

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Anak merupakan bagian yang terpenting dalam kelangsungan hidup manusia, karena anak merupakan generasi penerus dalam suatu keluarga. Sejak lahir anak telah diperkenalkan dengan pranata, aturan, norma dan nilai-nilai budaya yang berlaku melalui pengasuhan yang diberikan oleh orang tua kepada keluarga. Dengan demikian agar anak dapat hidup dan bertingkah laku sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku dalam masyarakat dibutuhkan suatu proses sosialisasi.

Sosialisasi pertama kali terjadi dalam lingkungan keluarga melalui pengasuhan yang diberikan oleh orang tua, keluarga memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian anak melalui interaksi dalam keluarga. Keadaan tersebut akan berbeda bagi anak-anak yang tidak memiliki keluarga secara utuh. Disorganisasi keluarga seperti perceraian kedua orang tua, krisis ekonomi keluarga dan meninggalnya salah satu atau kedua orang tua menyebabkan terputusnya interaksi sosial antara orang tua dan anak. Akibatnya, anak menjadi kurang mendapat perhatian dan pendidikan terabaik. Maka salah satu cara yang dilakukan agar tetap dalam pengasuhan adalah dengan menampung anak-anak ke dalam suatu wadah yaitu panti asuhan, guna membantu meningkatkan kesejahteraan anak dengan cara mendidik, merawat, membimbing, mengarahkan dan memberikan keterampilan-keterampilan seperti yang diberikan orang tua

dalam keluarga. Anak-anak yang mengalami emotional khususnya dalam masa kecil mereka seringkali menimbulkan resiko tinggi hidup dalam keadaan depresif dikemudian hari dan terkadang seringkali mengalami kesedihan yang mendalam akibat kehilangan objek yang dikasih pada masa kanak-kanak dan kurangnya mendapat kasih sayang di panti asuhan karena harus berbagi kasih pengasuh dengan sekian banyak anak. Karena usianya yang masih dini, seorang anak tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah emosional ini sendirian.

Panti asuhan merupakan suatu lembaga sosial yang bertanggungjawab memberi pelayanan pengganti dan pemenuhan kebutuhan fisik, mental dan sosial pada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat, dan memadai bagi perkembangan kepribadian anak asuh.

Kematian orang tua merupakan salah satu kondisi utama yang memungkinkan ditematkannya anak di panti asuhan. Pengalaman perpisahan dengan orang tua serta tingkat kematangan anak dalam memahami perpisahan dengan orang tua menjadi salah satu faktor penghambat anak dalam beradaptasi dengan penempatannya di panti asuhan.

Pemisahan anak dari lingkungan keluarganya dapat menimbulkan kesedihan akibat perubahan situasi hidup yang bersumber dari :

- a. Pengalaman kehilangan figur dekat (orang tua)
- b. Situasi baru yang tidak dikenali
- c. Tak dapat memperkirakan apa yang akan dihadapi selanjutnya
- d. Perubahan kebiasaan

Rene Spitz (dalam Hutasuhut,2012:13) melakukan penelitian terhadap perkembangan anak-anak panti asuhan dan menemukan adanya regresi secara emosi dan psikologis pada diri anak-anak yang terpisah dari pertalian hubungan dengan orang tua (khususnya ibu) pada masa awal hidupnya.

Bahkan dalam beberapa kasus traumatis akibat kehilangan *bond-relationship* antara anak dan orang tuanya menimbulkan perubahan regulasi pada *biological stress response system* pada otak anak , khususnya terjadinya perubahan struktur kimiawi otak, yang akan seringkali mengarahkan anak mengalami disfungsi fisik, emosi, tingkah laku, perkembangan dunia sosial-kognitif anak pada masa remajanya dan dewasanya kelak.

Anak panti asuhan adalah anak-anak yang mengalami penelentara oleh orang tua mereka, baik secara fisik, kesehatan sosial dan secara khusus emosi. Anak ini tumbuh dengan efek besar yang sangat mempengaruhi kehidupan yang disebabkan oleh :

a. Perasaan bersalah ( *Guilt* )

Anak-anak ini adalah anak-anak yang menjadi korban dan tidak dapat disalahkan untuk kondisi yang mereka alami. Namun anak-anak ini seringkali menyalahkan diri mereka untuk kondisi yang mereka alami. Seringkali mereka mengembangkan *false thought*, yaitu merasa diri tidak berharga, tidak pantas dikasihi, dan tumbuh dalam perasaan bersalah, bahwa karena merekalah orang tua mereka tidak menginginkan mereka dan meninggalkan mereka di panti asuhan.

b. Kesulitan untuk mempercayai orang lain ( *mistrust* )

Menurut teori perkembangan psikososial Eric Ericson, anak-anak mengembangkan *Trust* kepada orang lain, khususnya lewat *bond-relationship* dengan ibu pada masa awal kehidupan ( 1-2 tahun ). Tapi ini sangat berbanding terbalik dengan anak yang sejak kecil telah tinggal di panti asuhan, karena anak yang berada di panti asuhan harus berbagi perhatian dari pengasuh di panti asuhan, yang harus memperhatikan banyak anak sekaligus.

c. Perilaku agresi ( *aggression* ) atau menarik diri ( *withdrawal* )

Anak-anak yang ditolak ini seringkali memunculkan sikap agresif, khususnya dalam mengisi sesuatu yang kosong dalam diri mereka.

d. Anak-anak ini cenderung mengalami kesulitan dalam hubungan sosial mereka. Kebutuhan untuk dipenuhi, dikasihi, diterima, membuat mereka cenderung menuntut, terlibat konflik, dan sedikit sekali kesempatan untuk memberi.

