

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Betapa besar peranan orang tua dalam menciptakan kesejahteraan umum melalui tutorial serta pembelajaran anaknya secara bertanggung jawab. Namun, bagaimana dengan mereka yang sudah tidak mempunyai kedua orang tua serta hanya tinggal di suatu yayasan/panti asuhan saja.

Biasanya anak panti merupakan anak yang kurang menemukan kasih sayang dari kedua orang tua. Panti asuhan/yayasan ialah tempat atupun rumah untuk memelihara anak yatim, yatim piatu dan sebagainya.

Panti asuhan merupakan suatu lembaga yang sangat dikenal di kalangan masyarakat untuk membentuk perkembangan anak yang tidak memiliki keluarga atau yang tidak tinggal bersama keluarga, seperti dalam KBBI panti asuhan sebagai tempat untuk merawat anak yatim piatu.

Adanya panti asuhan bertujuan untuk memberikan pelayanan kepada anak yang tidak memiliki keluarga atau tidak tinggal bersama keluarga dengan cara membantu serta membimbing anak-anak ke arah yang wajar sehingga anak tersebut memiliki keterampilan untuk menata masa depannya

nanti, memiliki akhlak yang baik dan mampu bertanggung jawab atas dirinya sendiri dan orang lain nantinya.¹

Setiap dari kita pun mempunyai tingkat emosional yang berbeda, apalagi usia anak remaja awal. Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan”, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar.

Masa remaja adalah masa peralihan perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhirnya masa remaja pada usia belasan tahun bahkan usia dua puluhan tahun.²

Remaja tidak lagi menyampaikan amarahnya menggunakan cara gerakan amarah yang meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak ingin berdialog, atau menggunakan suara keras mengeritik orang yang mengakibatkan amarah. Untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus belajar memperoleh citra mengenai situasi-situasi yang biasa mengakibatkan reaksi emosional. Jika remaja ingin mencapai kematangan emosi, ia juga harus belajar menggunakan *katarsis emosi* untuk menyalurkan emosinya.³

¹ Nur Qomarina, *Peranan Panti Asuhan Dalam Melaksanakan Fungsi Pengganti Keluarga Anak Asuh Di UPTD Panti Social Asuhan Anak Harapan Kota Samarinda*. *Ejoernal Administrasi Negara*, Vol 5, No 3 (2017). H, 5-6

² Khamim Zarkasih Putro, *Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*, *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, Vol 17, No 1 (2017), H, 1.

³ Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga 1980, Edisi Kelima), H, 212-213.

Emosi menurut para psikolog sebenarnya merupakan suatu keadaan psikologis yang sanggup mengaktifkan dan mengarahkan perilaku. Emosi dapat disebabkan oleh berbagai macam rangsangan. Maka dari itu, ada banyak jenis emosi yang sesuai dengan macam rangsangannya, dan biasanya itu dikategorikan berdasarkan sifat positif atau negatif. Marah, sedih, kecewa, malu, takut, jijik, ataupun rasa bersalah, termasuk dalam kelompok emosi negatif. Sedangkan bahagia, takjub, dan cinta merupakan contoh emosi positif. Meskipun demikian, kategori emosi positif dan negatif itu tidak berlaku sebagai sesuatu yang hitam putih.

Patut kita ketahui, emosi mewarnai hidup kita. Karena emosilah, hidup ini menjadi seru, emosipun mampu menyelamatkan diri kita dari bahaya fisik dan psikis dan mampu mendorong kita untuk berkembang dan berprestasi.⁴

Yatim piatu usia remaja berarti remaja yang sudah tidak memiliki kedua orang tua atau bahkan telah ditinggalkan ibunya, ayahnya atau kedua orang tuanya. Sehingga muncullah emosi-emosi pada remaja tersebut apalagi mulai dari keadaan yang berubah seperti kesepian atau bahkan semua kebutuhan yang seharusnya didampingi oleh orang tua semuanya terbalik sudah.

⁴ Laila Ningtyas, Edward Theodorus, *BEBASKAN EKSPRESIMU! Cara Cerdas Mengelola Emosi Bagi Remaja*, (Yogyakarta: ANDI Yogyakarta 2008), H, 2-4.

