**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosi yang dialami seseorang. Kecemasan adalah suatu gejala tertentu, yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi situasi tersebut berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu dan bukan kecemasan sebagai sifat yang melekat pada kepribadian. Kecemasan dapat dialami oleh setiap orang pada waktu tertentu. Kecemasan timbul dalam keadaan tegang dan khawatir untuk melakukan sesuatu yang berada di luar kemampuan seseorang.[[1]](#footnote-1)

Menurut Freud, kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman dari rasa sakit maupun dunia luar yang tidak siap ditanggulangindan berfungsi memperingatkan individu akan ada bahaya. Menurut Atrikson yang di kutip oleh Triantoro, kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan gejala seperti kekhawatiran dan perasaan takut. Segala bentuk yang mengancam kesejahteraan hidup dapat menimbulkan kecemasan, konflik merupakan salah satu sumber munculnya rasa cemas. Adanya ancaman fisik, ancaman terhadap harga diri, serta perasaan tertekan untuk melakukan sesuatu di luar kemampuan juga menumbuhkan kecemasan.[[2]](#footnote-2)

Dalam skripsi ini, penulis meneliti tentang kecemasan anak yatim yang timbul karena kehilangan orang yang paling dicintainya, yaitu ayahnya. Seseorang itu sangat normal bisa merasakan sedih atau tekanan saat pengalami musibah, kekecewaan atau ketidakadilan. Bahkan akan terkesan aneh apabila seseorang merasa gembira saat menghadapi kematian seseorang yang dikasihinya.[[3]](#footnote-3) Kematian merupakan kodrat manusia. Karna sesuai ayat Al-Quran surat Al-Imran ayat 185

Artinya: *“Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari kiamat sajalah disempurnakan pahalamu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh ia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan”* (QS. Al-Imran:185)

Setiap orang akan merasakan kematian, kita sebagai manusia tidak bisa memungkiri. Orang yang ditinggal akan merasakan kesedihan yang mendalam. Khususnya kerabat terdekat yaitu anak dan orang tuanya. Anak pasti akan terpuruk ketika ditinggal orang tuanya. Pasti merasakan kesedihan yang berkepanjangan. Dari kesedihan itu timbulah kecemasan.Anak berpikir bagaimana “saya hidup tanpa mereka” bagaimana “saya bisa menjalani hidup tanpa mereka”. Banyak tekanan yang menekan seseorang ketika ditinggal orang tuanya terlebih anak di usia remaja yang masih sangat membutuhkan kedua orang tuanya, yang masih menggantungkan hidup kepada orang tuanya. Tidak ada yang bisa dilakukan selain berdoa dan menerima takdir itu sendiri.Namun, kecemasan yang dirasakan bisa diatasi apabila anak mampu memaknai hidupnya. Karena setiap ujian akan selalu ada maknanya. Kecemasan-kecemasan yang timbul berupa ketegangan, merasa tidak tenang, mudah menangis, merasa tidak bahagia, diliputi rasa takut, serta sensitif terhadap sesuatu.

Kematian itu sendiri menyisakkan luka bagi keluarga atau kerabat yang ditinggalkan. Khususnya yang ditulis oleh penulis pada anak yatim yang ditinggal ayahnya karena kematian. Anak merupakan anugerah dan titipan dari Allah SWT. Tugas orang tua untuk menjaga, mendidik dan mengajarkan apa-apa yang belum diketahui. Jika kematian itu menimpa pada orang tua, yang menjadi korban paling terpuruk adalah si anak itu sendiri.Ia terpuruk sedih karena ditinggal orang tuanya. Karena anak remaja usia 14-17 tahun masih bergantung pada orang tua.

Anak yatim yang merupakan anak yang ditinggal ayahnya akan merasa terpuruk karena mereka tidak lagi memiliki sosok figur seorang ayah.Karena sejatinya sosok ayah merupakan tulang punggung keluarga. Mereka akan merasa sedih yang amat dalam. Kesedihan itulah yang menyebabkan anak menjadi cemas. Bagaimana mengatasi kecemasan tersebut, peneliti menggunakan pendekatan logoterapi. Pendekatan teknik agar upaya seseorang dapat menemukan makna dari setiap penderitaannya.

Dalam pandangan logoterapi, makna hidup dapat ditemukan dalam kehidupan itu sendiri. Betapapun buruknya kehidupan tersebut. Karena makna hidup tidak saja ditemukan dalam keadaan-keadaan yang menyenangkan, tetapi juga dapat ditemukan dalam penderitaan sekalipun, selama kita mampu melihat hikmah-hikmahnya. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Bila hal itu berhasil dipenuhi, maka akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia. Keinginan untuk hidup bermakna benar-benar merupakan motivasi utama bagi manusia.[[4]](#footnote-4)

Penulis melakukan penelitian di Yayasan Safinatunnajah Cinangka, Serang Banten. Yayasan itu meliputi Panti Asuhan, SMP-IT, dan SMK. Penulis melakukan wawancara kepada guru pembimbing, guru kelas dan pengurus panti di Yayasan anak yatim di Yayasan ini berjumlah 30 anak, tetapi peneliti memutuskan hanya meneliti 5 responden saja karena kelima responden tersebut mengaku menngalami kecemasan. Kecemasan yang dirasakan oleh responden mengakibatkan perkembangan dan kegiatannya terhambat. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait dengan tema **Pendekatan Logoterapi Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Anak Yatim.**

1. **Rumusan Masalah**
2. Bagaimana gambaran kecemasan pada anak yatim di Yayasan Safinatunnajah?
3. Bagaimana konseling deengan pendekatan logoterapi oleh guru pembimbing dalam mengatasi kecemasan anak yatim di Yayasan Safinatunnajah?
4. **Tujuan Penelitian**
5. Untuk mengetahui gambaran kecemasan pada anak yatim di Yayasan Safinatunnajah
6. Untuk mengetahui bagaimana konseling dengan pendekatan logoterapi yang dilakukan oleh guru pembimbing dalam mengatasi kecemasan pada anak yatim di Yayasan Safinatunnajah
7. **Manfaat Penelitian**
8. Manfaat secara teoritis bahwa penelitian ini di harapkan dapat memberikan sumbangsih yang berarti pada perkembangan ilmu konseling dan psikologi. Terutama konseling padan anak, psikologi perkembangan remaja, psikoterapi, khususnya tentang teknik logoterapi
9. Manfaat Praktis

Diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan masukan dan juga dapat memberikan pengetahuan dan gambaran-gambaran pada pihak yang terkait, khususnya dapat memberikan wawasan atau panduan kepada konselor dalam menerapkan metode pendekatan logoterapi dalam menangani kecemasan anak. Khususnya anak yang ditinggal ayahnya.

1. **Kajian Pustaka**

Kajian pustaka digunakan sebagai bahan perbandingan terhadap penelitian atau karya ilmiah yang ada. Baik mengenai kekurangan atau kelebihan yang ada sebelumnya. Telah banyak kajian-kajian yang bahasannya terkait dengan kecemasan yang menggunakan pendekatan logoterapi, di antaranya:

Skripsi yang ditulis oleh Lenah Wati Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Adab dengan judul *“Penerapan Logotherapy Untuk Mengatasi Ketidakharmonisan Berumah Tangga Dalam Pernikahan Dini”*  Dalam skripsi ini, penulis mengkaji tentang ketidakharmonisan rumah tangga dalam pernikahan dini. Seyogyanya, menikah ideal diumur 20-an tetapi, banyak orang yang menikah dini dibawah umur itu. Karena ketidaksiapan kedua pasangan atau salah satu pasangan dalam berumahtangga, akibantnya rumahtangga tidak harmonis. Pernikahan usia dini berpotensi meningkatkan ketidakharmonisan karena belum mampu untuk membina rumah tangga, belum siap dengan dunia rumah tangga. Karena belum cukup dewasa, dan kematangan berfikirpun masih kurang, maka pernikahan dini bisa mengaibatkan ketidakharmonisan dalam berumahtangga.Dan kurang berpengalaman dalam mengurus rumah tangga yang tentu berbeda dengan masalah saat berpacaran. Peneliti meggunakan metode kualitatif. Persamaannya adalah menggunakan teknik logoterapi dalam mengatasi masalahnya. Teknik logoterapi untuk memaknai hidup agar hidup selaras. Perbedaannya pada masalah yang ditulis oleh peneliti.[[5]](#footnote-5)

 Skripsi yang ditulis oleh Jazilatunnisa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas dakwah dan Adab dengan judul *“Pendekatan Behavioral Dalam Menangani Kecemasan Siswa Terhadap Guru Bimbingan Konseling”* . Dalam skripsi ini, penulis mengkaji tentang kecemasan siswa terhadap guru bimbingan konseling. Menurut penulis banyak siswa yang mengalami kecemasan. Siswa merasakan kecemasan kepada guru bimbingan konseling. Hal ini dikarenakan adanya pemikiran yang menganggap bahwa guru bimbingan dan konseling itu seram, galak diibaratkan seperti polisi sekolah. Siswa hanya tahu bahwa guru bimbingan konseling hanya mengatasi masalah siswa saja, sehingga mereka merasa cemas saat dipanggil oleh guru bimbingan konseling. Penulis menggunakan teknik behavioral untuk merubah tingkah laku siswa agar tidak usah cemas lagi terhadap guru bimbingan konseling. Peneliti memberikan konseling dengan teknik behavioral. Lalu setelah dilakukannya konseling, siswa mulai merasakan perubahan dan mulai lebih dekat dengan guru pembimbingnya. Persamaan dengan penulis adalah menangani tentang kecemasan pada anak.[[6]](#footnote-6)

Skripsi yang ditulis oleh Inas Tsuraya Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan dengan judul “*Kecemasan Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Terlambat Bicara (speech delay) Di RSUD Dr. M. Ashari Pemalang”.* Dalam skripsi ini, penulis mengkaji tentang kecemasan orang tua yangmemiliki anak terlambat bicara. Bentuk kecemasan orang tua dalam menghadapi anak terlambat bicara dapat berupa kekhawatiran atas masa depannya, biaya financial yang harus dikeluarkan, dan kerepotan lainnya merupakan beban berat yang harus dipikul oleh orang tua. Hal tersebut menimbulkan kecemasan pada orang tua. Penulis menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Kecemasan orang tua yang memiliki anak *speech delay* di RSUD De.M Ashari Pemalang tergolong dalam kategori rendah ini terjadi karena orang tua sudah bisa menerima keadaan anak yang berumur lebih dari dua tahun belum bisa bicara. Orang tua yang mengalami kecemasan dengan gejala kognitif berada pada tingkat kecemasan yang sedang dibandingkan dengan gejala fisik dan psikis yang berada pada tingkat kecemasan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua sebagian besar sudah memahami dan menerima kehadiran anak *speech delay.[[7]](#footnote-7)* Persamaan peneliti dan penulis adalah sama-sama mengkaji tentang kecemasan namun perbedaannya pada objeknya.

1. **Metode Penelitian**
2. **Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analisis. Dengan pendekatan penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan bagaimana penerapan konseling individual dalam mengatasi kecemasan pada anak yatim dengan pendekatan logoterapi.

1. **Lokasi dan Subjek Penelitian**

Penelitian dilakukan di Yayasan Safinatunnajah, Desa Kamasan Kecamatan Cinangka Serang Banten. Peneliti mengambil lokasi tersebut melakukan pengamatan kepada 5 orang anak yatim yang ditinggal ayahnya dan guru pembimbing yang berperan sebagai pengasuh di yayasan tersebut. Penelitan dimulai dari bulan Agustus 2017- Oktober 2017 Subjek penelitian ini meliputi 5 orang anak yatim yang ditinggal ayahnya.

