

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Keluarga merupakan tempat utama dimana seorang anak tumbuh dan berkembang pertama kalinya. Dalam buku Kathryn Geldard dan David Geldard mengatakan keluarga terdiri dari bagian-bagian yang lebih kecil dan disebut subsistem. Secara khusus, subsistem-subsistem dalam keluarga terdiri dari orangtua, pasangan keduanya, dan saudara kandung.<sup>1</sup> Hubungan interaksi anak tidak hanya terbatas pada hubungan dengan orangtua, namun anak juga berinteraksi dengan saudara-saudaranya.

Hubungan antar saudara memegang peranan penting selain terhadap perkembangan anak juga terhadap hubungan keluarga itu sendiri. Apabila antar saudara baik, maka hubungan keluarga pun akan cenderung baik suasana di rumah akan lebih menyenangkan dan bebas dari perselisihan. Sebaliknya apabila hubungan antar saudara kurang baik penuh perselisihan dan ditandai rasa iri dan ketidakharmonisan lainnya, hal itu akan merusak hubungan sosial dan pribadi anggota keluarga di rumah.

Hubungan antar saudara dapat berjalan baik, misalnya sang kakak menjaga adiknya, memberi perhatian yang positif kepada adiknya, dalam interaksi anak dengan saudaranya, anak mungkin akan menunjukkan contoh perilaku saling menolong dan saling melindungi.

---

<sup>1</sup>Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga Membangun Relasi Untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), p. 4.

Namun pada sisi lain, terkadang sering terjadi konflik yang timbul dari anak dengan saudaranya. Contoh seorang kakak merasakan iri pada adiknya dan menganggap adik sebagai penyebab hilangnya kenikmatan yang selama ini ia terima dari orangtua. Rasa iri sang kakak pada adik ini, merupakan suatu hal yang dapat menyebabkan konflik pertengkaran dan persaingan yang negatif antar saudara kandung.

Setiap pertengkaran memiliki kasus yang berbeda-beda sehingga solusinya pun berbeda-beda. Jika masalahnya adalah orangtua yang dinilai tidak adil oleh anak, berlakulah adil. Biasanya, kecenderungan di Indonesia, ada bapak yang lebih sayang kepada anak laki-laki lebih sering diajak pergi, sementara anak perempuannya ditinggal di rumah. Atau sebaliknya, ibu lebih sayang pada anak perempuannya.<sup>2</sup>

Sri Lestari mengatakan bahwa hubungan dengan saudara merupakan jenis hubungan yang berlangsung dalam jangka panjang. Pola hubungan yang terbangun pada masa kanak-kanak dapat bertahan hingga dewasa. Hubungan dengan saudara dapat memengaruhi perkembangan individu, secara positif maupun negatif tergantung pola hubungan yang terjadi. Pada masa kanak-kanak pola hubungan dengan *sibling* dipengaruhi oleh empat karakteristik, yaitu: jumlah saudara, urutan kelahiran, jarak kelahiran, dan jenis kelamin.<sup>3</sup>

Lebih lanjut, dalam buku Sri Lestari menggambarkan bahwa pola hubungan antara saudara kandung dicirikan oleh tiga karakteristik.

---

<sup>2</sup>Shahnaz Haque Ramadhan, *Ayah Edy Menjawab*, (Bogor: PT. Mizan Publika, 2011), p. 21.

<sup>3</sup>Sri Lestari, *Psikologi Keluarga*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), pp. 19-21.

*Pertama*, kekuatan emosi dan tidak terhambatnya pengungkapan emosi tersebut. Emosi yang menyertai hubungan dengan saudara dapat berupa emosi negatif maupun emosi positif. *Kedua*, keintiman yang membuat antarsaudara kandung saling mengenal secara pribadi. Keintiman ini dapat menjadi sumber bagi dukungan maupun konflik. *Ketiga*, adanya perbedaan sifat pribadi yang mewarnai hubungan di antara saudara kandung.<sup>4</sup>