Menurut Goleman (2000:405) remaja yang mampu mengatasi masalah-masalah emosional, maka ia mampu mengarahkan emosinya secara positif, maka remaja akan mampu mengendalikan dorongan hati, bertanggung jawab dan menaruh perhatian terhadap perannya.

Menurut Daniel Goleman (2002 : 411) emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana

hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis. **Emosi** berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, karena emosi dapat merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan, tapi juga dapat mengganggu perilaku intensional manusia.

Akar kata emosi adalah *movere*, kata kerja bahasa Latin yang berarti “menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “e-“ untuk memberi arti “bergerak menjauh”, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Goleman (1999:7) menyatakan bahwa “semua emosi, pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi”. Menurut William James (dalam Daulay, 2012:31), menjelaskan emosi adalah “kecenderungan untuk memiliki perasaan yang khas bila berhadapan dengan objek tertentu dalam lingkungan”. Sedangkan Crow & Crow (dalam Daulay, 2012:31), mengartikan emosi sebagai “suatu keadaan yang bergejolak pada individu yang berfungsi sebagai *inner adjustman* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu”.

Beberapa pendapat para ahli tentang emosi, dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan yang sangat mendalam, kuat, bersifat subjektif, dan keadaan emosi akan memungkinkan gejolak jasmaniah. Timbulnya emosi lebih disebabkan dari rangsangan luar diri atau eksternal. Perubahan yang ada pada organisme merupakan perubahan yang disadari.

Teori yang ditemukan diatas pun kita temui di dalam pelayanan kepada anak-anak panti asuhan . Banyak diantara mereka tidak pernah bertemu dengan orang tua

kandung mereka. Di dalam hati mereka yang terdalam ada luka yang begitu besar karena ketidakhadiran orang tua mereka. Anak-anak itu tetap memiliki pengasuh di panti asuhan, mereka masih dapat tertawa, bertumbuh seperti layaknya anak-anak pada umumnya. Namun sampai pada titik tertentu, kerinduan hati mereka untuk bertemu dan menerima kasih sayang orang tua mereka sepertinya tidak tertahankan lagi. Kerinduan yang “mungkin” tidak pernah terealisasi membuat mereka frustrasi, marah, tertekan, dan mulai mencari pihak yang dapat disalahkan. Dan ironisnya, mereka sering sekali menyalahkan diri mereka sendiri, mereka merasa tidak layak dikasihi, mereka tidak berharga sehingga dibuang oleh orang tua mereka. Emosi yang penuh luka menjadikan mereka justru semakin terluka.

Didalam pelayanan untuk mereka pun kita akan menemukan bahwa kehadiran pengasuh dalam hidup anak-anak panti ini sedikit banyak meredam kebutuhan menggebu-gebu anak-anak ini terhadap kasih orang tua mereka. Namun, ketika anak menginjak usia lebih besar dan masuk ke dunia remaja, mereka benar-benar diperhadapkan pada realita yang menyakitkan bahwa mereka tidak memiliki orang tua. Kehadiran pengasuh, yang dapat berganti-ganti setiap waktu atau bahkan pengunjung panti asuhan yang datang dan pergi setiap hari, seringkali membuat mereka tidak memiliki kesempatan untuk membangun *bond-relationship* dengan orang dewasa.

Bila demikian, bagaimana mereka mengembangkan kepercayaan pada diri dan orang lain? Bila fase yang paling dasar dari anak saja yang tidak berlangsung dengan baik, maka fase-fase perkembangan berikutnya akan ikut terhambat, sehingga anak tidak berkembang sebagaimana mestinya.

Berkaitan dengan memberi bantuan kepada anak panti asuhan dalam rangka upaya mengembangkan kepercayaan pada diri dan orang lain . Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah konseling individual dengan menggunakan teknik *Rational emotive*. Konseling Individual dengan teknik ini adalah konseling yang memberikan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir irasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan- kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan mengatakan, mencintain, bergabung dengan orang lain, serta tumbuh dan mengaktualkan diri. Manusiapun kecenderungan untuk terpaku pada pola-pola tingkah laku lama yang disfungsi dan mencari berbagai cara untuk terlibat dalam sabotase diri.

RET dikembangkan oleh seorang eksistensialis Albert Ellis pada tahun 1962. Sebagaimana diketahui aliran ini dilatarbelakangi oleh filsafat eksistensialisme yang berusaha memahami manusia sebagaimana adanya. Manusia adalah subjek yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek -objek yang dihadapinya. Manusia adalah makhluk dan merupakan individu yang berarti manusia bebas, berpikir, bernafsu dan berkehendak.