1. **Instrumen dan Alat Bantu**

Dalam penelitian kualitatif, yang menjadi instrument penelitian adalah penelitinya sendiri. Seperti yang dipaparkan oleh Sugiyono sebagai *Human Instrument* , berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan, mengumpulkan data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan dan membuat kesimpulan dari seluruh data yang didapatkan[[8]](#footnote-8)

1. **Teknik Pengumpulan Data**
2. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah kegiatan seharian manusia dengan menggunakan pancaindra. Kemampuan seseorang untuk menggunakan pengamatannya melalui hasil kerja panca indra mata dan dibantu dengan panca indra lainnya. Yang dimaksud metode observasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan pengindraan.[[9]](#footnote-9) Inti dari observasi adalah prilaku yang tampak dan adanya tujuan yang di capai. Tujuan dari observasi adalah untuk mendeskripsikan lingkungan yang diamati, aktivitas-aktivitas yang berlangsung. Individu-individu yang telibat dalam lingkungan tersebut beserta perilaku yang dimunculkan, serta makna kejadian berdasarkan individu yang ada di dalam lingkungan tersebut.[[10]](#footnote-10) Peneliti melakukan observasi langsung ke Yayasan Safinatunnajah di Cinangka, Serang Banten.

1. Wawancara

Wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab, bertatap muka antara pewawancara dengan informan.[[11]](#footnote-11) Adapun narasumber-narasumber yang diwawancarai adalah anak yatim, pengurus dan guru pembimbing. Wawancara adalah Percakapan yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*), dan yang terwawancara (*interviewee*).[[12]](#footnote-12)

1. **Teknik Analisis Data**

Dalam penelitian kualitatif, proses analisis data dilakukan sejak sebelum dan sesudah terjun ke lapangan. Adapun analisis data yang dilakukan saat di lapangan adalah melalui Model Miles and Huberman dengan beberapa langkah berikut ini:

* Reduksi data, yaitu pemilihan data yang relevan dengan permasalahan penelitian
* Penyajian Data, yaitu penyusunan data dalam bentuk narasi atau uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan lain-lain.
* Verivikasi Data, yaitu kesimpulan atau penjelasan yang mewakili keseluruhan data-data yang terkumpul.[[13]](#footnote-13)
1. **Teknik Penulisan Laporan**

Dalam menulis laporan ini, peneliti menggunakan “Buku Pedoman Karya Ilmiah” yang diterbitkan oleh Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab IAIN SMH Banten.

1. **Sistematika Pembahasan**

Pemetaan dan sistematika pembahasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

BAB I: Pendahuluan, bab ini merupakan latar belakang dari tema penelitian yang diangkat dan cara untuk melakukan penelitian tersebut. Berisi beberapa point seperti latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kajian pustaka, metode penelitian dan sistematika pembahasan

BAB II: Berisi kajian teoritis tentang logoterapi, kecemasan, dan anak yatim

BAB III: Berisi profil responden dan gambaran kecemasan anak yatim

BAB IV: Berisi tentang tahapan konseling dalam mengatasi kecemasan anak yatim menggunakan pendekatan logoterapi

BAB V: Berisi penutup dan kesimpulan

**BAB II**

**KAJIAN TEORITIS TENTANG LOGOTERAPI, KECEMASAN DAN ANAK YATIM**

1. **Deskripsi Logoterapi**
2. **Pengertian Logoterapi**

Logoterapi berasal dari kata ”logos” (Yunani), yang berarti makna atau meaning.Adapun kata ”terapi” (Inggris) *therapy* yang artinya penggunaan teknik-teknik menyembuhkan dan mengurangi sautu penyakit. Jadi, kata logoterapi artinya penggunaan teknik untuk menyembuhkan dan mengurangi atau meringankan suatu penyakit melalui penemuan makna hidup. Item utama logoterapi adalah karakteristik eksistensi manusia, dengan makna hidup sebagai inti teori. Menurut Frankl, yang paling dicari dan diinginkan manusia adalah *makna,* yaitu makna yang didapat dari pengalaman hidupnya baik dalam keadaan senang maupun dalam penderitaan. [[14]](#footnote-14)

Logoterapi memiliki tiga konsep dasar, yakni kebebasan berkeinginan, keinginan akan makna dan makna hidup.

1. Kebebasan Berkehendak

Dalam pandangan logoterapi, manusia pada dasarnya adalah makhluk yang harus memiliki kebebasan berkehendak (*freedom of will*). Namun, kebebasan manusia tidak mutlak, tetapi bertanggung jawab. Kebebasan manusia bukanlah kebebasan dari kondisi-kondisi biologis, psikologi dan sosiokultural, melainkan untuk mengambil sikap dari kondisi tersebut. Kebebasan manusia terdiri dari dua kemampuan, pertama, manusia mampu mengambil jarak terhadap kondisi di luar dirinya. Kedua, manusia mampu mengambil jarak terhadap diri sendiri .kemampuan inilah yang membuat manusia disebut *the self determining being.* Yaitu manusia memiliki kebebasan untuk menentukan sendiri sesuatu yang dianggap penting dalam hidupnya.

13

1. Kehendak hidup bermakna

Dalam pandangan logoterapi, motivasi dasar manusia adalah mencari makna (*the will to meaning*). Hal ini berbeda dengan psikolanalisis yang memandang manusia sebagai sosok pencari kesenangan. Logoterapi juga berbeda dengan psikologi individual yang menyebut manusia sebagai pencari kekuasaan. Karena menurut logoterapi, kesenangan adalah efek pemenuhan makna sedangkan kekuasaan justru berkedudukan sebagai prasyarat. Makna bersifat menarik (*to pull*) dan menawarkan (*to offer*), individu termotivasi untuk memenuhinya agar menjadi manusia yang kehidupannya bermakna.

1. Makna hidup

Makna hidup (*the meaning of life*) adalah sesuatu yang dianggap benar, penting, didambakan serta memberikan nilai khusus bagi manusia. Makna hidup dianggap identik dengan tujuan hidup. Makna hidup berbeda antara manusia satu dengan manusia lainnya. Di dalam diri seseorang, makna hidup berbeda setiap waktu. Oleh karena itu, hal yang terpenting bukanlah makna hidup secara umum, melainkan secara khusus dari dalam diri seseorang pada saat tertentu. Pengertian tersebut menunjukkan bahwa di dalam makna hidup terkandung tujuan hidup, yakni hal-hal yang perlu dicapai dan dipenuhi. Jadi, kebermaknaan hidup adalah kemampuan dan kualitas penghayatan individu terhadap seberapa besar ia dapat mengembangkan potensi dirinya dan sejauh mana ia berhasil mencapai tujuan untuk memberi arti terhadap kehidupannya. [[15]](#footnote-15)

 Ketiga konsep tersebut, ada tiga system nail dalam memaknai hidup. Yakni *pertama*, nilai-nilai daya cipta yang menyangkut pemberian kepada dunia, diwujudkan dalam aktivitas dan kreatifitas memalui tindakan yang dapat menciptakan ide yang terlihat maupun tidak terlihat. *Kedua,* nilai-nilai pengalaman, cara memperoleh nilai pengalaman adalah dengan menerima apa yang ada dengan penuh pemaknaan dan penghayatan yang mendalam. Nilai penghayatan dapat dicapai dalam berbagai bentuk penghayatan terhadap keindahan, rasa cinta, dan memahami kebenaran. Makna hidup dapat diraih dari berbagai momen maupun hanya dari sebuah momen tunggal yang sangat mengesankan. *Ketiga,* nilai-nilai sikap; situasi-situasi yang menimbukan nilai-nilai sikap adalah dimana manusia tidak dapat merubah situasi tersebut. Satu-satunya cara menyikapinya adalah menerima situasi tersebut. Keberanian dalam menghadapi situasi-situasi sulit tersebut adalah bagian dari upaya memaknai hidup yang sedang dialaminya.[[16]](#footnote-16)

Logoterapi menunjukkan bahwa makna hidup dan sumber-sumbenya terdapat dalam kehidupan itu sendiri. Walaupun kenyataannya tidak selalu jelas, dan lebih sering tersirat dan tersembunyi di dalamnya. Dan karena makna hidup itu tidak selalu jelas, maka logoterapi menunjukan cara-cara menemukannya. Selain itu, logoterapi mengungkapkan bahwa manusia mampu untuk menemukan dan mengembangkan makna hidupnya secara bermakna dan bahagia. Adapun tujuan dari logoterapi itu adalah agar individu dapat menemukan makna dari penderitaannya dan bebas dari masalah yang dihadapinya.[[17]](#footnote-17)

1. **Asas Logoterapi**

Pada hakikatnya merupakan inti dari setiap perjuangan hidup, yaitu mengusahakan agar kehidupan senantiasa berguna bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat dan agama. Asas utama logoterapi yaitu:

1. Hidup itu tetap memiliki makna dalam setiap situasi. Makna adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberi nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Jika makna hidup berhasil ditemukan dan dipenuhi, maka akan menyebabkan kehidupan berarti dan akan mendapatkan kebahagiaan sebagai ganjarannya.
2. Setiap manusia memiliki kebebasan yang hampir tidak terbatas untuk menemukan sendiri makna hidup dan sumber-sumbernya dapat ditemukan dalam kehidupan itu sendiri khususnya pada pekerjaan yang dilakukan dan dalam keyakinan terhadap harapan dan kebenaran serta penghayatan atas keindahan, iman, dan cinta kasih.
3. Setiap manusia memiliki kemampuan untuk mengambil sikap terhadap penderitaan dan pristiwa tragis yang dihadapi setelah upaya mengatasinya telah dilakukan secara optimal namun tidak berhasil. Maksudnya, jika kita tidak mungkin mengubah suatu keadaan sebaiknya kita mengubah sikap kita atas keadaan itu agar kita tidak terhanyut secara negatif oleh keadaan itu.
4. **Tahapan Konseling Logoterapi**

Teori logoterapi sebuah tindakan atau kegiatan menolong oleh konselor secara psikologis kepada klien untuk kebutuhan mengembangkan diri dalam proses konseling dengan menggunakan logoterapi ada beberapa perbedaan dengan konseling yang lainnya berikut ini tahapan konseling logoterapi sebagai berikut:

1. Tahap pembinaan raport atau tahap perkenalan merupakan awal proses konseling yang diawali dengan menciptakan suasana yang nyaman untuk klien memulai menceritakan masalahnya dengan terbuka dan tulus hati
2. Tahap pengungkapan dan penjajagan masalah konselor mulai membuka dialog atas permasalahan yang dihadapi klien
3. Konselor membiarkan klien mengungkapkan semua yang dirasakannya, tanpa memotong pembicaraannya. Karena dalam logoterapi, klien diarahkan untuk menghadapi masalahnya sebagai kenyataan
4. Dalam pembahasan bersama, klien dan konselor bersama-sama menyamakan persepsi terhadap masalah yang dihadapi klien
5. Tahap evaluasi dan penyimpulan konselor mengevaluasi keseluruhan proses konseling. Konselor mencoba memberikan informasinya untuk beranjak ke tahap selanjutnya, yaitu perubahan sikap dan tingkah laku[[18]](#footnote-18)
6. **Konseling Dengan Pendekatan Logoterapi**

Konseling dengan pendekatan logoterapi sebagai penerapan dari asas-asas logoterapi dalam memberikan bantuan kepada individu untuk menemukan makna serta tujuan hidupnya dengan jalan lebih menyadari sumber-sumber makna hidup, mengaktualisasi potensi diri, meningkatkan hubungan antar pribadi, berfikir dan bertidak positif, menunjukan prestasi dan kualitas kerja yang optimal, mendalami nilai-nilai kehidupan, mengambil sikap tepat atas musibah yang dialami, serta memantapkan ibadah kepada Tuhan.[[19]](#footnote-19)

Berdasarkan hasil paparan di atas, konseling logoterapi merupakan konseling individual untuk masalah ketidakjelasan makna dan tujuan hidupnya. Yang menimbulkan kehampaan dan hilangnya gairah hidup. Selain itu, karakteristik konseling logoterapi adalah jangka pendek (*short termed*). Berorientasi untuk masa depan (*future oriented*), dan berorientasi pada makna hidup (*meaning oriented*).

