

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap anak remaja pada dasarnya mengharapkan kehidupan yang berjalan dengan baik. Selain kehidupan yang baik setiap anak remaja mengharapkan keluarga yang lengkap dan harmonis, dan keluarga yang lengkap itu terdiri dari ibu, ayah, anak, dan saudara. Tetapi kenyataannya tidak semua orang memiliki keluarga yang lengkap. Banyak sekali orang di dunia ini yang kehilangan orang tua atau keluarga terkasihnya, tentunya itu memberikan dampak yang sangat buruk bagi psikologisnya, kehilangan seseorang yang sangat dicintai merupakan peristiwa yang sangat tidak diinginkan oleh siapapun. dalam kehidupan banyak sekali hal-hal atau kondisi yang tidak bisa dikendalikan oleh individu sebagai manusia biasa. Terutama ketika orang yang kita cintai pergi dan menghilang, baik itu pergi karena keputusannya ataupun pergi karena takdirnya.

Kehilangan adalah sesuatu yang sebelumnya ada kemudian menjadi tidak ada, kehilangan adalah sebuah perasaan pada diri individu yang diakibatkan dari peristiwa menjadi tidak adanya

suatu hal baik orang atau apapun yang sebelumnya ada. Peristiwa tersebut bisa berupa kematian, perceraian, kecelakaan, bencana alam, PHK, dan lain lain. Kehilangan akibat kematian merupakan kehilangan yang paling berat dan sulit diterima. kehilangan dapat datang dalam kehidupan dengan berbagai bentuknya seperti perceraian, kehilangan pekerjaan, matinya binatang peliharaan, tetapi tidak ada kehilangan yang lebih besar selain kematian seseorang yang dicintai dan disayangi seperti orang tua<sup>1</sup>. Dalam setiap perjalanan hidup akan selalu ada pertemuan dan perpisahan, baik itu dikarenakan sebuah takdir ataupun keputusan orang itu sendiri untuk meninggalkan.

Dalam Islam, kita mengenal dua jenis takdir. Pertama, takdir *muallaq* yakni takdir yang masih dapat diubah dengan cara berikhtiar atau berusaha dan tentu saja dengan berdoa. Kedua, takdir *mubram* yang berarti takdir yang telah Allah SWT tetapkan dan tidak dapat diganggu gugat oleh siapa pun.

Kematian atau kehilangan orang tua merupakan ketakutan terbesar bagi setiap remaja, karena tidak semua anak remaja bisa menerima arti dari kehilangan, dan banyak sekali dampak psikologis

---

<sup>1</sup> Ni Desak Made Santi Diwyarthi, dkk, *Psikologi Umum*, (Global Eksekutif Teknologi : 2022), hal,23

yang terjadi akibat rasa kehilangan, rasa sedih yang wajar ketika anak remaja kehilangan seseorang yang dicintai lalu diekspresikan melalui tangisan yang tidak berlarut larut. Namun sebaliknya jika kesedihan berlanjut bisa jadi itu adalah tanda prolog gangguan kesedihan, yaitu, gangguan kesedihan yang berkepanjangan yang mengacu pada sindrom yang terdiri dari serangkaian gejala yang berbeda setelah kematian orang yang dicintainya, biasanya kesedihan menyebabkan seseorang, selalu mengingat orang yang dicintainya sampai-sampai menderita hingga masuk kepada aspek kehidupannya, dan dapat mempengaruhi keadaan secara fisik, mental, dan social, karena bisa menyebabkan depresi. Faktor ini bisa mempengaruhi kehidupannya yang semakin buruk, apa lagi pada masa remaja merupakan masa pubertas seorang anak yang mulai tumbuh ke arah kematangan, dalam perkembangannya, pada masa remaja peran orang tua sangatlah dibutuhkan, dalam proses perkembangannya, di fase ini remaja telah meninggalkan usia kanak-kanak yang ketergantungan, namun ia belum cukup mampu bertanggung jawab penuh terhadap dirinya maupun masyarakat. Pada kondisi ini anak remaja mudah sekali terkena depresi saat menghadapi tantangan kehidupan yang mungkin

sebelumnya tidak pernah ia temukan dalam kehidupannya.

Namun banyak orang tidak percaya itu, bahwa kebahagiaan juga ditemukan di dalam bentuk yang buruk. Jika permintaan tidak memungkinkan terpenuhi, makaseseorang merasa tidak berarti dan kurangnya percaya diri.