Sebagian memperlihatkan afeksi, kepedulian, kerja sama, dan dukungan. Sebagian yang lain menggambarkan adanya permusuhan, gangguan, dan perilaku agresif yang memperlihatkan adanya ketidaksukaan satu sama lain. Sri Lestari mengemukakan berbagai hal negatif dalam hubungan antarsaudara yang dikenal dengan sebutan *sibling rivalry*, namun keberadaan saudara kandung juga bermanfaat yaitu;

- a. Sebagai tempat uji coba (*testing ground*). Saat bereksperimen dengan perilaku baru, anak akan mencobanya terhadap saudaranya sebelum menunjukkannya pada orangtua atau teman sebayanya.
- b. Sebagai guru. Biasanya anak yang lebih besar, karena memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih banyak, akan banyak mengajari adiknya.
- c. Sebagai mitra untuk melatih keterampilan negosiasi mengenai bagian masing-masing.
- d. Sebagai sarana untuk mengetahui manfaat dari komitmen dan kesetiaan.
- e. Sebagai pelindung bagi saudaranya.

---

<sup>4</sup>Lestari, *Psikologi Keluarga...*, p. 20.

- f. Sebagai penerjemah dari maksud orangtua dan teman sebaya terhadap adiknya.
- g. Sebagai pembuka jalan saat ide baru tentang suatu perilaku dikenalkan pada keluarga.<sup>5</sup>

Pembagian perhatian yang tidak adil juga dapat menyebabkan persaingan (*sibling rivalry*), karena salah satu anak cemburu dan merasa tersisih oleh saudara kandungnya. Karena *sibling rivalry* adalah kompetisi antara saudara kandung untuk mendapatkan cinta kasih, afeksi dan perhatian dari satu atau kedua orangtuanya, atau untuk mendapatkan pengakuan atau suatu yang lebih.<sup>6</sup>

Rasa cemburu merupakan sifat alami dan normal pada sifat manusia, baik pada anak-anak, remaja maupun orang dewasa. Memang biasanya anak pertama mempunyai beberapa kelebihan dan kekurangan, menjadi anak sulung adalah pemimpin yang dituntut harus bisa mandiri. Beban dan tanggung jawab besar akan selalu dipikulnya, tak jarang anak sulung harus rela mengalah dalam banyak hal.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan di atas, pada penelitian awal peneliti meneliti 3 responden perempuan pada 6 Desember 2016 di rumah masing-masing responden di Desa Margagiri Kecamatan Bojonegara Serang Banten yang mengalami iri pada adik kandungnya dan mengalami problem psikis dan behavioral pada kehidupannya. Responden pertama yaitu DW, anak pertama dari 3 bersaudara. DW berusia 21 tahun. Dari hasil wawancara, DW bercerita bahwa dirinya seringkali dibanding-bandingkan dengan adiknya yang

---

<sup>5</sup>Lestari, *Psikologi Keluarga...*, p. 21.

<sup>6</sup>Hasty Widyasih Suherni, *Perawatan Masa Nifas*, (Yogyakarta: Fitramaya, 2009), p. 67.

usianya tidak jauh dari usia DW. Saat itu dirinya beranggapan dan merasa bahwa ibunya lebih sayang terhadap adik-adiknya, bahkan seringkali dirinya merasa selalu terpojok dan disalahkan dalam situasi tertentu.<sup>7</sup>

Responden yang kedua berinisial UH yang berusia 20 tahun, anak pertama dari 2 bersaudara. Dari hasil wawancara UH mengungkapkan pada saat kecil dirinya seolah jauh dari orangtuanya. UH lebih sering bersama tantenya karena kedua orangtuanya sibuk bekerja. Awalnya UH tidak keberatan dengan kesibukan mereka, asalkan apapun yang ia inginkan dituruti oleh orangtuanya. UH merasa orangtuanya lebih sayang terhadap adik bungsunya karena selalu mendapatkan perhatian lebih karena adiknya mendapatkan perhatian yang tidak ia dapatkan.<sup>8</sup>