1. **Deskripsi tentang Kecemasan**
2. **Pengertian Kecemasan**

Kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan ransangan fisiologi. Menurut Freud, kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman dari rasa sakit maupun dunia luar yang tidak siap ditanggulangi dan berfungsi memperingatkan individu akan adanya bahaya.[[20]](#footnote-20)

Menurut Priest kecemasan adalah suatu keadaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi. Kecemasan bukanlah suatu penyakit melainkan suatu gejala. Kebanyakan orang yang mengalami kecemasan pada waktu-waktu tertentu dalam kehidupannya. Biasanya kecemasan muncul sebagai reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan. Kecemasan seringkali berkembang selama jangka waktu panjang dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Pristiwa-pristiwa atau situasi-situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan.[[21]](#footnote-21)

1. **Aspek-Aspek Kecemasan**

Aspek-aspek yang mempengahi kecemasan dapat berupa pengetahuan yang telah dimiliki subjek tentang situasi yang sedang dirasakan, apakah sebenarnya mengancam, serta pengetahuan tentang kemampuan diri untuk mengendalikan emosinya dalam menghadapi situasi tersebut. Apabila seseorang mampu mengenali situasi yang mengancam dan mampu mengendalikan emosi dan permasalahannya adalah yang dapat mempengaruhi emosi negatif, seperti rasa bosan, marah, takut maupun kecemasan. Menurut Deffenbacher yang dikutip oleh Ghufron mengemukakan bahwa sumber penyebab kecemasan meliputi:

1. Kekhawatiran merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan teman-temannya
2. Emosinalitas sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tegang
3. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas. [[22]](#footnote-22)

Menurut Bandura, hal-hal yang berpengaruh dalam meredakan kecemasan antara lain:

1. *Self efficacy* adalah sebagai suatu perkiraan individu terhadap kemampuannya sendiri dalam mengatasi situasi.
2. *Outcome expectancy* adalah sebagai perkiraan individu terhadap kemungkinan terjadinya akibat-akibat tertentu yang mungkin berpengaruh dalam menekan kecemasan[[23]](#footnote-23)
3. **Ciri-Ciri Kecemasan**
4. Secara fisik meliputi kegelisahan, kegugupan, tangan dan anggota tubuh yang bergetar atau gemetar, banyak berkeringat, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, jantung berdebar keras atau bertak kencang, pusing ,merasa lemas atau mati rasa,sering buang air kecil, merasa sensitif, atau mudah marah.
5. Secara kognitif meliputi khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu ata ketakutanatau aphensi terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi tanpa penjelasan yang jelas, ketakutan akan kehilangan control, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, berpikir bahwa semuanya tidak bisa lagi dikendalikan, merasa sulit memfokuskan pikiran dan berkonsentrasi.
6. **Bentuk-Bentuk Kecemasan**
7. *State anxiety* yaitu reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu yang dirasakan seseorang sebagai ancaman atau kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak bahaya. Misalnya saat mengikuti tes, menjalani operasi, atau lainnya. Keadaan ini ditentukan oleh perasaan tegang yang subjektif.
8. *Trait anxiety* yaitu disposisi untuk menjadi cemas dalam menghadapi berbagai macam situasi. Ini merupakan ciri atau sifat yang cukup stabil yang mengarahkan suatu keadaan menetap pada individu (bersifat bawaan) dan berhubungan dengan kepribadian demikian. Keadaan dan kondisi emosional sementara pada diri seseorang yang ditandai dengan perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan dengan sadar.[[24]](#footnote-24)
9. **Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan**
	1. **Pengalaman negatif pada masa lalu**

Pengalaman disini merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai pristiwa yang terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu tersebut menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan.

* 1. **Pikiran yang tidak rasional**

Menurut Ellis yang dikutip oleh Ghufron, faktor kecemasan salah satunya dari pikiran yang tidak rasional yang disebut buah pikiran yang keliru, yaitu kegagalan katastropik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat. [[25]](#footnote-25)

1. Kegagalan katastropik

Yaitu adanya asumsi dari diri individu bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan-perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahan yang sedang dihadapinya

1. Kesempurnaan

Setiap individu menginginkan kesempurnaan dalam hidupnya, dan menginginkan dirinya berperilaku sempurna dan tidak cacat. Ukuran kesempurnaan dijadikan target dan sumber inspirasi bagi individu tersebut

1. Persetujuan

Persetujuan adanya keyakinan yang salah didasarkan pada ide bahwa terdapat hal yang tidak hanya diinginkan, tetapi juga untuk mencapai persetujuan dari sesama teman atau siswa.

1. Generalisasi yang tidak tepat

Keadaan ini juga memberi istilah generalisasi yang berlebihan. Hal ini terjadi pada orang yang mempunyai sedikit pengalaman[[26]](#footnote-26)

Secara umum, faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religuitas yang rendah, rasa pesimis, takut gagal, pengalaman negatif masa lalu, dan pikiran yang tidak rasional. Sementara faktor eksternal seperti kurangnya dukungan sosial.

Berikut gangguan fungsional kecemasan dari Blackburn dan Davidson:[[27]](#footnote-27)

**Tabel 2. 1**

|  |  |
| --- | --- |
| **Simptom-Simptom Psikologis** | **Keterangan** |
| Suasana hati | Kecemasan, mudah marah, perasaan sangat tegang |
| Pikiran | Khawatir, sukar berkonsentrasi, pikiran kosong, membesar-besarkan ancaman, memandang diri tidak berdaya atau sensitif |
| Motivasi | Menghindari situasi, ketergantungan tinggi, ingin melarikan diri |
| Perilaku | Gelisah, gugup, waspada berlebihan |
| Gerakan biologis | Gerakan otomatis meningkat. Berkeringat, gemetar, pusing, berdebar-debar, mual, mulut kering |

1. **Deskripsi tentang Anak Yatim**
2. **Pengertian Anak Yatim**

Anak yatim merupakan anak yang ditinggal ayahnya karena kematian. Menyantuni anak yatim adalah salah satu kewajiban sebagai umat muslim. Rasulallah pun telah memberikan contoh dan suri teladan dalam memberikan perhatian, bantuan dan pertolongan kepada anak yatim.[[28]](#footnote-28)

 Anak yatim dalam pandangan Islam menduduki posisi khusus dan terhormat karena anak yatim memiliki kelemahan dan kekurangan, sehingga memerlukan pihak lain untuk membantu dan memeliharanya. Karena anak yatim harus disantuni, dikasihi, dihormati dan diakui eksistensinya secara khusus. Tidak boleh diperlakukan secara sewenang-wenang.Baik terhadap maupun hartanya. Sebagaimana firman Allah swt:

Artinya: *“Taukah kamu (orang)yang mendustakan agama? itulah orang yang mendustakan agama? dan tidak menganjurkan memberi makan orang miskin. Maka kecelakaanlah bagi orang-orang yang lali dari shalat, (yaitu) orang-orang yang lali dari shalatnya, orang-orang yang berbuat riya’, dan enggan (menolong dengan) barang berguna”.*(QS. Al-Ma’un: 1-7)

Kematian merupakan fakta biologis, akan tetapi kematian juga memiliki dimensi sosial dan psikologis. Secara biologis kematian merupakan berhentinya proses aktivitas dalam tubuh biologis seorang individu yang ditandai dengan hilangnya fungsi otak, berhentinya detak jantung, berhentinya tekanan aliran darah dan berhentinya proses pernafasan. Ismail mengatakan bahwa secara medis kematian dapat dideteksi yaitu ditandai dengan berhentinya detak jantung seseorang.Namun, pengetahuan tentang kematian sampai abad modern ini masih sangat terbatas. Tidak ada seorangpun yang tahu kapan dia akan mati. Karena itu, tidak sedikit pula yang merasa gelisah, cemas bahkan stress akibat sesuatu hal yang misterius ini. Dapat disimpulkan, kematian terjadi ketika berhentinya proses aktivitas dalam tubuh biologis seseorang yang ditandai dengan hilangnya fungsi otak, berhentinya detak jantung, berhentinya tekanan aliran darah dan berhentinya proses pernafasan serta terhentinya manusia dengan alam dunia.

1. **Kematian dalam Perspektif agama Islam**

Menurut perspektif Islam, kematian dianggap sebagi peralihan kehidupan, dari dunia menuju kehidupan di alam lain. kematian didefinisikan sebagai kehilangan permanen dari fungsi intergratif manusia secara keseluruhan. Dalam Al-Quran QS. Al Imron:185 tercantum bahwa “setiap yang berjiwa akan merasakan mati”. Al-Quran memberikan perhatian yang cukup berpengaruh pada masalah ini di kehidupan manusia. Bahkan Al-Quran sering menyendingkan antara keimanan pada Allah seja belum cukup bagi individu dalam mewujudkan kesempurnaan mental, ketenangan jiwa, dan kesalehan moral setiap prilaku tanpa disentail keimanan pada hari akhir. Jadi tentang kematian sudah tertera dalam Al-Quran.Dan kita sebagai manusia tidak dapat memungkirinya.Dalam ayat Al-Qur’an lainnya juga menguatkan tentang perspektif kematian.Dalam QS.

Az-Zumar ayat 42 yang berbunyi:

 ...

Artinya: *"Allah mewafatkan jiwa pada saat kematiannya, dan jiwa orang yang belum mati dalam tidurnya, maka Allah yumsik (menahan) jiwa yang ditetapkan baginya kematian, dan melepaskan yang lain (orang yang tidur) sampai pada batas waktu tertentu."*

**BAB III**

**PROFIL ANAK YATIM YANG MENGALAMI KECEMASAN DI YAYASAN SAFINATUNNAJAH**

1. **Profil Responden**
2. **Responden ER**

ER adalah seorang siswi kelas 3 SMK, ER berusia 17 tahun. Ia berasal dari Kp. Rancalembang Cinangka. ER merupakan anak pertama dari pasangan bapak SN(alm) dan ibu HRY. ER tinggal hanya bersama ibunya dan satu orang adik perempuan. ER merupakan anak yang periang di kelas, pintar membuat puisi dan banyak mendapat prestasi di sekolah. Ayahnya meninggal saat ER berusia 14 tahun, tepat 3 tahun yang lalu.Saat ER memasuki semester dua di sekolahnya. ER menjadi pendiam sejak ditinggal ayahnya. Ia selalu terlihat murung dan prestasinyapun menurun seketika.

