

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan modern banyak menimbulkan masalah kekosongan makna dalam kehidupan manusia. Tidak jarang manusia yang terlena dengan kehidupan dunia, hingga tidak sempat merenungkan makna hidup dalam dirinya. Kekosongan makna seseorang akan sangat terasa ketika seseorang mengalami serangkaian kejadian yang mengecewakan dalam kehidupannya. Misalkan orang tua yang putus asa, kondisi keluarga yang kurang harmonis, tekanan dari tempat kerja, tuntutan lingkungan masyarakat, yang kemudian dapat berimplikasi terhadap perilaku orang tua itu sendiri.

Sebagaimana Allah berfirman dalam surah Az-Zzariyat ayat 56 yang berbunyi

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya : *“Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku”*¹

Dari ayat diatas Allah menjelaskan bahwa inti dari tujuan manusia diciptakan adalah untuk beribadah kepadanya. Ketika upaya manusia dalam menjalani hidup keluar dari

¹ Agus Hidayatullah Dkk, *Alwasim : Al-Qur'an Tajwid*, (Bekasi: Cipta Bagus Segara, 2013), h.523

tujuan yang semestinya, maka akan terjadi permasalahan kekosongan makna hidup. Dalam menjalani kehidupan, manusia akan dihadapkan pada berbagai ujian sebagaimana Allah berfirman dalam surah Al-Baqarah ayat 155 yang berbunyi

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالْثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: *“Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”*²

Tingginya tuntutan lingkungan sosial dapat memberikan dampak psikis seperti stres yang memicu sensitifitas seseorang. Hal ini juga dapat bertambah parah dengan kepribadian yang temperamental pada seseorang. Beberapa contoh perilaku temperamental orang tua seperti sering memarahi anaknya baik disengaja maupun tanpa disengaja dapat memberikan dampak buruk pada kualitas keharmonisan keluarga itu sendiri.

Tingginya intensitas pengaruh orang tua terhadap anak menjadikannya sebagai pusat berbagai persoalan. Sikap orang tua dapat menjadi pendorong yang akan

² Agus Hidayatullah Dkk, *Alwasim : Al-Qur'an Tajwid*, ...,h.24

mewarnai anak untuk berindak, juga akan memunculkan perasaan yang menyertai sikap tertentu.³ Perkara interaksi antara orang tua dan anak yang berimplikasi dengan pengasuhan dalam mendidik anak sangat bergantung pada keputusan yang diambil orang tua. Namun faktor lain pun ikut mempengaruhi baik yang bersifat internal seperti kepribadian dan pendidikan, serta faktor yang bersifat eksternal seperti lingkungan baik pengaruh secara geografis, sosial budaya, dll.⁴

Temperamen menurut kamus besar bahasa Indonesia merupakan sikap batin seseorang yang memiliki pengaruh terhadap perbuatan, perasaan dan emosi, atau dapat pula diartikan sebagai perbedaan pada perilaku dan kondisi emosi setiap orang saat menanggapi sesuatu.⁵ Temperamen merupakan kecenderungan dalam berperilaku, bukan yang membedakan perilaku. Temperamen rendah adalah seseorang yang tidak mudah marah atau penyabar. Hal itu ditunjukkan dengan wajah tenang serta berbicara lambat dengan irama yang mantap.

³ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*, (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2017), h.87

⁴ Milla Pristianti, *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Emosi dan Temperamen Anak*, <https://www.kompasiana.com/millapristianti/5b9a1212677ffb17500eafd2/pengaruh-pola-asuh-orang-tua-terhadap-emosi-dan-temperamen-anak>, Diakses pada 7 Juni 2020 pukul 21.02

⁵ Kamus Besar Bahasa Indonesia. <https://kbbi.web.id/temperamen>, Diakses pada 16 Mei 2020 pukul 13.40

Sedangkan seseorang dengan temperamen tinggi cenderung mudah marah⁶.