Responden ketiga berinisial NH yang berusia 21 tahun, anak pertama dari 2 bersaudara, mempunyai adik perempuan yang usianya tidak jauh dari NH hanya selisih 2 tahun. NH menceritakan bahwa dirinya sejak kecil tidak tinggal bersama kedua orangtuanya dan NH tinggal bersama bibinya. Tetapi saat SMA, orangtuanya meminta NH untuk tinggal bersama dengan orangtuanya, dari hasil wawancara NH mengungkapkan bahwa dirinya tidak dekat dengan adiknya, seringkali dirinya merasakan iri karena adiknya selalu dibangga-banggakan dan NH pun mengungkapkan bahwa dirinya merasa cemburu ketika orangtuanya lebih mengerti adiknya.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup>Responden DW, wawancara pada hari Selasa tanggal 6 Desember 2016 pukul 13.00 WIB

<sup>8</sup>Responden UH, wawancara pada hari Rabu, tanggal 7 Desember 2016 pukul 10.00 WIB

<sup>9</sup>Responden NH, wawancara pada hari Rabu, tanggal 7 Desember 2016 pukul 14.00 WIB

Dari uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada remaja sulung yang mengalami kecemburuan dan rasa iri terhadap adik-adiknya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti menggunakan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi psikis dan behavioral remaja sulung di Desa Margagiri dalam status sebagai anak sulung dalam keluarganya?
2. Bagaimana penerapan dan hasil *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meminimalisir rasa iri pada remaja sulung di Desa Margagiri ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah dan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana kondisi psikis dan behavioral remaja sulung di Desa Margagiri dalam status sebagai anak sulung dalam keluarganya.
2. Untuk mendeskripsikan bagaimana penerapan dan hasil *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meminimalisir rasa iri pada remaja sulung di Desa Margagiri.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang didapat dari penelitian tentang Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meminimalisir rasa iri pada remaja sulung, secara teoritis penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan teoritis dalam hal yang berkaitan dengan terapi untuk

meminimalisir rasa iri dalam keluarga pada remaja sulung, yang pada hal ini penulis menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Secara praktis, penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi ilmu pengetahuan terhadap para konselor dalam menangani kliennya untuk meminimalisir rasa iri dalam keluarga pada remaja sulung, serta dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat terutama orangtua dan bahwasanya di dalam keluarga itu saling membutuhkan, saling menyayangi dan mendukung layaknya persahabatan antar saudaranya.

## **E. Kajian Pustaka**

Untuk menghindari kesamaan antara satu karya dengan karya yang lain, maka harus dilakukan kajian pustaka yang bertujuan agar bisa membedakan karya tulis tentang Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meminimalisir rasa iri dalam keluarga remaja sulung terhadap karya-karya tulis lainnya yang membahas tema yang sama atau terdapat kemiripan dengan karya ilmiah peneliti. Berikut perbedaan dengan karya tulis lainnya.

Skripsi pertama berjudul “*Deskripsi Persepsi Anak Pertama Terhadap Adik Kandung Dari Masa Kanak-Kanak Sampai Remaja Akhir*” yang disusun oleh Emelia Pudar Wijayanti Sagala, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta 2016. Dalam data-data yang dikumpulkan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa anak pertama akan mempersepsikan adik ke dalam 3 tema besar, yaitu perubahan perhatian orangtua, adanya tanggung jawab baru, dan pertemanan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan

bahwa anak pertama laki-laki yang memiliki adik laki-laki cenderung memiliki persepsi yang lebih negatif dibandingkan kombinasi hubungan antar saudara kandung lainnya.<sup>10</sup>

Skripsi kedua berjudul “*Perbedaan Perilaku Mandiri Antara Anak Sulung dan Anak Bungsu Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Pola Asuh Orangtuanya*” yang disusun oleh Yuliani, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya 2004. Skripsi tersebut memaparkan perilaku mandiri anak dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah urutan kelahiran anak (anak sulung atau anak bungsu dan persepsi terhadap pola asuh orangtuanya). Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan perilaku mandiri pada anak sulung dan anak bungsu ditinjau dari persepsi terhadap pola asuh orangtuanya.<sup>11</sup>