Menurut ER, setelah kematian ayahnya, Sejak saat itu ibunya memutuskan ia masuk ke pondok pesantren agar memahami ilmu agama dan ER tidak merasa terpuruk di rumah. Jarak dari rumah ke pesantren tidak jauh, sehingga ibunya sering menjenguk ER ke pondok. Ia sering merasa sedih dan iri ketika melihat teman-temannya dijenguk oleh ayahnya. Karena sampai saat ini ibu ER belum menikah lagi (*single parent*).Ibunya bekerja sebagai pedagang di salah satu pasar tradisional. Setelah kematian ayahnya, ER merasa hidupnya tak berarti.Ia sering merasa cemas dan selalu memikirkan tentang ayahnya. Ia sering menangis dan mudah marah. Semua yang ia lakukan rasanya tak berarti. Ia pun pernah dipanggil bagian pengasuhan karena prestasinya menurun. Ia merasa khawatir karena kini ia tak lagi memiliki sosok seorang ayah, karena dahulu ia sangat dekat dengan ayahnya. [[29]](#footnote-29)

29

ER salah satu anak yang mudah menghafal. Ia suka menghafal beberapa ayat Al-Qur’an, dan suka menulis puisi. Sifatnya yang periang, ramah selalu bisa menutupi lukanya tentang kehilangan ayahnya. Jika ia mengingat tentang ayahnya, ia bisa menangis semalam. Tapi ia sadar, yang bisa ia lakukan hanya berdoa dan berusaha menjadi yang terbaik agar kelak di surga sana ayahnyapun senang melihat ia berprestasi.

1. **Responden FF**

FF adalah anak keempat dari lima bersaudara dari pasangan SH dan MT (alm). FF mengaku ditinggal ayahnya sejak umur 2tahun. Bahkan ia tak ingat semua kenangan bersama ayahnya. Ia tinggal bersama ibu dan ketiga kakak dan satu adik kecilnya. Ibunya terus bekerja banting tulang demi menafkahi anak-anaknya. FF siswi kelas 3 SMK di Yayasan Safinatunnajah, sampai detik ini ia tak pernah merasakan kasih sayang seorang ayah. Ia merasa minder saat teman-temannya dijenguk oleh ayahnya. Setiap kali pembagian raport, setiap rapat orang tua, yang datang hanya ibunya. Ia merasa sedih dan merasa cemas mengapa ia tidak punya ayah. Kadang saat memikirkan ayahnya ia bukan hanya bersedih, tetapi juga tidak tenang karena sangat merindukan figur seorang ayah. Kecemasannya sampai berakibat pada kesehatannya. FF juga mengaku ia sering sakit-sakitan dan sering tidak masuk kelas.

FF anak yang pendiam, tidak banyak bergaul bahkan cenderung tertutup. FF hanya memiliki satu teman dekat bernama T. FF tak mudah mempercayai orang kecuali T. menurutnya, T merupakan orang pertama yang ia kenal di panti asuhan. Dan menurutnya, yang paling mengerti adalah T. FF sering sakit-sakitan karena kondisi fisiknya yang lemah. Berawal dari pikiran, daya tahan tubuhnyapun semakin drop. FF sering meminta izin pulang karena sakit. Ia mengaku ingin pindaH ke rumah saja tidak ingin tinggal dip anti lagi. Tapi, ibunya selalu melarang karena ia akan melaksanakan ujian nasional tahun depan. [[30]](#footnote-30)

1. **Responden NA**

NA adalah siswi kelas 1 SMP, NA berusia 13 tahun.NA adalah seorang yang periang dan suka bergurau. Tapi siapa sangka, dibalik keceriaannya ia memendam luka yang amat perih. NA sudah ditinggal ayahnya sejak ia masih dalam kandungan. Ayahnya meninggal karena kecelakaan kerja.Ia tinggal bersama ibu dan ayah tirinya. Karena itu ia merasakan kesedihan yang mendalam. ia tidak pernah mengenal sosok ayah kandungnya. Yang ia bisa lakukan hanya mendoakan dan mengikhlaskan. Karena sekarang ia sudah mempunyai ayah baru. Tetapi apabila mengingat ayah kandungnya air matanya tetap mengalir deras.[[31]](#footnote-31)

Saat peneliti melakukan wawancara, NA tak lama kemudian menangis dan tidak menjawab apa yang peneliti tanyakan. Ia hanya menangis, maka dari itu peneliti memutuskan untuk tidak melanjutkan proses wawancara tersebut karena melihat kondisi NA tidak memungkinkan. Dan peneliti mencoba memahami dan menghargai privasi NA.

1. **Responden SK**

SK adalah siswi kelas 1 SMK di Yayasan Safinatunnajah.Ia anak bungsu dari 3bersaudara. Ayahnya meninggal satu tahun yang lalu.ia merasa terpuruk akan hal itu. Menurutnya, makan tak enak, belajar tak fokus, semuanya kacau. SK seorang pendiam, bahkan ketika jam pelajaran ia kurang memperhatikan dia mengaku sulit berkonsentrasi selalu terbayang ingatan akan ayahnya. Kecemasan yang sering ia alami juga salah satu gejalanya adalah sulit tidur. Bahkan menurutnya, ia pernah sampai sulit tidur selama 2 malam, Sosok seorang ayah yang selalu ia rindukan. [[32]](#footnote-32)

Kecemasannya mengakibatkan SK malas melakukan sesuatu.Ia memilih tidak ikut serta dalam beberapa kegiatan ekstra kulikuler sekolah. SK juga sering berkeringat ketika sering bermimpi tentang ayahnya. Ia sangat dekat dengan ayahnya, ia sering berhayal, jika bisa ia hanya ingin bertemu dengan ayahnya.

1. **Responden MT**

MT adalah siswi kelas 3 SMP di Yayasan Safinatunnajah. Ia anak tunggal dari pasangan ST dan PND(alm). Ia tidak ingat kapan ditinggal oleh ayahnya. Yang ia ingat sekitar umur 3 tahun. ia tinggal bersama neneknya, sementara ibunya bekerja ke luar negeri. Ia mulai merasa minder tidak punya ayah sejak masuk bangku sekolah dasar. MT selalu diejek teman-temannya, bahkan ia sampai ingin pindah sekolah. Sampai detik ini ia masih merasa minder tidak mempunyai ayah.

MT berusia 15 tahun, ia baru mulai beranjak remaja, emosinya masih belum stabil, egonya masih tinggi. Ia sering menangis bila diejek teman-temannya. Bahkan ia marah dan pernah bertengkar dengan temannya. Kecemasan yang ia rasakan sampai membuat dia menjadi anak yang temperamental. MT juga seing sakit-sakitan, daya tahan tubuhnya lemah karena banyak beban fikiran yang ia fikirkan. [[33]](#footnote-33)

Dari uraian di atas, penulis memutuskan melakukan pengamatan terhadap 4 orang anak yatim yang mengalami kecemasan. Karena, satu anak responden yang bernama NA tidak bisa terbuka baik kepada guru dan juga penulis. Ketika diwawancarai lebih lanjut ia hanya menangis dan tak sanggup menceritakan apa yang ia rasakan. Oleh sebab itu, penulis menghargai privasinya, dan memutuskan bahwa wawancara bersama responden NA tidak dilanjutkan.

Konseling yang dilakukan guru berupa konseling individu. Konseling ini merupakan hal yang sangat penting. Guna mengarahkan anak agar dapat memahami kondisinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga anak mampu mengatasinya.[[34]](#footnote-34) Guru disini mencakup pembimbing dan pengurus di Yayasan Safinatunnajah. Guru memberikan motivasi serta membimbing anak yatim agar selalu tenang dalam menjalankan kesehariaannya dan selalu berfikir positif. Ditinggal seseorang yang amat dicintai merupakan hal yang paling menyakitkan. Namun, hidup harus terus berjalan karena meratapi kesedihan tidak akan menghasilkan apapun di masa depan. dalam hal ini, guru memberikan bimbingan agar selalu rajin beribadah agar anak tenang dan mampu untuk memaknai hidupnya setelah ditinggal ayahnya.

1. **Kondisi Psikologis Responden**
2. Reaksi emosional

Gejala kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan kepihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain.

1. Reaksi kognitif

Kecemasan berupa ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berfikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya

1. Reaksi fisiologis

Reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan system syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, tekanan darah meningkat.

1. **Gejala Kecemasan Yang Dialami Anak Yatim**

Seseorang yang memiliki gangguan kecemasan biasanya sulit berkonsentrasi, tidak bisa santai, mengalami rasa takut dan sulit tidur. Kecemasan mereka, biasanya diikuti dengan gejala fisik, seperti gemetar, berkedut, ketegangan otot, sakit kepala, mudah marah, serta berkeringat. Terkadang, mereka juga mengalami pusing atau kehabisan nafas. Bahkan, mereka juga bisa bolak-balik ke kamar mandi, merasa mual, dan sebagian dari mereka juga kerap merasakan adanya benjolan pada tenggorokannya. Anak-anak yatim yang diteliti oleh penulis adalah anak yang berusia remaja antara 14-17 tahun. Masa remaja adalah masa pertumbuhan utuk mencapai kematangan, namun, jika dalam proses pertumbuhannya terhambat, maka tumbuh kembangnya pun akan ikut terhambat. [[35]](#footnote-35)

1. **Sering melamun**

Responden yang mengaku sering melamun adalah SK dan MT. Mereka sering melamun memikirkan bagaimana menjalani hidup setelah kepergian ayahnya. Bahkan saat pelajaran dan saat melakukan kegiatanpun terlihat sekali mereka melamun. Tidak ada gairah.[[36]](#footnote-36)

Melamun merupakan salah satu gejala kecemasan yang di alami SK dan MT. Yang mengakibatkan ketidak fokusan mereka dalam belajar. Bahkan pernah saat belajar malam, SK kesurupan. Guru yang selaku ustadz disana melakukan bimbingan rohani kepada SK. Menjadwalkan SK untuk mengaji setiap setelah sholat. SK dan MT adalah seorang pendiam oleh karena itu mereka lebih sering melamun dan memikirkan hal-hal negatif .

1. **Khawatir terus menerus**

Semua responden mengaku mengalami kekhawatiran terus menerus mereka mengkhawatirkan segala sesuatu yang belum terjadi. Membuat mereka tidak nyenyak tidur hingga sering merasa lelah sendiri. Kekhawatiran yang mereka alami menyebabkan mereka tidak tenang dalam menjalankan fungsinya sehari-hari dan hidupnya tidak seperti dahulu.

Kekhawatiran akan hidup bagaimana jika tanpa ayahnya yang merupakan semua tulang punggung keluarga mereka. Kekhawatiran maklum terjadi kepada setiap manusia, namun, jika kekhawatiran itu terjadi dan berlangsung terus-menerus, akibatnya akan menghambat setiap perekembangan anak. Anak tidak bisa berfikir positif dan cenderung berfikir negatif.[[37]](#footnote-37)

1. **Sulit Tidur**

Sulit tidur memiliki keterkaitan yang erat dengan berbagai masalah kesehatan, baik fisik maupun mental. Hampir semua orang pernah mengalami sulit tidur terutama ketika mereka sedang mengalami masalah pelik atau bahkan teringat selalu luka di masa lalu. Sulit tidur yang terus menerus menyebabkan gangguan kesehatan fisik, dan sering merasa pusing saat melakukan kegiatan.

Dalam sebuah ungkapan mahfudzot menyatakan bahwa jika salah satu anggota tubuh kita sakit, maka semuanya akan sakit. Terlebih jika yang sakit adalah rohaninya. Seseorang dapat dikatakan sehat lahir batin apabila jasmani dan rohaninya sehat. Karena jika salah satunya sakit, semua akan mempengaruhi. Begitupun dengan beberapa gejala yang dialami responden. Kecemasan yang menyelimuti jiwa mereka mengakibatkan semua aktifitasnya terganggu. Kegiatan yang harusnya dilakukan dengan maksimal jadi terbengkalai dan terganggu.