Dari beberapa banyak teknik di psikoterapi, penulis mengambil Teknik Terapi Gestalt yang akan digunakan pada masalah ini. Terapi Gestalt adalah bentuk terapi eksistensial yang berpijak pada premis bahwa individu-individu harus menemukan jalan hidupnya sendiri dan menerima tanggung jawab pribadi jika mereka berharap mencapai kematangan. Pandangan Gestalt tentang manusia berakar pada filsafat eksistensial fenomenologi yang menekankan konsep perluasan kesadaran, penerimaan tanggung jawab pribadi, dan kesatuan pribadi.⁵

Sehubungan dengan latar belakang di atas, penulis terinspirasi untuk melakukan penelitian yang kemudian akan mengangkatnya dalam bentuk skripsi. Yang berjudul **“TERAPI GESTALT DALAM MENGURANGI TEKANAN EMOSIONAL PADA YATIM PIATU USIA REMAJA DI YAYASAN JAUHARATUSSALAM CIPOCOK”**

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan terdapat rumusan masalah yang akan menjadi fokus penelitian adalah:

1. Bagaimana keadaan emosional pada yatim piatu usia remaja?

⁵ Gerald Corey, *Teori Dan Praktek KONSELING & PSIKOTERAPI*, (Bandung: PT Refika Aditama 2013, Cetakan Ketujuh), H, 117-118.

2. Bagaimana proses penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional yatim piatu usia remaja?
3. Bagaimana hasil penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional yatim piatu usia remaja?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitiannya adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui keadaan emosional pada yatim piatu usia remaja.
2. Untuk mengetahui proses penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional yatim piatu usia remaja
3. Untuk mengetahui hasil penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional yatim piatu usia remaja

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan penulis skripsi ini antara lain adalah :

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi keilmuan pada jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, terutama yang berkaitan dengan mengurangi tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja.

2. Secara Praktis

- a. Penerapan ini diharapkan berguna untuk menambah ilmu pengetahuan serta pemahaman penulis dibidang Terapi Gestalt dalam konseling untuk mengatasi permasalahan tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja.
- b. Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan manfaat, mampu menambah wawasan dan pengalaman penerapan terapi gestalt, dan dapat memberikan informasi bahwa emosional di usia remaja sering mengalami naik dan turun apalagi usia remaja yang sudah kehilangan kedua orang tua.

E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Adapun penelitian-penelitian terdahulu yang bisa dijadikan sebagai patokan atau perbandingan bagi penulis yaitu:

1. Skripsi yang ditulis oleh Eva Mutmainah dengan judul tulisan “Terapi Realitas Pada Remaja Yatim Piatu (Studi Kasus Di Kecamatan Pontang)” yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Uin Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun 2018 M/1439 H. Skripsi ini membahas tentang seorang yatim piatu usia remaja yang sudah ditinggalkan oleh kedua

orang tuanya dan diasuh oleh kakek dan neneknya, semasa orang tuanya masih ada ia tidak pernah mempersiapkan untuk bertanggungjawab atas dirinya sendiri. Kemudian diadakannya konseling menggunakan Terapi Realitas agar narasumber tersebut bisa lebih mandiri dan bertanggung jawab atas dirinya sendiri.

Persamaan dengan skripsi peneliti ialah dalam hal pemilihan subjek penelitian yakni yatim piatu usia remaja. Adapun perbedaannya adalah dalam hal pendekatan yang diterapkan dalam penelitian, jika pendekatan yang diterapkan peneliti yaitu Terapi Gestalt sedangkan pendekatan yang diterapkan oleh Eva Mutmainah yaitu Terapi Realitas, kemudian juga dalam segi objek penelitian bagi peneliti dilakukan di yayasan jauharatussalam cipocok serang.⁶

2. Skripsi yang ditulis oleh Iqbal Dian Irsyadul Ibad dengan judul tulisan “Terapi Gestalt Untuk Mengatasi Psikologis Siswa Dari Keluarga *Broken Home* Studi Kasus Di SMPN 3 Kota Serang)” yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Uin Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun 2020 M/1441 H, pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam

⁶ Eva Mutmainah, “*Terapi Realitas Pada Remaja Yatim Piatu (Studi Kasus Di Kecamatan Pontang)*”, (Skripsi, Fakultas Dakwah, UIN “SMH” Banten, 2018)

Fakultas Dakwah Uin Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Skripsi ini membahas tentang seorang anak *broken home* yang merasa kurang perhatian dari kedua orang tuanya, dan terbentuk perilaku sosialnya seperti suka jalan-jalan di kelas atau sebentar-sebentar minta izin untuk ke kamar kecil, tidak open dalam pelajaran, tidak sopan dengan guru, tidak mengerjakan tugas, berpenampilan aneh seperti rambut jabrik atau mengecat rambut, dan tidak pernah mentaati peraturan sekolah, bahkan ada juga anak yang awalnya ceria malah berubah menjadi pemurung. Kemudian beliau menerapkan pendekatan Terapi Gestalt untuk mengatasi psikologis siswa dari keluarga *broken home*.

Persamaan dengan skripsi diatas ialah dalam penggunaan pendekatan yang diterapkan kepada narasumber yakni menggunakan Terapi Gestalt dan menggunakan metode penelitian kualitatif. Adapun perbedaannya dalam pemilihan subjek untuk diterapkan terapi dan juga lokasi penelitian yang peneliti pilih.⁷

3. Jurnal yang ditulis oleh Hasyim Hasanah dengan judul tulisan "Peran Bimbingan Konseling Islam Dalam Menurunkan Tekanan Emosi Remaja" salah satu mahasiswa UIN Walisongo Semarang. Jurnal ini

⁷ Iqbal Dian Irsyadul Ibad, "*Terapi Gestalt Untuk Mengatasi Psikologis Siswa Dari Keluarga Broken Home Studi Kasus Di SMPN 3 Kota Serang*", (Skripsi, Fakultas Dakwah, UIN "SMH" Banten, 2020).

membahas tentang strategi dalam mengurangi tekanan emosional pada remaja dan memberikan kontribusi bagi pencapaian kualitas hidup yang lebih baik dengan cara bimbingan konseling islam, guna meningkatkan kesadaran pengetahuan dan pengalaman. Persamaan dengan jurnal diatas ialah dalam hal pemilihan subjek yang tertuju untuk mengurangi tekanan emosional pada usia remaja.⁸

F. Kerangka Teori

Untuk penelitian ini penulis menggunakan pendekatan terapi Gestalt yang dikembangkan oleh Fredrick S. Pearls (1894-1970).Dimana sasaran utamanya adalah kesadaran.Dengan kesadaran, konseli mampu untuk menerima keadaan bahwa realitanya individu sudah dalam keadaan yatim piatu.