Dalam karya tulis ilmiah yang berjudul “*Hubungan Antara Sibling Rivalry Dengan Kemampuan Penyesuaian Sosial Anak Usia Sekolah Di SDN Cireundeu III*” yang disusun oleh Etika Rahmawati, Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta 2013. Skripsi tersebut memaparkan anak-anak sering memiliki rasa iri hati satu sama lain dan sering bertengkar dengan saudara kandungnya bahkan rasa kesalnya sering terbawa di sekolah. Sedangkan masalah dalam penyesuaian

---

<sup>10</sup>Emelia Pudar Wijayanti Sagala, “Deskripsi Persepsi Anak Pertama Terhadap Adik Kandung Dari Masa Kanak-Kanak Sampai Remaja Akhir”, (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2016), diakses pada hari senin 12 Desember 2016 pukul 12.23 WIB

<sup>11</sup>Yuliani “Perbedaan Perilaku Mandiri Antara Anak Sulung dan Anak Bungsu Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Pola Asuh Orangtuanya”, (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya, 2004), diakses pada hari senin 12 Desember 2016 pukul 12.23 WIB



sosialnya seperti suka pilih-pilih teman, lebih tertutup dengan teman dan sering bertengkar dengan teman sekolahnya.<sup>12</sup>

Berdasarkan ketiga penelitian di atas terdapat perbedaan antara karya peneliti. Bahwasannya peneliti melakukan *treatment* REBT untuk meminimalisir rasa iri dalam keluarga pada remaja sulung. Sebagaimana dalam ketiga penelitian di atas hanya melakukan penelitian dengan menggunakan bantuan konseling tetapi tidak melakukan *treatment* REBT dalam mengatasinya.

## **F. Kerangka Teoritis**

### **1. *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)**

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan yang merupakan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran.<sup>13</sup> Dalam proses konselingsnya, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pemikiran individu.

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah memperbaiki dan mengubah sikap individu dengan cara mengubah cara berfikir dan keyakinan

---

<sup>12</sup>Etika Rahmawati, "Hubungan Antara Sibling Rivalry Dengan Kemampuan Penyesuaian Sosial Anak Usia Sekolah Di SDN Cireundeu III", (Skripsi, Universitas Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2013), diakses pada hari senin 12 Desember 2016 pukul 12.23 WIB

<sup>13</sup>Gantina Komalasari et.all., *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), p. 201.

klien yang irasional, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya.<sup>14</sup>

Yang dimaksud dengan “rasional” adalah kognisi yang efektif dalam membantu diri daripada kognisi yang sekedar valid secara empiris maupun logis.<sup>15</sup> Terapi tingkah laku (*behavioral*) merupakan pendekatan terhadap konseling dan psikoterapi yang berurusan dengan perubahan tingkah laku dengan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Teori ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif. *Behavioral* menekankan bahwa tingkah laku manusia dikendalikan akan kondisi-kondisi lingkungannya. Terapi *behavioral* berbeda dengan sebagian terapi lainnya, dengan ditandai oleh : (a) pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik, (b) kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan *treatment*, (c) perumusan prosedur *treatment* yang spesifik yang sesuai dengan masalah, dan (d) penaksiran objektif atas hasil-hasil terapi.<sup>16</sup>

Pada dasarnya, terapi *behavioral* diarahkan pada tujuan-tujuan untuk memperoleh tingkah laku baru dengan penghapusan tingkah laku yang maladaptif, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan.<sup>17</sup>

---

<sup>14</sup>Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Teknik*, (Jakarta: Kencana, 2011), p. 181.

<sup>15</sup>Richard Nelson Jones, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), p. 491.

<sup>16</sup>Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), cet. VII, p. 196.

<sup>17</sup>Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*..., p. 197.

Tahap-tahap *Rational Emotive Behavior Therapy*:

Dalam proses ini konseli diajarkan untuk menerima bahwa perasaan, pemikiran dan tingkah laku tersebut diciptakan dan diverbalisasi oleh konseli sendiri. Untuk mengatasi hal tersebut, konseli membutuhkan konselor untuk membantu mengatasi permasalahannya. Maka terdapat beberapa tahap yang dilakukan oleh konselor dan konseli.