Di Indonesia, seseorang yang memiliki temperamen mudah marah atau sering tersinggung sering disebut temperamental. Mudah marah atau temperamental adalah kondisi amarah seseorang yang sering meningkat dengan cepat.⁷ Seseorang yang berperilaku temperamental memiliki jiwa yang sensitif karena kecenderungan terhadap temperamen yang dimilikinya, meskipun tidak semua orang yang sensitif adalah temperamental. Memiliki sifat temperamental ibarat menyimpan bom waktu. Kondisi emosional seseorang yang mudah dan terus-menerus marah, berpotensi mengundang berbagai masalah kesehatan dikemudian hari.⁸

Tidak jarang perilaku temperamental bersumber dari distress emosional, secara khusus depresi atau kecemasan yang cukup signifikan pada fungsi psikologis. Fungsi yang rusak melibatkan berbagai kesulitan dalam

⁶ Mandira dan Rachmayanty. *Fakta Mitos Orang-orang Temperamen Disekeliling Kita*, <https://pijarpsikologi.org/fakta-mitos-orang-orang-temperamen-di-sekeliling-kita/>, Diakses pada 16 Mei Pukul 16.51.

⁷ Salis Annisa, *Sifat Temperamental Bisa Jadi Bumerang Bagi Kesehatan Anda*, <https://www.sehatq.com/artikel/sifat-temperamental-bisa-jadi-bumerang-bagi-kesehatan-anda/amp>, Diakses pada 16 Mei 2020 pukul 17.14

⁸ Yunia Pratiwi, *Sifat Temperamental Beresiko Ganggu Kesehatan Jantung dan Paru*, <https://cantik.tempo.co/read/1352440/sifat-temperamental-berisiko-gangu-kesehatan-jantung-dan-paru-paru/full&view=ok>, Diakses pada 12 Juni 2020 Pukul 15.02

memenuhi tanggungjawab di tempat kerja, dalam keluarga, ataupun dalam masyarakat luas. Hal tersebut mencakup pula perilaku yang menempatkan seseorang dalam resiko mengalami penderitaan pada dirinya maupun lingkungan sekitarnya⁹. Sebagai wadah penanaman nilai-nilai keagamaan, pemberi identitas pada setiap anggotanya serta menuntun pada kearifan dalam menghadapi hidup hingga mengoptimalkan potensi diri pada setiap anggota keluarga, keluarga seyogyanya menjadi tempat dimana ikatan menentramkan, mendorong menuju kebermaknaan, keberfungsian yang berkelanjutan khususnya antara orang tua dan anak.¹⁰

Dalam kondisi ini, makna hidup sangat diperlukan bagi manusia untuk menjalankan kehidupannya dengan bersemangat dan nilai-nilai positif lainnya. Manusia yang menghayati makna hidupnya akan dapat mengisi kehidupannya dengan penuh makna dan mendapatkan kebahagiaan atas perjuangannya dalam memberikan makna pada kehidupannya. Manusia yang kehidupannya penuh makna akan termotivasi dalam mencapai tujuan hidupnya. Mereka tidak akan mengalami kekosongan makna atau kehampaan eksistensial yang dapat menimbulkan mental yang tidak sehat. Orang-orang yang

⁹ Jeffrey S. Nevid, dkk., *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2014), Edisi V, h.67

¹⁰ Rida Hesti Ratnasari, *Broken Home*, (Jakarta : Amzah, 2018), h.3

makna hidupnya tinggi akan dapat menentukan tujuan-tujuan hidupnya dengan jelas dan terencana, bahkan mereka mampu menghadapi kegagalan hidupnya dengan kembali menelaah dan mencari makna hidup yang baik bagi dirinya.¹¹

Teori yang membahas tentang makna hidup ialah logoterapi dikembangkan oleh Frankl pada tahun 1938. Logo berasal dari bahasa Yunani *logos* yang berarti makna (*meaning*), rohani (*spirituality*). Teori ini muncul karena pengalaman pribadi Frankl dan keluarganya yang ditawan di kamp Nazi. Ibu, bapak dan istrinya meninggal di kamp tersebut. Semua tawanan mengalami penyiksaan dan penderitaan yang sangat berat. Namun ketika dalam tawanan, muncul inspirasinya mengenai makna (logo) kehidupan, makna penderitaan, kebebasan rohani dan tanggung jawab terhadap Tuhan, manusia dan makhluk lainnya.