Menurut Riskesdas 2018 Kemenkes RI menyebutkan bahwa 9 juta penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, 12 juta penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami depresi. Sedangkan, menurut sistem registrasi sampel Balitbangkes 2016 menyatakan bahwa 1.800 orang bunuh diri per tahun, setiap hari 5 orang melakukan bunuh diri, 47,7% korban bunuh diri pada usia 10-39 tahun (usia anak remaja dan usia produktif). Menurut Dr. Fransiska Kaligis SpKJ, divisi psikiatri anak dan remaja FK-UI pada penelitiannya di Mei 2020 terdapat 393 responden (16-24 tahun) seluruh Indonesia untuk mengetahui permasalahan yang sering dialami oleh remaja pada usia transisi dan bagaimana cara mengatasi permasalahan dan kemana biasanya mereka mencari bantuan. Hasil penelitian ini menjelaskan 95,4% pernah mengalami kecemasan (*Anxiety*), 88% pernah mengalami depresi dan 96,4% kurang paham cara

mengatasi stress. Bahkan tidak banyak dari kelompok usia transisi yang mengakses layanan kesehatan jiwa, kurangnya layanan kesehatan mental di Indonesia jadi tantangan tersendiri tercatat 0,29 psikiater dan 0,18 psikolog per 100.000 penduduk di Indonesia. Para responden berharap 99,2% layanan bantuan kesehatan mental yang menjamin kerahasiaan, 98,5% responden meminta layanan tersebut tidak menghakimi dan 84,5% layanan dapat diakses secara daring.<sup>2</sup>

Keinginan untuk hidup yang bermakna adalah motivasi yang paling penting dalam hidup ini. Orang bebas bertindak untuk menemukan makna hidup, yaitu melalui karya-karya itu dibuat, dipesan dan penderitaan yang tak terelakkan. orang bertemu dan kembali fokus pada makna, tujuan dan tugas dalam hidupnya. Hidup tidak selalu menawarkan kesenangan dan ketenangan, tetapi selalu gabungkan sesuatu seperti itu harus hidup. Tujuan hidup tidak mungkin tercapai keseimbangan tanpa ketegangan, tetapi seringkali bagus ketegangan antara apa yang kita jalani sekarang dan apa yang akan terjadi di masa depan.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Usia 16-24 Tahun Kritis Gangguan Mental” <http://www.cnnindonesia.com/>, diakses pada 18 April 2023, pukul 16.56.

<sup>3</sup> H.D. Bastaman. *Logoterapi : Psikologi...*, h. 16.

Frankl menuliskan semua pengalamannya selama di kamp-kamp Nazi, itu di dalam sebuah buku yang berjudul “From Death Camp to Existensialism” kemudian dirubah menjadi “Man’s Search for Meaning”. Frankl juga menuliskan banyak buku- buku dan penulisannya tentang makna hidup, yang ternyata banyak tanggapan baik dari kalangan ilmuan. Teori dan pandangan Frankl seputar makna hidup itu dikenal dengan nama Logoterapi. Kata logo berasal dari kata Yunani logos yang berarti "makna". Logoterapi, umumnya dikenal sebagai “Aliran Psikoterapi ketiga dari Wina”, terkonsentrasi makna hidup dan upaya orang untuk menemukan makna hidup. Logoterapi percaya bahwa perjuangan akan menemukan makna hidup adalah motivator terpenting.<sup>4</sup>

Jika teknik “*Logo Terapi*” dalam eksistensial humanistik di atas dikaji menurut konseling Islam, maka dapat banyak konsep yang perlu ditinjau untuk memberi pemahaman yang baik kepada orang yang terkena depresi. Oleh karena itu, penelitian ini mengkaji masalah pendekatan teknik logoterapi dalam mengurangi depresi karena ditinggal orang tua.

---

<sup>4</sup> H.D. Bastaman. *Logoterapi : Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. (Jakarta: Pt.Grafindo Persada. 2007), h.. 5

Depresi adalah kata yang memiliki banyak nuansa arti, sebagian besar diantara kita pernah merasa sedih atau jengkel, menjalani kehidupan yang penuh banyak masalah, merasa kecewa, kehilangan dan fustasi, yang dengan mudah menimbulkan ketidakbahagiaan dan keputusasaan. Namun secara umum perasaan tersebut cukup normal dan reaksi sehat yang berlangsung cukup singkat dan mudah dihalau.

Kadang-kadang kita mersa putus asa tanpa alasan yang cukup jelas, atau memiliki susasana hati yang tidak seimbang dengan keadaan lingkungan, serta apa saja yang kita lakukan tidak dapat membuang perasaan itu.

Depresi biasanya timbul saat sters yang dialami oleh seseorang yang tidak kunjung reda, dan depresi yang dialami berkolerasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang, seperti kematian seseorang yang sangat dicintai atau kehilangan sesuatu yang sangat dibanggakan.

Dengan demikian teknik logoterapi cocok untuk membantu mengatasi masalah depresi akibat kehilangan orang tua. Penelitian ini dilakukan di Desa. Kalanganyar, Kec. Labuan, Kab. Pandeglang, Provinsi Banten.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut bagaimana perananan metode logo terapi dalam membantu mengurangi depresi akibat di tinggalkan orang tua. Maka dari itu, penulis berhasil merumuskan judul penelitian, **“Penerapan Logo Terapi Untuk Mengurangi Depresi Pada Remaja Akibat Kehilangan Kedua Orang Tua (Studi di Desa Kalang Anyar Kec Labuan Kab Pandeglang Prov Banten).**

## **B. Rumusan Masalah**

Seperti pembahasan diatas penulis ingin mengkaji bagaimana pendekatan logoterapi untuk mengurangi depresi akibat kehilangan orang tua yang dilakukan di Ds Kalanganyar Kec Labuan Kab Pandeglang Prov Banten. Dari pembahasan di atas dapat dijabarkan menjadi beberapa pokok pertanyaan penelitian, sebagai berikut :