1. Proses dimana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irasional. Konselor membantu konseli untuk memahami bahwa emosi dan perilaku disebabkan oleh kepercayaan dan pikiran.
2. Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Konselor menunjukkan bagaimana kepercayaan dan pikiran seseorang mungkin tertutup, dalam hal ini terdapat teori ABC yang sangat berguna di sini. Konselor meminta konseli untuk bercerita tentang *activating event* (A) (kejadian), *beliefs* (B) (keyakinan), dan *consequences* (C) (konsekuensi). Pada tahap ini konselor menggunakan teknik-teknik konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.
3. Tahap akhir ini, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional. Konselor mengajarkan konseli bagaimana melawan dan merubah

kepercayaan irasional dan menggantinya dengan kepercayaan yang lebih rasional.<sup>18</sup>

Secara khusus, terdapat pula beberapa langkah konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yaitu:

1. Bekerja sama dengan konseli (*engange with client*)
  - Membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan membangun empati, kehangatan dan penghargaan.
  - Memperhatikan tentang “*secondary disturbances*” atau hal yang mengganggu konseli yang mendorong konseli mencari bantuan.
  - Memperlihatkan kepada konseli tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu konseli mencapai tujuan konseling.
2. Melakukan asesmen terhadap masalah, orang dan situasi (*ases the problem, person and situation*)
  - Mulai dengan mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut konseli salah.
  - Perhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini.
  - Laksanakan asesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, kedalam masalah, hubungan dengan kepribadian

---

<sup>18</sup>Komalasari et.al., *Teori dan Teknik Konseling...*, pp. 215-216.

individu, dan sebab-sebab non-psikis seperti :  
kondisi fisik, lingkungan, dan penyalahgunaan obat.

3. Mempersiapkan konseli untuk terapi (*prepare the client for therapy*)

- Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah.
- Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implikasinya.

4. Mengimplementasikan program penanganan (*implement the treatment program*)

- Menganalisis episode spesifik di mana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlibat dalam masalah, dan mengembangkan *homework*.
- Mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku.
- Menggunakan teknik-teknik tambahan yang diperlukan.

5. Mengevaluasi kemajuan (*evaluate progress*)

Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berpikir atau perubahan tersebut disebabkan oleh faktor lain.

6. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling  
(*prepare the client for termination*)

Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri proses konseling dengan menguatkan kembali hasil yang sudah dicapai. Selain itu, mempersiapkan konseli untuk dapat menerima adanya kemungkinan kemunduran dari hasil yang sudah dicapai atau kemungkinan mengalami masalah dikemudian hari.<sup>19</sup>

Peneliti juga mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau modifikasi tingkah laku. Serta peneliti menggunakan teknik-teknik tambahan yang diperlukan untuk membantu responden dalam menangani masalah iri terhadap adiknya peneliti menggunakan teknik kognitif. Teknik kognitif ini terdiri dari dispute kognitif (*cognitive disputation*) adalah usaha untuk mengubah keyakinan irasional konseli, analisis rasional (*rational analysis*) teknik untuk mengajarkan konseli bagaimana membuka dan mendebat keyakinan irasional, dan membuat frame ulang (*reframing*) mengevaluasi kembali hal-hal yang mengecewakan dan tidak menyenangkan dengan mengubah *frame* berpikir konseli.<sup>20</sup>

## 2. Pengertian Sibling Rivalry

Dalam kamus besar psikologi *Sibling Rivalry* adalah satu kompetisi antara saudara kandung adik dan kakak laki-laki, adik

---

<sup>19</sup>Komalasari et.all., *Teori dan Teknik Konseling...*, p. 218

<sup>20</sup>Komalasari et.all., *Teori dan Teknik Konseling...*, pp. 217-222.

dan kakak perempuan, atau adik perempuan dan kakak laki-laki.<sup>21</sup> *Sibling Rivalry* biasanya muncul ketika selisih usia saudara kandung terlalu dekat, karena kehadiran adik dianggap menyita waktu dan perhatian terlalu banyak dari orangtua. *Sibling Rivalry* lebih sering terjadi pada anak yang berjenis kelamin sama khususnya perempuan (Millman dan Schaefer) dalam Setiawati dan Zulkaida.<sup>22</sup>