Frankl mengemukakan bahwa kebebasan fisik boleh dirampas akan tetapi kebebasan rohani tidak akan hilang dan dirampas. Kebebasan rohani berarti kebebasan manusia dari godaan nafsu, keserakahan dan lingkungan yang penuh dengan persaingan dan konflik. Untuk

¹¹ Niniek Kartini, *Konseling Logoterapi Untuk Meningkatkan Makna Hidup Pada Warga Binaan Lembaga Permasalahannya Anak Blitar*, (Skripsi pada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim, 2008) h.1

menunjang kebebasan rohani itu dituntut tanggungjawab terhadap Tuhan, diri, dan manusia lainnya.¹²

Beberapa keluarga di lingkungan Perumnas Blok C6 memiliki masalah sosial dengan sesama anggota keluarganya yang disebabkan perilaku orang tua yang temperamental. Setelah dilakukan beberapa wawancara, masalah yang mendominasi diantaranya adalah kurangnya keharmonisan antara anak dengan orang tua. Bentuk perilaku Orang tua temperamental yaitu dengan mendiami atau sinis, marah secara verbal, menyalahkan diri sendiri maupun orang lain, marah yang tidak terkontrol dan diikuti dengan frustrasi, serta kemarahan yang naik turun. Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku temperamental orang tua diantaranya adalah pengasuhan dan pendidikan, tuntutan keluarga, tingginya beban hidup, tuntutan sosial hingga tekanan dari pekerjaan.

Logoterapi diharapkan dapat membantu orang tua untuk lebih dapat memaknai hidupnya hingga meskipun dengan realita yang sering kali tidak sesuai dengan harapan, mereka tetap memiliki pilihan untuk berbuat baik dan bertanggungjawab terhadap Tuhan, dirinya dan orang disekitarnya. Dari permasalahan tersebut, peneliti bermaksud mengangkat dalam penelitian yang berjudul: **Penerapan Logoterapi Terhadap Orang Tua yang**

¹²Agus Sukirno, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (A-empat : 2016), h. 97-98

Temperamental. Studi di Komplek Perumnas C6 Cibeber, Kota Cilegon.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi psikologis orang tua yang temperamental?
2. Bagaimana proses penerapan logoterapi untuk orang tua yang temperamental?
3. Bagaimana hasil penerapan logoterapi dalam menangani perilaku orang tua yang temperamental?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kondisi psikologis orang tua yang temperamental.
2. Untuk mengetahui proses penerapan logoterapi untuk orang tua yang temperamental.
3. Untuk mengetahui hasil penerapan logoterapi dalam mengatasi perilaku orang tua yang temperamental.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini ditinjau dari dua unsur, yaitu :

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian diharapkan dapat menjadi tambahan kajian pengetahuan dalam bidang konseling pada umumnya dan khususnya konseling sosial dan

konseling orang tua yang mengalami masalah temperamental.

- b. Melalui penelitian ini, diharapkan penulis dapat menyelesaikan tugas yang diberikan oleh lembaga sebagai persyaratan mencapai gelar Sarjana Sosial. Penulis dapat mengetahui dan mendeskripsikan kondisi psikologis orang tua yang temperamental.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Sebagai bahan pengalaman dan pembelajaran bagi penulis maupun mahasiswa lain untuk melakukan penelitian secara lebih mendalam mengenai proses konseling orang tua khususnya dalam menangani permasalahan orang tua temperamental.

b. Bagi orang tua

Diharapkan para orang tua akan mampu memahami sejauh mana makna hidupnya ketika harus dihadapkan pada kenyataan hidup dan perilaku temperamental yang dialaminya.

c. Bagi lembaga kampus

Lembaga dapat memperoleh data yang berkaitan dengan psikologi orang tua temperamental. Dengan data tersebut, pihak lembaga akan

mempunyai karya tulis baru khususnya tentang logoterapi pada orang tua yang temperamental.