1. **Kurang Percaya Diri**

Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang yang diperoleh melalui *monolog* atau berbicara dengan dirinya sendiri yang bersifat internal, keyakinan yang mendukung pencapaian berbagai tujuan hidupnya untuk tidak berputus asa walaupun menemui kegagalan. Kepercayaan diri seseorang akan berubah-ubah sesuai dengan kondisi lingkungannya. Orang yang mempunyai kepercayaan tinggi mempunyai keyakinan terhadap kemampuan dirinya untuk beradaptasi dengan lingkungan baru.namun, banyak individu, tingkat kepercayaan dirinyanya bergantung dengan situasi dan kondisi jiwa seseorang.

Seperti pada responden diatas kecemasan yang mereka rasakan menurunkan kepercayaan diri mereka.Mereka merasa tidak adil karena tidak mempunyai ayah, sementara teman sebanya lainnya mempunyai orang tua lengkap. Kurangnya percaya diri ini mengakibatkan terhambatnya aktifitas anak. Contohnya, saat bermuhadoroh atau kegiatan berpidato di depan anak lainnya ia merasa kurang percaya diri menghadapi orang banyak. Kondisi fisiknya mudah berkeringat dan gemetar serta adanya gangguan dalam pencernaan.[[38]](#footnote-38)

1. **Sulit Berkonsentrasi**

Semua responden mengaku bahwa kecemasan yang mereka alami menyebabkan sulit berkonsentrasi dalam belajar dan kegiatan-kegiatan di luar sekolah. Keadaan itu mengganggu dalam aktivitas belajar responden. Mereka cenderung malas melakukan sesuatu, nilai pelajarannyapun menurun drastis

1. **Takut**

Rasa takut disini adalah takut untuk menghadapi situasi-situasi yang belum terjadi.rasa takut ada segi positif dan negatifnya. Positif karena rasa takut akan melindungi individu terhadap bahaya dari luar, jadi karena rasa takutnya, secara tidak langsung anak akan menjauhkan dirinya sendiri dari bahaya. Negatifnya, akan menghambat anak untuk bergerak bebas.[[39]](#footnote-39)

Takut yang dirasakanpun terjadi dari pengalaman pribadi yang buruk di masa lalu.pengalaman yang dimiliki seseorang yang tidak bisa dilupakan dan membekas luka di hati. Pengalaman yang anak yatim rasakan adalah pengalaman pahit saat ditinggal ayahnya.[[40]](#footnote-40)

1. **Skala Tingkat Kecemasan Responden**

Skala tingkat kecemasan terbagi tiga, kecemasan tinggi, sedang dan rendah. Berdasarkan hasil wawancara diatas, kelima responden merasakan kecemasan dilihat dari beberapa gejala yang mereka rasakan. Tetapi penulis memutuskan hanya mewawancarai 4 orang anak yatim, karena satu anak responden yang bernama NA tidak bisa terbuka. Penulis menghargai privasinya, oleh karena itu NA tidak dilanjutkan dalam penelitian.

Untuk mengukur seberapa jauh tingkat kecemasan responden, maka berikut adalah skala kecemasan berupa 30 pernyataan, jika skor (YA) keseluruhan 30, maka kecemasan yang dialami responden dianggap tinggi. Jika skor 10 dinyatakan rendah.

*Pertama,* jika skor termasuk dalam kategori tinggi (skor 21-30), berarti seseorang memiliki kecemasan yang tinggi dan termasuk seseorang yang tidak mampu mengenali keadaannya sendiri. *Kedua,* jika termasuk dalam ketegori sedang, (skor 11-20), berarti termasuk orang yang memiliki kecemasan dalam kategori rata-rata.Artinya, cukup dalam mengendalikan rasa cemasnya. *Ketiga,* jika skor termasuk dalam kategori rendah (skor 0-10), berarti termasuk orang yang memiliki tingkat kecemasan rendah, artinya seseorang sangat baik dalam mengenali rasa cemasnya.[[41]](#footnote-41)

Berikut hasil skala kecemasan yang dialami responden di Yayasan Safinatunnajah:

1. **Skala Kecemasan Responden ER**

**Tabel 3.1**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | Ya | Tidak |
| 1 | Saya cepat lelah | X |  |
| 2 | Saya sering sakit | X |  |
| 3 | Saya gugup abapila dibandingkan dengan orang lain |  | X |
| 4 | Saya sering sakit kepala |  | X |
| 5 | Saya sering tegang pada waktu bekerja |  | X |
| 6 | Saya khawatir akan keuangan dan studi saya | X |  |
| 7 | Saya merasa sukar berkonsentrasi |  | X |
| 8 | Saya mudah berkeringat meskipun hari tidak hari tidak panas |  | X |
| 9 | Hampir setiap saat saya mengalami sembelit |  | X |
| 10 | Saya sering mengalami gangguan/sakit perut | X |  |
| 11 | Saya mudah merasa kikuk | X |  |
| 12 | Saya lebih mudah tersinggung (peka/sensitif) dari pada kebanyakan orang | X |  |
| 13 | Saya merasa tidak sebahagia orang lain |  | X |
| 14 | Saya biasanya tidak tenang dan mudah marah |  | X |
| 15 | Saya mudah menangis | X |  |
| 16 | Saya sering merasa khawatir terhadap sesuatu atau orang lain | X |  |
| 17 | Saya hampir selalu tidak bergembira |  | X |
| 18 | Saya lebih pemalu dari kebanyakan orang | X |  |
| 19 | saya adalah orang yang sering gugup |  | X |
| 20 | saya merasa kurang percaya diri sendiri | X |  |
| 21 | Pada waktu-waktu tertentu saya merasa hidup saya hancur |  | X |
| 22 | Jika menghadapi kesulitan saya cenderung menghindar |  | X |
| 23 | Saya merasa tidak berguna |  | X |
| 24 | saya merasa jantung saya berdebar-debar |  | X |
| 25 | Tangan kaki saya biasanya sering gemetar |  | X |
| 26 | Saya sering mengalami mimpi menakutkan pada waktu tidur |  | X |
| 27 | Pada umumnya muka saya tampak menjadi merah |  | X |
| 28 | Saya menangis gelisah apabila saya harus menunggu sesuatu | X |  |
| 29 | Saya sering cemas pada sesuatu yang belum saya ketahui | X |  |
| 30 | Pada waktu tertentu saya merasa khawatir tanpa alasan |  | X |

Hasil pernyataan diatas, skor ER adalah 12 dari 30.Yakni bisa dikatakan bahwa kecemasan yang dialami ER adalah sedang. ER cukup baik dalam mengendalikan kecemasannya. Karena sejatinya ER adalah anak yang periang dan ambisius.Ia mencoba untuk selalu mengedepankan prinsipnya dari pada egonya.[[42]](#footnote-42)

Kecemasan yang sering terjadi adalah sulit berkonsentrasi dan sulit tidur. ER merupakan anak yang pintar, tapi prestasinya menurun setelah ayahnya meninggal. Ia mengaku, fikiran negatif selalu muncul dan menyerangnya. Ia merasa cemas pada sesuatu yang bahkan belum terjadi. tetapi berdasarkan skala di atas, kecemasan ER masih berada di rata-rata atau sedang.

1. **Skala Kecemasan Responden FF**

**Tabel 3.2**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | Ya | Tidak |
| 1 | Saya cepat lelah |  | X |
| 2 | Saya sering sakit | X |  |
| 3 | Saya gugup abapila dibandingkan dengan orang lain | X |  |
| 4 | Saya sering sakit kepala | X |  |
| 5 | Saya sering tegang pada waktu bekerja |  | X |
| 6 | Saya khawatir akan keuangan dan studi saya | X |  |
| 7 | Saya merasa sukar berkonsentrasi | X |  |
| 8 | Saya mudah berkeringat meskipun hari tidak hari tidak panas | X |  |
| 9 | Hampir setiap saat saya mengalami sembelit |  | X |
| 10 | Saya sering mengalami gangguan/sakit perut | X |  |
| 11 | Saya mudah merasa kikuk | X |  |
| 12 | Saya lebih mudah tersinggung (peka/sensitif) dari pada kebanyakan orang | X |  |
| 13 | Saya merasa tidak sebahagia orang lain |  | X |
| 14 | Saya biasanya tidak tenang dan mudah marah | X |  |
| 15 | Saya mudah menangis |  | X |
| 16 | Saya sering merasa khawatir terhadap sesuatu atau orang lain | X |  |
| 17 | Saya hampir selalu tidak bergembira | X |  |
| 18 | Saya lebih pemalu dari kebanyakan orang | X |  |
| 19 | saya adalah orang yang sering gugup | X |  |
| 20 | saya merasa kurang percaya diri sendiri |  | X |
| 21 | Pada waktu-waktu tertentu saya merasa hidup saya hancur |  | X |
| 22 | Jika menghadapi kesulitan saya cenderung menghindar | X |  |
| 23 | Saya merasa tidak berguna |  | X |
| 24 | saya merasa jantung saya berdebar-debar |  | X |
| 25 | Tangan kaki saya biasanya sering gemetar | X |  |
| 26 | Saya sering mengalami mimpi menakutkan pada waktu tidur |  | X |
| 27 | Pada umumnya muka saya tampak menjadi merah |  | X |
| 28 | Saya menangis gelisah apabila saya harus menunggu sesuatu | X |  |
| 29 | Saya sering cemas pada sesuatu yang belum saya ketahui |  | X |
| 30 | Pada waktu tertentu saya merasa khawatir tanpa alasan |  | X |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | Ya | Tidak |
| 1 | Saya cepat lelah |  | X |
| 2 | Saya sering sakit |  | X |
| 3 | Saya gugup abapila dibandingkan dengan orang lain | X |  |
| 4 | Saya sering sakit kepala | X |  |
| 5 | Saya sering tegang pada waktu bekerja | X |  |
| 6 | Saya khawatir akan keuangan dan studi saya | X |  |
| 7 | Saya merasa sukar berkonsentrasi | X |  |
| 8 | Saya mudah berkeringat meskipun hari tidak hari tidak panas |  | X |
| 9 | Hampir setiap saat saya mengalami sembelit |  | X |
| 10 | Saya sering mengalami gangguan/sakit perut |  | X |
| 11 | Saya mudah merasa kikuk | X |  |
| 12 | Saya lebih mudah tersinggung (peka/sensitif) dari pada kebanyakan orang | X |  |
| 13 | Saya merasa tidak sebahagia orang lain |  | X |
| 14 | Saya biasanya tidak tenang dan mudah marah |  | X |
| 15 | Saya mudah menangis | X |  |
| 16 | Saya sering merasa khawatir terhadap sesuatu atau orang lain | X |  |
| 17 | Saya hampir selalu tidak bergembira |  | X |
| 18 | Saya lebih pemalu dari kebanyakan orang |  | X |
| 19 | saya adalah orang yang sering gugup | X |  |
| 20 | saya merasa kurang percaya diri sendiri | X |  |
| 21 | Pada waktu-waktu tertentu saya merasa hidup saya hancur |  | X |
| 22 | Jika menghadapi kesulitan saya cenderung menghindar |  | X |
| 23 | Saya merasa tidak berguna |  | X |
| 24 | saya merasa jantung saya berdebar-debar | X |  |
| 25 | Tangan kaki saya biasanya sering gemetar | X |  |
| 26 | Saya sering mengalami mimpi menakutkan pada waktu tidur |  | X |
| 27 | Pada umumnya muka saya tampak menjadi merah |  | X |
| 28 | Saya menangis gelisah apabila saya harus menunggu sesuatu | X |  |
| 29 | Saya sering cemas pada sesuatu yang belum saya ketahui | X |  |
| 30 | Pada waktu tertentu saya merasa khawatir tanpa alasan | X |  |

Skor yang dihasilkan responden FF adalah 17 dari 30 pernyataan. Yaitu berarti tingkat kecemasan FF rata-rata. Tidak tinggi dan tidak rendah.Walaupun sering sakit-sakitan, FF tetap masih bisa mengontrol emosinya. Walaupun ia sering merasa sedih dan cemas, tapi sebisa mungkin ia tetap taat pada peraturan sekolah dan ingin melepas kesedihannya itu. Kecemasan yang sering ia alami adalah melamun, sulit tidur sehingga menyebabkan ia sakit-sakitan.[[43]](#footnote-43)

Kecemasan ringan masih bisa diatasi dan masih bisa dikontrol. Terlalu banyak memikirkan hal yang belum pasti dan cenderung negatif membuat MT sering melamun.Bahkan pernah satu ketika MT sampai kesurupan.Seluruh penghuni asrama banyak ketakutan dan MT ditangani oleh seorang ustadz yang ada disana. Kecemasan yang dialami MT ini sangat merugikan dirinya sendiri dan bahkan terkadang merugikan orang lain.