Dampak *sibling rivalry* terhadap saudara yang pertama yaitu agresi. Hurlock mengemukakan dampak *sibling rivalry* pada anak yaitu serangan agresi pada saudara dan merusak barang milik saudara yang dapat dikategorikan agresi. Yang kedua yaitu tidak mau berbagi dengan saudara. Apabila anak memiliki perasaan iri atau bersaing dengan saudaranya maka ia akan cenderung lebih memikirkan diri sendiri dan enggan untuk berbagi dengan saudaranya. Yang ketiga yaitu tidak mau membantu saudaranya. Perasaan bersaing dengan saudara biasanya diwujudkan dengan tidak mau saling membantu dan bekerjasama dengan saudaranya. Yang keempat yaitu mengadukan saudara. Saling mengadukan kesalahan yang diperbuat oleh saudaranya merupakan sikap yang ditunjukkan supaya anak dapat dilihat lebih hebat dan menjadi pemenang.<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup>James P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011), p. 542.

<sup>22</sup>Setiawati dan Zulkaida, "Sibling Rivalry pada Anak Sulung yang Diasuh oleh Single Father", *Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma*, Vol. 2, (2007), p. 23.

<sup>23</sup>Papalia E. Diane, et.all., *Human Development Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2001), p. 310.

### 3. Remaja

Istilah remaja dikenal dengan “*adolescence*” yang berasal dari kata bahasa Latin “*adolescere*” yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa.<sup>24</sup> Menurut Piaget istilah *adolescence* mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik.<sup>25</sup>

Remaja merupakan periode perkembangan ke arah otonomi (kemandirian) atau independensi pribadi. Untuk mencapai aspek perkembangan ini, remaja harus dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yaitu menerima keadaan fisiknya dan memanfaatkannya secara efektif, mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau orang dewasa lainnya, mencapai jaminan kemandirian ekonomi, memilih dan mempersiapkan pekerjaan, mempersiapkan pernikahan dan hidup berkeluarga, dan mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang perlu bagi kompetensi sebagai warga negara.<sup>26</sup>

### 4. Iri dalam Pandangan Psikologi

Iri yang dalam bahasa Inggris adalah *envy* perasaan yang tidak menyenangkan, atau emosi yang dibangkitkan oleh hasrat untuk memiliki seperti yang dipunyai oleh oranglain.<sup>27</sup>

Dalam Jurnal Psikologi, Faturochman mengatakan bahwa iri dapat menyebabkan persoalan yang serius, selain itu iri dapat

---

<sup>24</sup>Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), p. 189.

<sup>25</sup>Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 2003), p. 206.

<sup>26</sup>Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), p. 96.

<sup>27</sup>Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi...*, p. 169.



mengakibatkan relasi sosial menjadi buruk. Secara psikologis kata iri memiliki beberapa aspek yang dapat diurai sebagai emosi atau perasaan dan akibat dari kelebihan orang lain. Iri tidak mungkin terjadi jika tidak ada perbandingan dengan orang lain, hal ini menunjukkan bahwa iri sangat terkait dengan bagaimana seseorang memandang orang lain dan kemudian membandingkan dengan dirinya sendiri. Iri muncul ketika seseorang berkeinginan untuk memperoleh keuntungan sama seperti yang diperoleh orang lain atau saudara. Iri juga berkaitan dengan perasaan rendah diri yang disebabkan karena perbandingan sosial yang tidak menguntungkan atau menyenangkan dan dapat menyebabkan evaluasi diri yang negatif.

Lebih lanjut, Faturachman mengatakan bahwa terdapat beberapa aspek penyebab iri. Dilihat dari sisi waktu munculnya perasaan iri dapat disimpulkan bahwa perasaan tersebut pada prinsipnya muncul dari waktu ke waktu. Secara garis besar objek iri adalah pengembangan diri dan prestasi, kemampuan dalam relasi sosial dan keharmonisan keluarga, serta kondisi fisik yang unggul.<sup>28</sup>

Masing-masing anak mempunyai karakter yang berbeda. Oleh sebab itu, orangtua sangat berperan penting untuk memberikan perhatian sesuai dengan kebutuhan dan keinginan mereka masing-masing. Jangan sampai membanding-bandingkan kakak dengan adiknya atau sebaliknya, karena penyebabnya akan menimbulkan iri hati.