1. Bagaimana kondisi psikologis anak remaja yang mengalami depresi akibatkehilangan kedua orang tua ?
2. Bagaimana penerapan konseling logoterapi untuk mengurangi depresi pada remaja yang kehilangan kedua orang tua?
3. Bagaimana hasil konseling logoterapi dalam mengurangi



depresi akibat kehilangankrdua orang tua ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini mengenai pendekatan konsep logoterapi untuk mengurangi depresi akibat kehilangan kedua orang tua di Desa Kalang Anyar Kec. Labuan Kab. Pandeglang Prov Banten adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi psikologis remaja yang mengalami depresi akibatkehilangan kedua orang tua
2. Untuk mengetahui penerapan konseling logoterapi terhadap remaja yang mengalami depresi akibat kehilangan kedua orang tua
3. Untuk mengetahui hasil konseling logoterapi terhadap remaja yang mengalami depresi akibat kehilangan kedua orang tua

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian dapat dibedakan menjadi dua bagian, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu konseling pada

Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Dan itu diharapkan untuk memperkaya teori yang berkaitan dengan pendekatan Logoterapi sebagai solusi untuk mengatasi depresi akibat kehilangan kedua orang tua.

## 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran luas, mendalam, dan spesifik bagi praktisi terkait pendekatan logoterapi dalam mengatasi depresi akibat kehilangan kedua orang tua.

## **E. Definisi Operasional**

### **1. Logoterapi**

Konseling logoterapi berorientasi pada masa depan (*future oriented*) dan berorientasi pada makna hidup (*meaning oriented*) sebagai penetapan tujuan hidupnya. relasi yang bangun antara konselor dan klien adalah andcounter, yaitu hubungan anatar pribadi yang ditandai oleh keakraban dan keterbukaan, serta sikap dan kesediaan untuk saling menghargai, memahami, dan menerima sepenuhnya satu sama

lain.

Konseling logoterapi bertujuan untuk membangkitkan kemauan untuk bermakna dalam diri klien sehingga konseling logoterapi dapat membantu klien dalam menetapkan tujuan hidupnya. dengan logoterapi klien yang menghadapi kesulitan menakutkan atau perada dalam kondisi yang tidak memungkinkannya berkfitas dan berkeaktivitas dibantu untuk menemukan makna hidupnya dengan cara bagaimana ia menghadapi kondisi tersebut dan bagaimana ia mengatasi penderitaannya. Klien dibantu untuk menggunakan ketidaknyamanannya dan penderitaannya sehari-hari sebagai alat untuk menemukan tujuan hidupnya. kenyataan kita saat ini meyakinkan banyak orang untuk melihat penderitaan sebagai ‘takdir’ yang tidak dapat dicegah dan dielakan akan tetapi logoterapi mengajarkan kepada klien untuk melihat nilai positif dari penderitaan dan memberikan kesempatan untuk merasa bersyukur terhadap penderitaan dan masalah yang sedang dialami oleh klien.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Nurani Jayanti, “Konseling Logoterapi Dalam Penetapan Tujuan Hidup Remaja Broken Home”, dalam Jurnal Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal), Vol. 6. No.1, 2019, h. 79-80.

## 2. Depresi

Depresi adalah gangguan mental yang umumnya ditandai dengan perasaan depresi kehilangan minat atau kesenangan, penurunan energi, perasaan bersalah, rendah diri, sulit tidur atau nafsu makan berkurang perasaan kelelahan dan kurang konsentrasi. Kondisi tersebut bisa menjadi kronis dan berulang, dan secara substansial dapat mengganggu kemampuan individu dalam menjalankan tanggung jawab sehari-hari, di tingkat yang paling parah, depresi dapat menyebabkan bunuh diri.<sup>6</sup>

Depresi merupakan gangguan emosional atau suasana hati yang buruk yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti. Sehingga seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) tersebut dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari maupun pada hubungan interpersonal.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Sri Endriyani, dkk. "Gangguan Emosional dan Depresi Pada Remaja", dalam *Jurnal HealthcareNursing Journal*, Vol. 4 No. 2, 2022, h. 430.

<sup>7</sup> Aries Dirgayunita, "Depresi: Ciri, Penyebab dan Penanganannya", dalam *Journal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi*, Vol. 1, No. 1, 2016, h. 4.

Namun dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan pada responden yang mengalami depresi ringan atau sedang, depresi ringan biasanya muncul karena adanya tekanan hidup. Depresi jenis ini lebih mudah untuk ditangani karena levelnya yang masih ringan. Bisa dilakukan dengan memberikan dorongan semangat, motivasi, kegiatan yang menyenangkan, memberikan simpati dan perhatian oleh orang terdekat. Sedangkan depresi sedang biasanya penderita akan mengalami kesulitan yang nyata dalam melakukan aktivitas pekerjaan, hubungan sosial dan juga hubungan rumah tangga. Minat dalam melakukan kegiatan mulai hilang, hal ini menyebabkan kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Serta merasakan mood yang tidak beraturan dan tak terkendali.