1. **Skala Kecemasan Responden SK**

**Tabel 3.3**

Hasil skor responden SK adalah 16 dari 30 pernayataan yang diajukan. SK merupakan anak yang pendiam, dan sulit berkonsentrasi dalam belajar, kecemasannya mengakibatkan ia khawatir terus menerus dan tidak tenang, namun kecemasannya itu masih dalam tingkat rata-rata atau sedang, dan masih bisa diatasi. Ketidaktenangannya menyebabkan SK berfikir negatif.[[44]](#footnote-44)

1. **Skala Kecemasan Responden MT**

**Tabel 3.4**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | Ya | Tidak |
| 1 | Saya cepat lelah | X |  |
| 2 | Saya sering sakit | X |  |
| 3 | Saya gugup abapila dibandingkan dengan orang lain | X |  |
| 4 | Saya sering sakit kepala | X |  |
| 5 | Saya sering tegang pada waktu bekerja | X |  |
| 6 | Saya khawatir akan keuangan dan studi saya | X |  |
| 7 | Saya merasa sukar berkonsentrasi | X |  |
| 8 | Saya mudah berkeringat meskipun hari tidak hari tidak panas |  | X |
| 9 | Hampir setiap saat saya mengalami sembelit |  | X |
| 10 | Saya sering mengalami gangguan/sakit perut | X |  |
| 11 | Saya mudah merasa kikuk |  | X |
| 12 | Saya lebih mudah tersinggung (peka/sensitif) dari pada kebanyakan orang | X |  |
| 13 | Saya merasa tidak sebahagia orang lain | X |  |
| 14 | Saya biasanya tidak tenang dan mudah marah |  | X |
| 15 | Saya mudah menangis | X |  |
| 16 | Saya sering merasa khawatir terhadap sesuatu atau orang lain | X |  |
| 17 | Saya hampir selalu tidak bergembira | X |  |
| 18 | Saya lebih pemalu dari kebanyakan orang | X |  |
| 19 | saya adalah orang yang sering gugup | X |  |
| 20 | saya merasa kurang percaya diri sendiri |  | X |
| 21 | Pada waktu-waktu tertentu saya merasa hidup saya hancur | X |  |
| 22 | Jika menghadapi kesulitan saya cenderung menghindar |  | X |
| 23 | Saya merasa tidak berguna | X |  |
| 24 | saya merasa jantung saya berdebar-debar | X |  |
| 25 | Tangan kaki saya biasanya sering gemetar |  | X |
| 26 | Saya sering mengalami mimpi menakutkan pada waktu tidur | X |  |
| 27 | Pada umumnya muka saya tampak menjadi merah | X |  |
| 28 | Saya menangis gelisah apabila saya harus menunggu sesuatu |  | X |
| 29 | Saya sering cemas pada sesuatu yang belum saya ketahui | X |  |
| 30 | Pada waktu tertentu saya merasa khawatir tanpa alasan |  | X |

Hasil skor dari responden MT adalah 21 dari 30 pernyataan.Yang berarti tingkat kecemasan MT adalah tinggi.Kecemasannya menghambat semua aktifitasnya. Kehilangan ayahnya menjadi penyebab utama ia merasa cemas.Namun meskipun begitu, MT menyadari dan mau berusaha mengalihkan kecemasannya. Saat dilakukan proses konseling oleh guru, MT mulai terbuka menceritakan apa yang ia rasakan dan apa yang ia inginkan. Yang ia iginkan sesungguhnya hanyalah sebuah ketenangan dan keihklasan agar ketika hati tenang, rasa cemaspun akan hilang. [[45]](#footnote-45)

Berdasarkan uraian di atas, tingkat kecemasan responden ER, FF, SK adalah rat-rata, sedngakan tingkat kecemasan responden MT sendiri tinggi.Memiliki tingkat kecemasan yang tinggi termasuk kurang mampu dalam mengenali dan mengontrol emosi.[[46]](#footnote-46)Keadaan yang mengakibatkan kecemasan responden adalah kehilangan sosok figur ayah. Responden yang merupakan anak remaja yang berusia 16-17 tahun merupakan usia akhir dari masa anak-anak. Kemampuan berfikirnyapun mulai mencapai tingkat kematangan, mereka mulai memikirkan apa yang diharapkan dan apa yang dikatakan orang lain. [[47]](#footnote-47)

**BAB IV**

**TERAPAN DAN ANALISIS HASIL KONSELING DENGAN PENDEKATAN LOGOTERAPI DALAM MENGATASI KECEMASAN ANAK YATIM**

1. **Tahapan Konseling Dengan Pendekatan Logoterapi**

Setelah guru pembimbing mengetahui gejala-gejala kecemasan responden, guru melakukan konseling individual kepada anak melalui tahap-tahap berikut:

 *Pertama* tahap perkenalan, tahap ini guru melakukan pendekatan kepada anak yatim yang sedang mengalami kecemasan.Anak yatim yang mengalami kecemasan ia terus merasa sedih, murung, sensitif, tidak bersemangat dan menghindar dari keramaian. Anak tidak berani mengungkapkan apa yang mereka rasakan. Jika seseorang bertanya, anak akan mudah marah. Pada saat menyendiri, guru melakukan pendekatan kepada anak.Tahap pertama ini adalah tahap perkenalan atau attending.

Waktu yang biasa guru menemui anak adalah ketika belajar malam. Guru menghampiri anak dan mengajaknya ke salah satu ruangan guna menjadikan suasana lebih nyaman dan lebih privasi.

*Kedua* adalah tahap pengungkapan, pada tahap ini, guru memberikan kesempatan kepada anak untuk bercerita. Namun, sebelum guru memberikan kesempatan anak untuk bercerita, guru melakukan *open dialog*atau pembuka percakapan contohnya dengan guru menanyakan kesulitan apa yang anda alami? Dari pertanyaan itu, anak mulai menjawab dan menceritakan bahwa mereka mengalami kesedihan yang berujung pada kecemasan.Hal itu disebabkan karena anak ditinggal oleh ayahnya. Kecemasan yang mereka alami mengakibatkan mereka sulit berkonsentrasi dengan belajar di kelas maupun di luar kelas. Mereka minder atas apa yang mereka alami, tidak mempunyai figur seorang ayah. Semua ini dirasakan oleh kelima anak yatim. Yaitu responden ER, FF, NA, SK, MT.

51

*Ketiga* adalah tahap kebebasan untuk mengungkapkan seluruh masalahnya, mengungkapkan semua yang anak rasakan tanpa dipotong sedikitpun oleh guru pembimbing.Karena dalam pendekatan logoterapi, memberikan hak untuk klien untuk menceritakan semuanya dan menghadapi masalahnya secara kenyataan.[[48]](#footnote-48)

Anak menceritakan dan guru hanya menjadi pendengar bagi anak-anak tersebut. Dengan spontalitas, guru memusatkan perhatiaannya kepada anak agar anak lebih nyaman bercerita tentang perasaan-perasaan yang selama ini mereka pendam.

*Keempat* tahap menyamakan persepsi antara konselor dan klien. Guru pembimbing dan anak yatim. Ditahap ini, guru pembimbing mulai memberikan motivasi-motivasi guna membangkitkan semangat anak yatim dan mengatasi segala kecemasannya. Guru pembimbing memberikan pemaknaan hidup bahwa setiap makhluk hidup pasti akan mati. Kita yang ditinggalkan hanya perlu bersabar dan ikhlas agar yang pergi tenang di alam sana. Guru mengupayakan mereka agar ikut serta dalam ekstrakulikuler agar mereka banyak kegiatan dan tidak ada waktu untuk melamun. Guru juga mewajibkan seluruh anak untuk mengikuti kajian agama secara rutin guna menenangkan hati mereka yang mengalami kecemasan.

*Kelima* tahap evaluasi merupakan tahap akhir dari proses konseling. Guru melihat perkembangan anak setelah diberikannya pemahaman melalui konseling dengan pendekatan logoterapi atau pemaknaan hidup. Dengan cara rutin mengikuti ekskul dan kajian agama agar waktu mereka tidak dipakai untuk melamun saja. Tetapi gunanya untuk memperluas pergaulan, penyegarkan pikiran dan menenangkan hati. Kecemasan perlu dilawan karena kecemasan dan kesedihan tidak akan mengembalikan apa yang telah hilang di muka bumi ini. Guru juga melihat bagaimana mereka mulai aktif di kajian agama, di beberapa ekstrakulikuler seperti muhadhoroh, olahraga, serta kaligrafi.[[49]](#footnote-49)

1. **Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Menggunakan Pendekatan Logoterapi**
2. **Kegiatan-kegiatan anak di Yayasan Safinatunnajah**

Karena Yayasan ini berbasik agama, maka pembelajaran dan bimbingannyapun mengandung agama.Bimbingan kehidupan beragama adalah suatu bantuan guru pembimbing yang diberikan kepada anak yang terbimbing agar anak mampu memecahkan masalahnya berkenaan dengan kehidupan beragama.[[50]](#footnote-50)

1. **Shalat Berjamaah**

Shalat merupakan ungkapan ketulusan cinta yang mendalam seorang hamba kepada sang pencipta (Allah SWT). Cinta adalah bentuk manifestasi bagi penciptaan alam semesta beserta makhluk-Nya.Cinta berarti memberi bukan menerima. Cinta yang tulus ikhlas akan melahirkan kebahagiaan, ketentraman lahir batin. Dan shalat merupakan alat penyangga kekokohan iman seseorang. Dalam bahasa bangunan, sholat adalah pondasi dasar yang menentukan kokoh tidaknya bangunan tersebut. Apabila pondasinya cukup kuat, maka dapat menyangga bangunan di atasnya, sebaliknya, bila pondasinya rapuh, maka tidak akan menyangga dengan baik pondasi di atasnya. [[51]](#footnote-51)

1. **Tilawah Al-Quran**

Tilawah Al-Quran dilaksanakan setiap ba’da Magrib sampai menjelang Isya. Anak-Anak mengaji dibimbing oleh seorang ustad. Tilawah Al-Quran ini diwajinkan untuk setiap anak panti asuhan di Yayasan Safinatunnajah. Dalam tilawah ini, ada yang hanya membaca Al-Quran, ada pula yang menghafalnya. Menghafal tidak wajibkan, tetapi hanya bagi yang ingin dan mampu untuk menghafal.