---

<sup>28</sup>Faturachman, "Iri Dalam Relasi Sosial", *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 33, No. 1 (Mei, 2013). pp. 1-14.

## 5. Iri Dalam Pandangan Islam

Iri hati adalah sifat yang dimiliki seseorang yang selalu menginginkan hilangnya kenikmatan orang lain.<sup>29</sup> Adapun sebab-sebab timbulnya iri hati adalah permusuhan, sombong, ujub, cinta kekuasaan, dan jiwa yang buruk serta bakhil. Adapun sebab yang paling utama dan dominan adalah adanya permusuhan dan kebencian, karena orang yang telah disakiti oleh seseorang lantaran suatu sebab, dan sering berseberangan dengan apa yang menjadi tujuannya, maka pasti hatinya akan membenci dan kedengkian pun akan tertanam kuat dalam dirinya.<sup>30</sup> Diantara sifat buruk manusia yang banyak merusak kehidupan adalah dengki (iri hati) yaitu perasaan yang timbul dalam diri seseorang setelah memandang sesuatu yang tidak dimiliki olehnya, tetapi dimiliki oleh orang lain. Imam Al-Ghazali mengatakan, dengki (iri hati) adalah membenci kenikmatan yang diberikan Allah kepada orang lain dan ingin agar orang tersebut kehilangan kenikmatan itu. Dengki dapat merayapi hati orang yang merasa kalah wibawa, kalah popularitas, kalah pengaruh, atau kalah pengikut.<sup>31</sup>

Seseorang yang hatinya dipenuhi dengan kebencian, dengki, kecurangan, dan iri hati kepada orang lain, dipandang gagal oleh Islam, bahkan meskipun amal ibadahnya banyak. Ia seperti sebuah batu lemah dalam bangunan masyarakat. Hal ini melemahkan

---

<sup>29</sup>Abul Qasim, *Risalah Qusyairiyah Sumber Kajian Ilmu Tasawuf*, (Jakarta: Pustaka Amani, 2007), p. 213.

<sup>30</sup>Musthafa Murad, *Minhajul Mukmin Pedoman Hidup Bagi Orang Mukmin*, (Solo: Pustaka Arafah, 2011), p. 214.

<sup>31</sup>Rosihon Anwar, *Akidah Akhlak*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008), pp. 261-262.

ikatan dan mungkin akan menyebabkan keruntuhan.<sup>32</sup> Seperti halnya dengan kedua anak Adam, Qobil dan Habil salah seorang diantaranya membunuh saudaranya akibat dorongan iri hati, maka sudah sepantasnya eratkan tali persaudaraan antara kakak dan adik, jangan ada rasa cemburu ataupun iri hati. Hal ini dijelaskan dalam Firman Allah:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ  
لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

*”Orang-orang yang beriman sesungguhnya bersaudara. Sebab itu damaikanlah (perbaikilah hubungan) antara kedua saudaramu itu dan takutlah kepada Allah, supaya kamu mendapat rahmat.” (QS. Al- Hujurat: 10).*<sup>33</sup>

Akibat dari iri hati ini menimbulkan dampak yang tidak baik seperti kemarahan. Ketahuilah bahwa kemarahan itu jika ditahan pasti akan melemah saat itu juga, kemudian ia akan kembali lagi ke dalam hati dan tertahan disana, yang kemudian bisa menimbulkan sebuah kedengkian, yang mana hal itu bisa ditandai dengan kemarahan secara terus menerus, hingga membuatnya merasa terbebani dengan sesuatu yang berat dan sangat ingin lari darinya. Karena kedengkian ini buah dari kemarahan, sedangkan iri merupakan akibat dari kedengkian.<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup>Muhammad Ali Al Hasyimi, *Be Smart Muslim*, (Jakarta: Ummah publishing, 2009), p. 233.

<sup>33</sup>Depag, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Pustaka Amani, 2005), p. 770.

<sup>34</sup>Musthafa Murad, *Minhajul Mukmin Pedoman Hidup Bagi Orang Mukmin*, (Solo: Pustaka Arafah, 2011), p. 212.