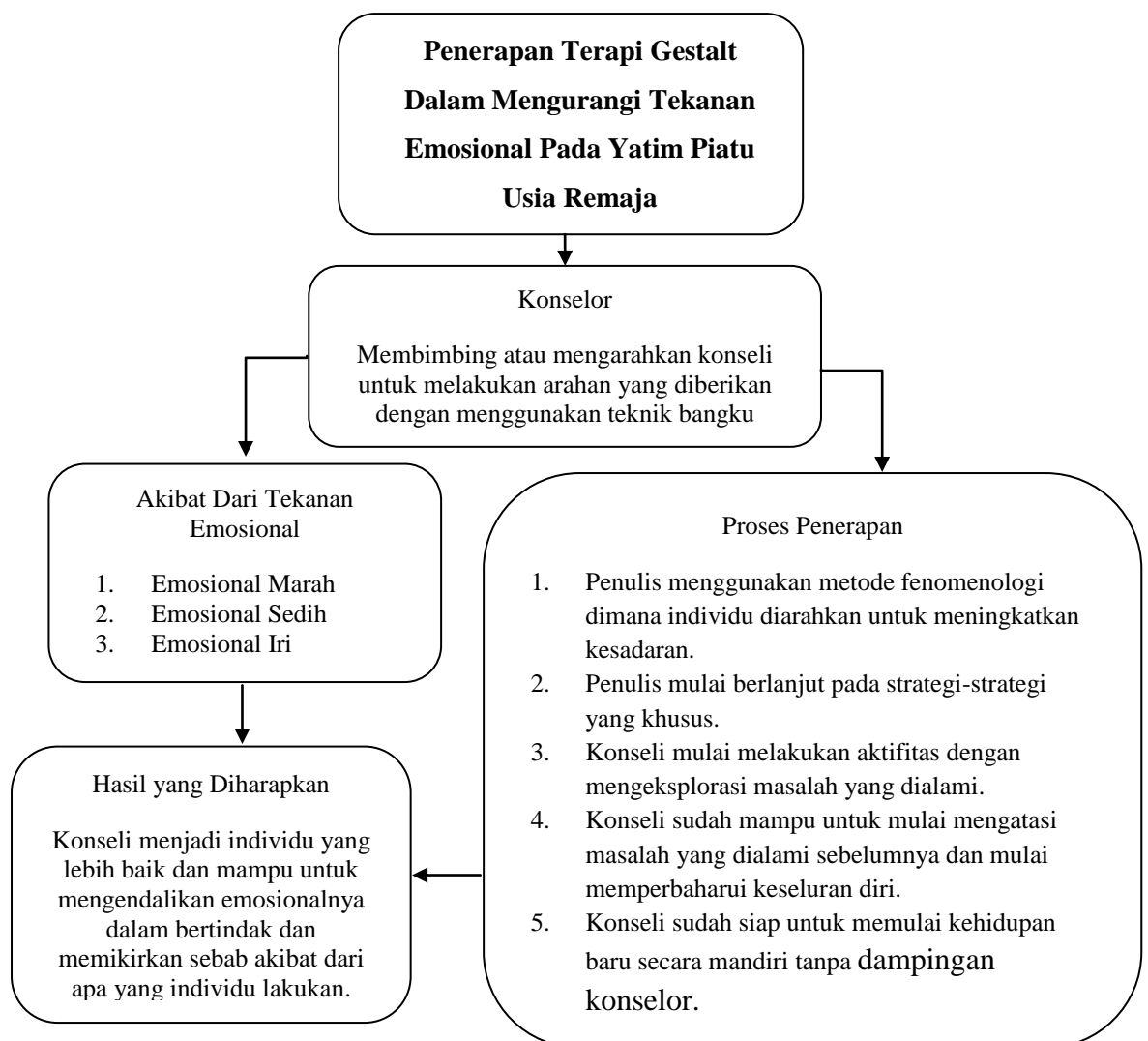
Adapun teknik yang akan digunakan oleh penulis yaitu teknik bangku kosong dimana penulis mengarahkan konseli untuk berbicara dengan bayangan orang lain yang sedang duduk di kursi depan atau samping konseli. Kemudian, konseli diminta untuk bertukar posisi untuk menjawab pertanyaan tadi seolah-olah sebelumnya konseli adalah orang lain.

⁸ Hasyim Hasanah, *Peran Bimbingan Konseling Islam Dalam Menurunkan Tekanan Emosi Remaja*, Jurnal Bimbingan Konseling, Vol 5, No. 1 (2014).

Penulis akan menerapkan pendekatan ini kepada individu yang sudah berstatus sebagai yatim piatu yang berusia remaja, karena pada usia remaja inilah tekanan-tekanan emosional yang belum terkontrol sehingga sulit untuk menerima keadaan.