Kegiatan tilawah ini guna menenangkan hati anak yang mengalami kecemasan agar ikhlas atas kepergian ayahnya. Ikhlas adalah mengesakkan Allah SWT. Dengan mendekatkan diri kepada Allah dan mempasrahkan segala sesuatu kepada-Nya.[[52]](#footnote-52)

Seperti dalam Al-Quran surat Al-An’am ayat 162-163 yang berbunyi:

Artinya :*“Katakanlah, sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidupku, dan matiku hanyalah untuk Allah Tuhan semesta alam, tiada sekutu bagi-Nya; dan demikian itulah yang diperintahkan kepadaku”* (QS. Al-An’am :162-163)

Ikhlas merupakan hal yang berat dilakukan. Tidak dapat terlihat dan hanya bisa diraakan oleh hati masing-masing makhluk Allah. Tetapi mencoba mengikhlaskan apa yang telah pergi akan membuat hati menjadi tentram. Buah dari keikhlasan merupakan rukun dalam amalan dan menjadi salah satu sebab dalam kebaikan. Buah keikhlasan diantaranya:

1. Ikhlas merupakan salah satu sebab amal diterima
2. Sebab di dalam mencapai keselamatan dari musibah dan ujian
3. Sebab dikabulkannya doa
4. Sebab keridoan Allah dan tercapainya ketakwaan[[53]](#footnote-53)

Anak yatim yang ditinggal ayahnya mengalami kesedihan mendalam dan merasa belum ikhlas melepas ayahnya. Namun guru menerapkan keihlasan dalam diri anak-anak melalui metode membaca tilawah Quran dalam kesehariannya dengan membeca Al-Quran hati bisa menjadi tenang dan apa yang dilakukan dapat berjalan dengan positif.

1. **Kajian Islam**

Kajian Islam berupa kultum dilaksanakan setiap ba’da Asar dan ba’da Subuh. Isi kajian bervariasi, bisa tentang keimanan seseorang tentang ibadah, tentang ketakwaan, dan kajian-kajian tentang keIslaman lainnya.Kajian Islam ini berguna untuk menambah wawasan para anak di Yayasan Safinatunnajah tentang keIslaman agar anak dapat memaknai hidupnya sendiri.

Sementara kajian Islam berupa ceramah dilaksanakan setiap Jum’at malam dibuka untuk seluruh penghuni panti dan untuk umum. Pengisi ceramah biasanya diisi oleh Ustadz H. Syukron selaku ketua Yayasan Safinatunnajah.[[54]](#footnote-54)

1. **Muhadoroh atau latihan berpidato**

Muhadoroh atau latihan berpidato dilaksanakan setiap malam Rabu. Seluruh anak wajib mengikuti latihan tersebut guna meningkatkan rasa percaya diri. Responden yang memiliki kepercayaan dirinya kurang, disinilah waktu yang tepat untuk melatih tingkat kepercayaan dirinya. Dalam berpidato, ada guru yang membimbing agar acara berlangsung lancar dan tidak main-main. [[55]](#footnote-55)

Selain itu, kegiatan ekstrakulikuler lainnya diluar sekolah adalah olah raga yang dilaksanakan setiap hari minggu. Karena di dalam badan yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Itulah motto sebuah pondok pesantren. Olah raga untuk menjaga kesehatan anak-anak agar daya tahan tubuh fit dan tidak mudah diserang penyakit.

Faktor penghambatnya diantaranya:

1. Responden yang sensitif sehingga penulis harus berhati-hati saat melakukan wawancara.
2. Kurangnya guru perempuan, karena guru perempuan tidak menetap di panti. Sehingga anak- anak perempuan kurang bebas dalam berbagi keluh kesah kepada guru pembimbing atau pengurus. Karena ada batasan tidak bisa melakukan sentuhan fisik.
3. **Analisis Hasil Evaluasi Konseling Dengan Pendekatan Logoterapi**

Setelah guru melakukan pendekatan logoterapi memaui metode konseling individu, serta guru melakukan berbagai upaya untuk memberikan pemaknaan hidup kepada anak yati yang mengalami kecemasan karena kehilangan ayahnya.Berikut ini, adalah analisa pengamatan penulis atas konseling yang dilakukan guru dengan pendekatan logoterapi.

1. **Responden ER**

ER sejatinya merupakan anak yang periang dan berprestasi. Ia yang paling mampu mengendalikan emosinya dibandingkan dengan responden lainnya. Ada tekad tersendiri dalam dirinya untuk bangkit dari keterpurukannya. Ia berusaha melawan rasa cemas yang menghampiri dan mengganggu konsentrasinya dalam belajar. ER mulai mengeri bahwa hidupnya bermakna. Tidak hanya untuk diratapi dengan kesedihan saja.

ER seseorang yang antusiasnya tinggi. Ia akan berusaha mewujudkan apa yang ia inginkan. Cita-citanya menjadi seorang penulis, karena ia jago dalam menulis puisi. Setiap bait puisinya ia persembahkan untuk ayahnya. Semua ini tak luput dari dukungan sang Ibu, dan juga guru pembimbing yang selalu membimbingnya. ER mulai kembali ceria, kembali normal bergabung dengan teman-temannya brsenda gurau. Ia mulai memaknai hidupnya, bahwa hidupnya harus tetap berlanjut karena masih ada Ibu dan satu adik perempuannya yang harus ia bahagiakan.

1. **Responden FF**

FF merupakan anak yang pendiam dan tertutup.Ia tidak mudah percaya dengan orang lain.Ia merupakan anak yang dekat dengan ayahnya. Namun setelah kepergian ayahnya ia semakin pendiam setelah kepergian ayahnya. Namun FF mempunyai seorang sahabat bernama T. T mengungkapkan, ia berubah karena teramat sangat kehilangan sosok ayahnya. FF minder kurang percaya diri karena dia bahkan tak sempat mengenal ayahnya lebih lama. Sejak umur 2 tahun ayahnya telah meninggal dunia.kesedihan yang amat mendalam ketika ia duduk di Sekolah Dasar ia diejek oleh teman-temannya. Ini yang membuat ia kurang percaya diri sampai sekarang. Namun, sebenarnya dalam dirinya terdapat keinginan untuk berubah. Untuk bangkit karena ia sadar, kecemasan yang ia alami sudah merugikan dan hanya menghambat semua aktivitasnya.

Terlihat dari raut wajahnya, FF mulai sering tersenyum dan ramah terhadap orang lain. FF tidak lagi murung, kini mulai merasa tenang, dan mulai terbuka ketika guru pembimbing melakukan sesi konseling dengan memotivasi FF agar mampu memaknai hidupnya. Rasa percaya dirinyapun mulai meningkat itu terbukti FF pernah menjadi juara mingguan di kegiatan muhadoroh atau latihat berpidato.[[56]](#footnote-56)

1. **Responden SK**

Kecemasan yang dialami SK berupa kekhawatiran terus menerus, fikirannya negatif dan cenderung malas melakukan aktifitas. SK ditinggal ayahnya satu tahun lalu, membuat kondisinya semakin memburuk. Konsentrasi belajarnya terganggu karena kecemasan yang ia alami. Saat guru melakukan konseling dengan menggunakan pendekatan logoterapi, awalnya SK tidak mau bercerita, tetapi karena guru memberikan pemahaman tentang pemaknaan hidup, SK mulai terbuka kepada guru.Ia mengaku bingung harus bagaimana untuk menjalani hidupnya, namun guru pembimbing terus berusaha memberikan pemahaman, agar ia mampu menemukan makna hidup.

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, tingkat emosional dan egonya masih tinggi. Namun, SK karena SK berkeinginan untuk berubah, ia mulai mendengarkan apa yang disampaikan oleh guru. Ia mulai membuka fikiran, dan mengarahkannya ke pemikiran yang positif. Awalnya ia berfikir setelah kehilangan ayahnya, hidupnya tidak akan bahagia. Tetapi tidak untuk sekarang, ia sadar bahwa ia harus mengikhlaskan kepergian ayahnya dan melanjutkan hidup bersama ibu dan kakak-kakaknya. Karena masa depan harus terus diperjuangkan. [[57]](#footnote-57)

1. **Responden MT**

MT adalah anak yang mandiri, karena selain ditinggal ayahnya, ia juga ditinggal ibunya bekerja ke luar negeri untuk menggantikan ayahnya yang dulu jadi tulang punggung keluarga. Karena jauh dari ibunya, ia tumbuh menjadi pribadi yang temperamental. Mudah emosi dan cenderung kurang percaya diri. Ketika guru melakukan proses konseling, MT menceritakan segala kesulitan-kesulitan dan keluh kesah yang ia alami setelah kepergian ayahnya. Ia mengaku kesulitan untuk berkonsentrasi dalam belajar, khawatir terus menerus. Guru memberikan motivasi berupa pemaknaan hidup yang mana logoterapi juga bertujuan untuk mengembangkan pribadi individu.

Pengenalan diri sendiri adalah penting bagi tumbuh kembangnya individu, karena sebelum terjadi proses pengembangan diri, individu haruslah mengenal diri sendiri. Pengembangan diri pada dasarnya mengarahkan diri pada sisi positif dan menjauhkan diri dari sisi negatif.[[58]](#footnote-58)

SK sadar bahwa ia anak yang mudah marah, dan ia sadar ia harus menahan emosinya. Ia sekarang mulai rajin berdzikir dan bertilawah guna ketenangan hatinya karena sebaik-baiknya ketenangan adalah ketika kita banyak mengingat Allah SWT.

**Tabel 4.1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nama Responden** | **Sebelum Konseling** | **Setelah Konseling** |
| ER | ER sering merasa cemas, selalu menangis, mudah marah, dan pendiam  | ER mulai bisa membuka diri dan bergaul dengan teman sebayanya. Muali merasa tenang tidak sering menangis dan mulai aktif dalam kegiatan |
| FF | FF sering berfikiran negatif, tidak tenang, sehingga menyebabkan kondisi kesehatannya menurun | FF mulai membuka fikirannya dengan hal-hal yang positif. Mulai ramah terhadap sesama teman sebayanya. Dan dapat melakukan kegiatan seperti biasanya. Kesehatannyapun mulai membaik. |
| SK | Kecemasan yang SK rasakan menyebabkan kurangnya konsentrasi dalam belajar, malas melakukan sesuatu. Merasa hidupnya tiada arti | SK mulai merasa tenang, dapat melakukan aktifitasnya dengan baik, dan mulai bisa memaknai hidupnya. Bahwa hidup harus terus dilanjutkan seberapa banyak penderitaan yang telah dirasakan |
| MT | Kecemasan yang dirasakan MT tinggi. Emosi dan egonya masih tinggi, mudah marah, mudah menangis, mudah tersinggung. Dan sering sakit-sakitan | MT mulai bisa mengendalikan emosinya. Mulai mudah menghargai apa pendapat orang lain. dan kesehatannyapun mulai membaik |

Setelah dilakukan pengamatan, maka banyak perubahan yang terjadi pada keempat responden. Mereka mulai terbuka pada orang di sekitar, bahkan mereka tidak tertutup untuk menceritakan apa yang mereka rasakan. Itu juga karena adanya usaha guru pembimbing yang menempatkan diri sebagai teman.Sehingga anak merasa nyaman untuk bercerita dan mengeluarkan keluh kesahnya. Anak tidak lagi mengurung diri mereka mulai bergaul dengan teman sebayanya melakukan kegiatan-kegiatan yang ada di Yayasan Safinatunnajah. [[59]](#footnote-59)

Perubahan perilaku yang timbul dari dalam diri anak setelah dilakukannya konseling melalui pendekatan logoterapi telah sesuai dengan yang diharapkan guru dan penulis.Tujuan berupa ketenangan dan mampu memaknai hidupnya.Melalui pendekatan logoterapi yang tujuannya untuk memaknai hidup seseorang, disini anak mulai memahami bahwa hidup mereka bukan unuk ditangisi semata.Kehilangan seseorang yang amat dicintai merupakan satu hal terburuk dan menyakitkan, membuat semangat hidup menurun, kejadian pahit di masa lalu tidak untuk dikenang.

