Psikoedukasi Berbasis Blended Learning bagi Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 53- 60
- Bloom, J.W., Walz, G.R, *Cybercounseling & Cyberlearning. An Encore*, (US: CAPS Press, 2004), hlm 119.
- Ifdil. (2011). Penyelenggaraan Layanan Konseling Online Sebagai Salah Satu Bentuk Pelayanan E-Konseling dalam Syamsu Yusuf LN, Bandung: Rizqi Press,
- Ifdil, I., & Ardi, Z. (2013). Konseling online sebagai salah satu bentuk pelayanan e-konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1(1).
- Junita, Nursan.,& Adyani, Liza .(2021). Efektifitas Konseling Online Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Diversita*, 7 (2) Desember (2021) ISSN 2461-1263 (Print) ISSN 2580-6793 (Online) DOI: <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i2.4554>
- Junita, N. & Adyani, L. (2021), Efektifitas Konseling Online Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19, *Jurnal Diversita*, 7 (2): 168-174
- Ketut, G. (2020). The Development of Cyber Counseling as a

- Counseling Service Model for High School Students in the Digital
Pendidikan Indonesia), 9(2), 301. <https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v9i2.25469>
- Luqaf, Y. S. (2020). Penerapan E-Konseling Berbasis Whatsapp dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Peserta Didik SMK Negeri 5 Banjarmasin: Penerapan E- Konseling Berbasis Whatsapp dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Peserta Didik SMK Negeri 5 Banjarmasin. *JURNAL SIPATOKKONG BPSDM SULSEL*, 1(2), 137- 142.
- Mansyur, A., I., Badrujaman, A., Imawati, R., Fadhillah., Dini N. (2019). Penggunaan Media Konseling Online pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, Vol 29, No.2, Desember 2019, p-ISSN: 1412-3835; e-ISSN: 2541-4569
- Mirzaqon, A. T., & Purwoko, B. (2017). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori dan Praktik Konseling Expressive Writing Library. *Jurnal BK UNESA*, 1– 8.https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk_unesa/article/view/2203
- Musdalifah, A. (2021). Media Daring Layanan Bk Di Masa Pandemi Covid-19. *Ristekdik Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 109-113.
- Ningsih, D. R., Fadillah, R., Safitri & Yunita P. (2021). Layanan E-Konseling di sekolah pada Masa Pandemi Covid 19. *Al Isyrof Jurnal Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Sunan Kalijogo Malang* P-ISSN 2622-674X / E-ISSN 2721-9585 Volume 3, Nomer 2 / Desember 2021
- Oktavian, R., & Aldya, R. F. (2020). Efektivitas Pembelajaran Daring Terintegrasi di Era Pendidikan 4.0. *Didaktis: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Pengetahuan*, 20(2). <https://doi.org/10.30651/didaktis.v20i2.4763>
- Paterson, S.M., Laajala T. & Lehtelä, P.-L. 2017. Counsellor students' conceptions of online counselling in Scotland and Finland. *British Journal of Guidance & Counselling*. doi: 10.1080/03069885.2017.1383357.

- Pratiwi, Brigitta Anastasya Indri., Muhid, Abdul., & Nasiroh, Siti Alfiyah. (2021). Literatur Review: Layanan Cyber Counselling pada Siswa saat Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (JRbk)* Volume 6 Nomor 1 Edisi April 2021 P-ISSN: 2503 – 1708 Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340 <https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>
- Prayitno & Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Cet. Kedua. (Padang: FIP, 2004), hlm. 17
- Prasetyo, Rizal Yugo dan Djunaedi. (2015). Implementasi E-Konseling Pada Social Learning Network. *Edu Komputika Journal*. Vol 2, No 2, Desember 2015.
- Prawitasari, I. (2020). Implementasi Pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling Di Masa Pandemi Covid-19: A Literature Review. *Syi'ar: Jurnal Ilmu Komunikasi, Penyuluhan Dan Bimbingan Masyarakat Islam*, 3(2), 123-130.
- Rahardjo, M. (2010). *Triangulasi dalam penelitian kualitatif*. Malang: Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Rosadi, H. Y & Andriyani, D. F. (2020) Tantangan Menjadi Guru BK dengan Kurikulum Merdeka Belajar di Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)* 4, 356-363
- Suranata, K. & Ifdil, I. (2021). Keefektifan program konseling singkat berfokus solusi dalam LMS Schoology untuk meningkatkan perilaku hidup sehat siswa di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Konseling dan Pendidikan* <http://jurnal.konselingindonesia.com>
- Suriadi, H. J., Firman, F., & Ahmad, R. (2021). Analisis Problema Pembelajaran Daring Terhadap Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Edukatif. Jurnal Ilmu Pendidikan* 3(1), 165–173.
- Syam, S. (2020). *Mereduksi Kecemasan Belajar Siswa Melalui Konseling Individu*

Berbasis Cyber Counseling.9(2), 105-113.<https://doi.org/10.34005/akademika>

Winkel, W. S, & Hastuti, Bimbingan dan Konseling di Institut Pendidikan (edisi revisi,), (Jakarta: Gramedia, 2005), hlm. 76.

Wiyono.(2020).*Konseling Online untuk Membantu Kesejahteraan Psikologis Anak saat Pandemi Covid 19.*

Zed,Mestika.(2008).*Metode Penelitian Kepustakaan.* Jakarta: Yayasan Obor Indonesia .