Gambar 1.1

Kerangka teori dalam penerapan terapi gestalt dalam mengurangi tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja



G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan dipakai dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode tindakan konseling individual menggunakan terapi Gestalt, penelitian kualitatif yaitu penelitian yang tidak menggunakan perhitungan. Metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah.⁹

2. Subjek Penelitian dan Lokasi Penelitian

Adapun penelitian ini yang menjadi subjek mengenai penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja. Lokasi penelitian ini merupakan lokasi yang telah ditetapkan oleh peneliti. Penelitian ini akan dilakukan di suatu yayasan yatim piatu Jauharatussalam Kecamatan Cipocok, peneliti tertarik mengambil lokasi tersebut karena banyaknya remaja-remaja yang berstatus yatim piatu.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain. Sutrisno Hadi (1986)

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung : Alfabeta Cv), H, 14.

mengemukakan bahwa, observasi merupakan suatu proses kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis.¹⁰ Observasi ini mengambil momen yang tepat seperti berbincang dengan pengurus yayasan atau dengan responden yang akan dijadikan klien dengan mengamati perilaku dan kehidupannya, lalu dikumpulkan menjadi data penelitian

b. Wawancara

Wawancara (interview) digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.¹¹ Dalam hal ini penulis terlebih dahulu mempersiapkan maksud dan tujuan serta mempersiapkan beberapa pertanyaan yang hendak diajukan kepada klien.

c. Dokumentasi

Dalam metode dokumentasi ini, peneliti menggunakan catatan yang berkaitan dengan tema penelitian.

4. Analisis Data

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*,...H, 203.

¹¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*,...H, 194.

Analisis data dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan.¹² Adapun tujuan analisis data sebelum lapangan ini untuk mengantisipasi apakah fokus atau topik penelitian akan terus dilanjutkan atau akan diperbaiki karena berbagai pertimbangan yang esensial, sangat bermakna, dan fenomena yang mendesak untuk dicarikan solusinya.¹³

Menurut Milles dan Huberman yang dikutip oleh Albi Anggito & Johan Setiawan, beranggapan bahwa analisis terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan yaitu :

a. Reduksi data

Reduksi data merujuk pada proses pemilihan, pemfokusan, penyederhanaan, abstraksi, dan pentrasformasian “data mentah yang terjadi di lapangan. Langkah-langkah yang dilakukan dalam reduksi data, di antaranya :

1. Menajamkan analisis,
2. Mengolongkan atau mengkatagorikan kedalam tiap permasalahan melalui uraian singkat,
3. Mengarahkan,
4. Membuang yang tidak perlu, dan

¹² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*,...H, 336.

¹³ Albi Anggito Dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jawa Barat: Penerbit CV Jejak, 2018), H, 241-242

5. Mengorganisasikan data,

Sehingga dapat ditarik kesimpulan dan diverifikasi, data yang direduksi merupakan seluruh data mengenai permasalahan penelitian.¹⁴

b. Penyajian Data

Tahap berikutnya yaitu penyajian data yang dimaksud untuk menemukan pola-pola yang bermakna serta memberikan kemungkinan adanya penarikan simpulan serta memberikan tindakan.¹⁵

c. Kesimpulan dan verifikasi

Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan yang merupakan bagian dari suatu kegiatan konfigurasi yang utuh. Kegiatan analisis ketiga yang penting adalah menarik kesimpulan dan verifikasi.¹⁶

H. Sistematika Pembahasan

Dalam penulisan proposal penelitian ini dibutuhkan sistematika penulis agar terkonsep dan mudah dipahami, maka penulis menguraikan sistematika penulisan sebagai berikut :

¹⁴ Albi Anggito Dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*,...H, 243-244.

¹⁵Albi Anggito Dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*,...H, 248.

¹⁶Albi Anggito Dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*,...H, 249

Bab I Pendahuluan: Meliputi latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat/signifikan penelitian, penelitian terdahulu yang relevan, kerangka teori, metode penelitian, sistematika penulisan.

Bab I Kajian Teori: Yang membahas tentang teori remaja, yatim piatu, tekanan emosional, terapi gestalt.

Bab II Gambaran Umum Responden: Yang membahas tentang profil konseli, keadaan emosional responden dan faktor yang mempengaruhi tekanan emosional.

Bab IV Hasil Penelitian: berupa proses penerapan terapi gestlt pada tekanan emosional yatim piatu usia remaja, dan hasil terapi gestalt pada tekanan emosional yatim piatu usia remaja.

Bab V Penutup: Yaitu meliputi kesimpulan dan saran dalam penelitian ini.