Dari hasil evaluasi diatas, dapat disimpulkan bahwa hidup sangatlah berarti, kejadian masa lalu jangan sampai membuat menyesal di kemudian hari.Menangani anak yatim yang sensitif yang mengalami kecemasan membutuhkan kesabaran yang ekstra. Karena kebanyakan dari anak yatim enggan, takut untuk menceritakan masalah yang dialamiya, tidak mudah mempercayai orang lain. guru pembimbing harus menciptakan suasana nyaman terlebih dahulu agar anak bisa terbuka dalam menceritakan masalahnya, dan guru mampu mengetahui apa yang harus ia lakukan untuk membantu memecahkan permasalahan anak. Melalui konseling yang dilakukan guru dengan pendekatan logoterapi, anak mampu memaknai hidupnya selepas kepergian ayahnya. Mulai mampu untuk berfikir positif dengan apa yang telah menimpa mereka.

**‘**

**BAB V**

**PENUTUP**

1. **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengamatan lapangan dan analisis penulis yang dilakukan guru pembimbing mengenai Pendekatan Logoterapi Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Yatim, berikut disajikan kesimpulan yang merupakan permasalahan dan jawaban dalam penulisan skripsi ini sebagai berikut :

1. Dapat disimpulkan bahwa kecemasan anak yatim di Yayasan Safinatunnajah berskala sedang dan masih bisa diatasi. Adapun gejala-gejalanya meliputi sering melamun, khawatir terus menerus, sulit tidur, kurang percaya diri, sulit berkonsentrasi dan takut.
2. Tahapan konseling dengan pendekatan logoterapi meliputi: tahap perkenalan,tahap pengungkapan, tahap penjajagan masalah, tahap kebebasan klien untuk mengungkapkan seluruh masalah yang dirasakan, tehap menyamakan persepsi, yang terakhir tahap evaluasi yang mana guru mulai memberikan motivasi-motivasi dengan pemaknaan hidup. Bahwa hidup sangatlah berarti, kejadian masa lalu jangan sampai membuat menyesal di kemudian har Sebelum diberikannya konseling melalui pendekatan logoterapi, anak yatim yang mengalami kecemasan tidak dapat mengatasi kecemasannya. Namun setelah dilakukan konseling oleh guru pembimbing melalui pendekatan logoterapi berdampak positif pada setiap anak. Anak mampu membuka diri untuk mengungkapkan semua keluh kesahnya dan mau berusaha untuk berubah dan memaknai hidupnya walaupun tanpa adanya sosok seorang ayah.

65

1. **Saran**

Penulis menyampaikan beberapa saran yang diajukan yaitu:

1. Kehilangan seseorang yang amat dicintai adalah kesedihan yang mendalam hingga menyebabkan seseorang menjadi cemas dalam menjalankan hidup tanpa orang yang dicintainya, tetapi kecemasan itu dapat diatasi dengan kita mengingat Allah SWT. Ikhlas dan berserah padanya agar kehidupan menjadi tenang tanpa beban
2. Bagi siapapun yang merasakan kehilangan, bolehlah bersedih tetapi harus ingat bahwa setelah kesedihan akan datang kebahagiaan kunciya hanya berpasrah diri, bersyukur dan ikhlas menerima apapun. Karena apapun yang Allah berikan untuk kita itulah yang terbaik.
3. Penulis juga berharap adanya penelitian yang selanjutnya yang lebih mendalam terkait tema yang telah dibahas sebelumnya.
1. M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S. *Teori-Teori Psikologi,* (Yogyakarta; Ar-Ruzz Media, 2011) cet ke-2 p. 141 [↑](#footnote-ref-1)
2. Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi,* (Jakarta; PT Bumi Aksara, 2009) p. 49 [↑](#footnote-ref-2)
3. Alex Sobur, *Psikologi Umum,* (Bandung; Pustaka Setia, 2013) cet.1 p. 342 [↑](#footnote-ref-3)
4. Eka Nova Irawan, *Buku Pintar Pemikiran Tokoh-Tokoh Psikologi Dari Klasik Sampai Modern,* (Yogyakarta; IRCiSoD, 2015) Cet.1 p. 213 [↑](#footnote-ref-4)
5. Lenah Wati “Penerapan Loghoterapy Untuk Mengatasi Ketidakharmonisan Berumah Tangga Dalam Pernikahan Dini” (Skripsi Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab UIN SMH Banten, 2017) [↑](#footnote-ref-5)
6. Jazilatunnisa “Pendekatan Behavioral Dalam Mengatasi Kecemasan Siswa Terhadap Guru Bimbingan Dan Konseling” (Skripsi Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab UIN SMH Banten, 2016) [↑](#footnote-ref-6)
7. Inas Tsuraya “Kecemasan Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Terlambat Bicara (speech delay) Di RSUD Dr. M. Ashari Pemalang”(Skripsi, Program Sarjana Universitas Negeri Semarang, 2013) lib.unnes.ac.id/18524/1/ 1550408058.pdf

Diakses pada Selasa, 02 Oktober 2017 pukul 19:06 [↑](#footnote-ref-7)
8. Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D,* (Bandung; Alfabeta, 2009) P. 222 [↑](#footnote-ref-8)
9. Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif,* (Jakarta; Putra Grafika, 2007)P. 115 [↑](#footnote-ref-9)
10. Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, Dan Focus Groups,* (Jakarta; Rajawali Pres, 2015)cet. II. P. 132 [↑](#footnote-ref-10)
11. Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif,* (Jakarta; Putra Grafika, 2007)P. 108 [↑](#footnote-ref-11)
12. Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, Dan Focus Groups,* (Jakarta; Rajawali Pres, 2015)cet. II. P. 29 [↑](#footnote-ref-12)
13. Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D,* (Bandung; Alfabeta, 2009) Hlm. 246-252 [↑](#footnote-ref-13)
14. Eka Nova Irawan, *Buku Pintar Pemikiran Tokoh-Tokoh Psikologi Dari Klasik Hingga Modern.*  Cet. Pertama, ( Yogyakarta: IRCiSD , 2015), P. 211 [↑](#footnote-ref-14)
15. Eka Nova Irawan, *Buku Pintar Pemikiran Tokoh-Tokoh Psikologi Dari Klasik Hingga Modern.*  Cet. Pertama, ( Yogyakarta: IRCiSD , 2015), P. 213-214 [↑](#footnote-ref-15)
16. Agus Sukirno, *Keterampilan dan Teknik Konseling.* P. 47 [↑](#footnote-ref-16)
17. Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling),* (Bandung;Alfabeta)p.109 [↑](#footnote-ref-17)
18. Bastaman, *Logoterapi,* (Jakarta: Pt. Raja Grafindo Pustaka, 2007) P.137-140 [↑](#footnote-ref-18)
19. Bastaman, *Logoterapi,* (Jakarta: Pt. Raja Grafindo Pustaka, 2007) P.132 [↑](#footnote-ref-19)
20. Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi,* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013) p. 17 [↑](#footnote-ref-20)
21. Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi,* cet pertama (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009) p. 49 [↑](#footnote-ref-21)
22. M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S. *Teori-Teori Psikologi,* (Yogyakarta; Ar-Ruzz Media, 2011) cet ke-2 p. 143 [↑](#footnote-ref-22)
23. Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi,* cet pertama (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009) p. 51-52 [↑](#footnote-ref-23)
24. M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S. *Teori-Teori Psikologi,* (Yogyakarta; Ar-Ruzz Media, 2011) cet ke-2 p. 142 [↑](#footnote-ref-24)
25. M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S. *Teori-Teori Psikologi,* (Yogyakarta; Ar-Ruzz Media, 2011) cet ke-2 p. 145-146 [↑](#footnote-ref-25)
26. M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi,* cet 2 (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), p. 146 [↑](#footnote-ref-26)
27. Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi,* cet pertama (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009) p. 56 [↑](#footnote-ref-27)
28. Mukhsin, *Mari Mencintai Anak Yatim,* cet 1 (Jakarta:Gema Insani Press, 2013) [↑](#footnote-ref-28)
29. ER, “Profil anak yatim yang mengalami kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 3 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-29)
30. FF, “Profil anak yatim yang mengalami kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 3 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-30)
31. NA, “Profil anak yatim yang mengalami kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 3 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-31)
32. SK, “Profil anak yatim yang mengalami kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 3 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-32)
33. MT, “Profil anak yatim yang mengalami kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 3 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-33)
34. Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah,* ( Jakarta: Rajawali Pers, 2011) [↑](#footnote-ref-34)
35. Muhammad Ali, *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik* ( Bandung; PT Bumi Aksara, 2003) p. 9 [↑](#footnote-ref-35)
36. Pak Khusaeni, “Gejala kecemasan yang dialami anak yatim”, interviewed by Wirdatul Hamro, 6 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-36)
37. Pak Juanda, “Gejala kecemasan yang dialami anak yatim”, interviewed by Wirdatul Hamro, 6 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-37)
38. Ibu Nida, “Gejala kecemasan yang dialami anak yatim”, interviewed by Wirdatul Hamro, 6 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-38)
39. Alex Sobur, *Psikologi Umum,* ( Bandung; Pustaka Setia, 2011)cet.4 p. 411 [↑](#footnote-ref-39)
40. Oemar Hamalik, *Proses Belajar Mengajar,* (Jakarta: PT Bumi Aksara)2013 [↑](#footnote-ref-40)
41. Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi,* cet pertama (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009) p. 59 [↑](#footnote-ref-41)
42. ER,“Skala Tingkat Kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 6 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-42)
43. FF, “Skala Tingkat Kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 6 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-43)
44. SK, “Skala Tingkat Kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 6 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-44)
45. MT, “Skala Tingkat Kecemasan”, interviewed by Wirdatul Hamro, 6 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-45)
46. Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi,* cet pertama (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009) p. 59 [↑](#footnote-ref-46)
47. Desmita, *Psikologi Perkembangan,* Cet-8 (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013)p. 194 [↑](#footnote-ref-47)
48. Bastaman, *Logoterapi,* (Jakarta: Pt. Raja Grafindo Pustaka, 2007) P.137-140 [↑](#footnote-ref-48)
49. Pak Udin, “Tahapan Konseling Dengan Pendekatan Logoterapi”, interviewed by Wirdatul Hamro, 19 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-49)
50. Tohirin, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah,* ( Jakarta;Rajawali Pers,201) p. 139 [↑](#footnote-ref-50)
51. Agus Sukirno, *Keterampilan dan Teknik Konseling.* P. 85 [↑](#footnote-ref-51)
52. Nur Qomari, *Ibadah-Ibadah Hati,* (Surabaya;PT.Elba Fitrah Mandiri Sejahtera, 2014)p. 14 [↑](#footnote-ref-52)
53. Nur Qomari, *Ibadah-Ibadah Hati,* (Surabaya;PT.Elba Fitrah Mandiri Sejahtera, 2014)p. 29 [↑](#footnote-ref-53)
54. Pak Udin, “Kegiatan Anak di Yayasan Safinatunnajah”, interviewed by Wirdatul Hamro, 19 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-54)
55. Pak Udin, “Kegiatan Anak di Yayasan Safinatunnajah”, interviewed by Wirdatul Hamro, 19 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-55)
56. Pak Udin, “Analisis Responden FF”, interviewed by Wirdatul Hamro, 19 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-56)
57. Pak Udin, “Analisis Responden SK”, interviewed by Wirdatul Hamro, 19 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-57)
58. Bastaman, *Logoterapi,* (Jakarta: Pt. Raja Grafindo Pustaka, 2007) P.149-150 [↑](#footnote-ref-58)
59. Pak Udin, “Analisis Responden”, interviewed by Wirdatul Hamro, 19 Oktober 2017 [↑](#footnote-ref-59)