## **G. Metodologi Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian kualitatif menurut Bogdan dan Taylor seperti yang dikutip oleh Abdul Halim Hanafi adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif kualitatif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.<sup>35</sup>

Metode penelitian kualitatif disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya sering dilakukan pada kondisi yang alamiah (*natural setting*); disebut juga sebagai metode ethnographi karena pada awalnya metode ini lebih banyak digunakan untuk penelitian bidang antropologi budaya. Disebut sebagai metode kualitatif karena data yang terkumpul dan analisisnya lebih bersifat kualitatif.<sup>36</sup>

### **2. Subjek dan Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Desa Margagiri Kecamatan Bojonegara Kabupaten Serang Provinsi Banten. Subjek penelitian ini adalah remaja akhir perempuan usia 18-21 tahun yang mengalami rasa iri dan kecemburuan terhadap saudara kandung. Jumlah responden adalah 5 orang yaitu , tiga orang yang sudah peneliti wawancara pada penelitian awal, yaitu DW, UH, NH dan dua orang lagi yaitu NF dan FS.

---

<sup>35</sup>Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), p. 22.

<sup>36</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2014), cet XX, p. 8.

### 3. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada awal Desember s/d Maret 2017.

### 4. Teknik Pengumpulan Data

Adapun metode dalam pengambilan dan pengumpulan data penelitian yang penulis gunakan adalah:

#### a. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara pengamatan langsung dilapangan. Menurut Sutrisno Hadi, observasi merupakan suatu proses yang kompleks tersusun dari berbagai proses biologis atau psikologis.<sup>37</sup>

Di sini peneliti mengamati langsung bagaimana kondisi remaja sulung terhadap adik-adiknya, serta melakukan penelitian langsung dengan melakukan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada remaja sulung.

#### b. Wawancara

Wawancara merupakan alat pengumpulan data untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya dengan cara tatap muka dan bercakap-cakap. Yang dimaksud dengan wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden.<sup>38</sup>

---

<sup>37</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D...*, cet. XX, p. 145.

<sup>38</sup>Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2011), pp. 193-194.

Adapun yang diwawancarai dalam penelitian ini adalah perempuan remaja akhir usia 18-21 tahun yang mengalami iri pada adiknya.

c. Treatment

Selain melakukan wawancara dan observasi peneliti juga melakukan *treatment* konseling, di mana peneliti berperan sebagai konselor. Konseling yang digunakan adalah konseling individual melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam memecahkan problem-problem yang dialami para subyek penelitian.

## 5. Metode Analisis Data

Analisis data disebut juga pengolahan data dan penafsiran data. Analisis data adalah rangkaian kegiatan penelaahan, pengelompokan, sistematisasi, penafsiran dan verifikasi data agar sebuah fenomena memiliki nilai sosial, akademis dan ilmiah.<sup>39</sup>

## H. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian ini, penulis membagi dalam lima bab, di mana antara bab satu dengan bab lainnya saling berkaitan. Adapun sistematikanya adalah sebagai berikut:

Bab pertama merupakan suatu pengantar untuk sampai pada pembahasan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah,

---

<sup>39</sup>Imam Suprayogo dan Tobroni, *Metode Penelitian Sosial Agama*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2003), p. 191.

tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teoritis, metodologi penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab kedua merupakan gambaran umum tentang Desa Margagiri, yang meliputi profil, letak geografis, kondisi pemerintahan desa, kondisi ekonomi, kultur budaya dan pendidikan di Desa tersebut.

Bab ketiga yaitu menjelaskan kondisi psikis dan behavioral remaja sulung dalam status sebagai anak sulung dalam keluarganya meliputi profil responden, penyebab terjadinya rasa iri pada saudara kandung.

Bab keempat yaitu menjelaskan penerapan dan hasil *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meminimalisir rasa iri dalam keluarga pada remaja sulung yang meliputi langkah-langkah dalam teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dan perubahan psikis dan tingkah laku, setelah kegiatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Bab kelima yaitu penutup, yang meliputi kesimpulan dan saran.