RET juga berpandangan bahwa peristiwa dan pengalaman individu menyebabkan terjadinya gangguan emosional. Menurut Albert Ellis bukankah pengalaman atau peristiwa eksternal yang menimbulkan emosional, akan tetapi tergantung kepada pengertian yang diberikan terhadap peristiwa atau pengalaman itu. Gangguan emosional terjadi disebabkan pikiran –pikiran seseorang yang bersifat irrasional terhadap peristiwa dan pengalaman yang dialaminya.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari pengasuh, perilaku anak-anak yang mengalami emotional kesedihan yang mendalam akibat ditinggalkan objek yang sangat dicintainya pada masa kanak-kanak. Karena usianya yang masih dini, seorang anak tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah emosional ini sendirian. Hal ini membuat anak tidak mampu berbuat apa-apa dan seringkali jatuh dalam perasaan depresi yang dalam (meski dalam bentuk yang berbeda dari depresi orang dewasa).

Keadaan kehilangan di masa kecil ini sering mengakibatkan kemarahan yang besar terhadap objek yang meninggalkan, namun lebih sering kemarahan itu diarahkan kepada dirinya sendiri. Kemarahan ini seringkali merupakan kemarahan yang tersembunyi, sebab anak-anak tidak mengerti bagaimana cara menyalurkan kemarahan ini. Dapatkah kita bayangkan apa yang terjadi dengan anak yang memendam kemarahan, ketakutan dan kecemasan itu didalam dirinya? Seperti pada bahasan sebelumnya, anak-anak seringkali menunjukkan rasa kehilangan, ketakutan dan kemarahan itu dalam bentuk tindakan-tindakan *negatif*, yang bahkan tidak disadarinya. Hal ini tentu saja memperburuk keadaan anak-anak ini, dan akhirnya anak semakin jatuh kedalam jurang depresi yang berat ini. Anak-anak yang mengalami *emotional Kesedihan* cenderung mengalami depresi dalam pengalaman-pengalaman hidup selanjutnya. Hal ini masih terlihat pada tempat dilakukannya penelitian yaitu Panti Asuhan Bani Adam as Mabar Pasar V.

Berdasarkan fenomena diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pemberian Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan Konseling Rational Emotive Terhadap Emotional Kesedihan Remaja di Panti Asuhan Bani Adam Mabar Pasar II”**



## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah yang berhubungan dengan Emotional Kesedihan Remaja Di Panti Asuhan, antara lain:

1. Remaja memiliki perasaan bersalah dengan menyalahkan diri mereka untuk kondisi yang mereka alami.
2. Remaja mengalami kesulitan untuk mempercayai orang lain.
3. Remaja berperilaku agresi atau menarik diri dengan cara melawan
4. Remaja ini juga cenderung mengalami kesulitan dalam hubungan sosial mereka.
5. Peranan bimbingan dan konseling sangat diperlukan dalam memberikan bantuan dalam mengentaskan masalah perkembangan emosi Remaja .

## 1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang ada, maka penulis perlu melakukan batasan masalah agar penelitian yang dilakukan lebih terarah. Pembatasan masalah dalam penelitian dititik beratkan pada “Penggunaan *teknik konseling rational emotive* terhadap *emotional Kesedihan*”. Anak yang dijadikan subjek penelitian dibatasi hanya pada anak yang duduk di bangku SMA kelas X.

## 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah yang telah dipaparkan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah layanan konseling

individual dengan menggunakan *teknik konseling rational emotive* berpengaruh pada emotional Kesedihan anak dipanti asuhan?"

### 1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan umum diadakannya penelitian adalah mengetahui efektifitas layanan konseling individual menggunakan *teori Rasional Emotif* terhadap emosi Kesedihan remaja. Tujuan khusus diadakannya penelitian *teknik konseling rational emotive* terhadap *emotional Kesedihan* Remaja di panti asuhan Bani Adam as Pasar V Mabar adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh layanan konseling individual Tersebut terhadap *emotional Kesedihan* Remaja di panti asuhan Bani Adam as Pasar V Mabar
2. Untuk mengetahui emosi kesedihan remaja di panti asuhan Bani Adam as Pasar V Mabar
3. Untuk mengetahui gambaran empiris mengenai *emotional Kesedihan* Remaja di panti asuhan Bani Adam Pasar II Mabar

### 1.6. Kegunaan Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini, antara lain :

1. Bagi Panti Asuhan

Memberikan kontribusi dalam pengentasan masalah yang ada di panti asuhan tersebut.

2. Bagi Anak

Tersedianya layanan bimbingan dan konseling yang efektif untuk memanimalisirkan kesedihan pada Remaja yang mengalami *emotional Kesedihan*

### 3. Peneliti

Penelitian ini untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan dalam menyelesaikan studi, mendapatkan pengetahuan dan pengalaman.

### 4. Bagi Mahasiswa BK/PPB UNIMED

Sebagai bahan untuk menambah dan mengembangkan serta memperluas lagi pembendaharaan wawasan berfikir dan memperkaya ilmu pengetahuan.