E. Tinjauan Pustaka

Adapun hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan terkait penerapan logoterapi pada orang tua yang temperamental, yaitu sebagai berikut:

Pertama, penelitian Tiara Mayyastati Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tentang *Penerapan Teknik Logoterapi Dalam Mengelola Perilaku Marah Pada Lansia. Studi Kasus Di Balai Perlindungan Sosial, Cipocok Jaya, Kota Serang, Prov. Banten*. Jenis penelitian yang dipakai adalah jenis kualitatif yakni dengan mengumpulkan data melalui wawancara yang mendalam dan dijelaskan secara deskriptif. Hasil penelitian ini ditandai dengan banyaknya perubahan yang baik pada klien setelah menerima logoterapi.¹³

Kedua, penelitian Budi Winarto Jurusan Bimbingan Konseling Universitas Muria Kudus tentang *Studi Kasus Penanganan Siswa Temperamental dan Gemar Melakukan Kekerasan Fisik Dengan Pendekatan*

¹³ Tiara Mayyastati, *Penerapan Teknik Logoterapi Dalam Mengelola Perilaku Marah Pada Lansia. Studi Kasus Di Balai Perlindungan Sosial, Cipocok Jaya, Kota Serang, Prov. Banten*, (Skripsi pada fakultas Dakwah UIN SMH Banten, 2017)

Behavioristik Pada Siswa Kelas X SMAN 1 Jekulo Kudus. Jenis penelitian ini kualitatif deskriptif dengan pendataan studi kasus. Hasil penelitian ini klien I bersikap temperamental dan gemar melakukan kekerasan fisik karena ekonomi orang tua kurang mampu dan pola asuh orang tua yang mendidik anak secara bebas. Melalui teknik desensitisasi sistematis sikap klien menjadi lebih baik bertutur kata sopan, tidak lagi mengejek teman maupun melakukan kekerasan. Klien II bersikap temperamental dan melakukan kekerasan fisik karena pola asuh orang tua yang otoriter memaksakan kehendaknya terhadap anak. Melalui konseling behavioristik teknik aversi perilaku klien menjadi lebih baik emosi klien terkontrol dan bersikap sabar.¹⁴

Ketiga, penelitian Arini Sari Apriliyaningrum Jurusan Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Surakarta tentang Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Logoterapi Untuk Meningkatkan Rasa Syukur Disabilitas Fisik Di BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta. Jenis penelitian ini Kuantitatif dengan metode Eksperimen *one group pretest-posttest* dengan hasil penelitian bahwa konseling kelompok dengan teknik

¹⁴ Budi Winarto, *Studi Kasus Penanganan Siswa Temperamental dan Gemar Melakukan Kekerasan Fisik Dengan Pendekatan Behavioristik: Pada Siswa Kelas X SMAN 1 Jekulo Kudus*, (Skripsi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus, 2013)

logoterapi memiliki pengaruh positif untuk meningkatkan rasa syukur pada penyandang disabilitas fisik di BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta.¹⁵

Keempat, penelitian Niniek Kartini Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tentang *Konseling Logoterapi Untuk Meningkatkan Makna Hidup Pada Warga Binaan Lembaga Perasyarakatan Anak Blitar*. Jenis penelitian kualitatif deskriptif dengan hasil penelitian bahwa pemaknaan hidup warga binaan Lembaga Perasyarakatan Anak Blitar adalah rendah karena menyandang status narapidana. Namun setelah dilaksanakan konseling logoterapi, berdasarkan data *in Life Test*, data konseling dan *focus group discussion* menunjukkan peningkatan makna hidup positif pada subyek penelitian.¹⁶

Perbedaan penelitian skripsi ini dengan skripsi yang pertama adalah objek penelitian yang lebih dikhususkan pada orang tua yang umumnya menginjak masa dewasa tengah hingga dewasa akhir dengan

¹⁵Arini Sari Apriliyaningrum, *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Logoterapi Untuk Meningkatkan Rasa Syukur Disabilitas Fisik: Di BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta*, (Skripsi pada Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Surakarta, 2019)

¹⁶ Niniek Kartini, *Konseling Logoterapi Untuk Meningkatkan Makna Hidup Pada Warga Binaan Lembaga Perasyarakatan Anak Blitar*, (Skripsi pada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim, 2008)

permasalahan temperamentalnya kepada anak. Perbedaan pada skripsi kedua adalah teori dan pendekatan yang digunakan, yaitu dengan logoterapi untuk menemukan makna hidup dan menerapkannya pada orang tua yang kerap berperilaku temperamental pada anak. Sedangkan perbedaan dengan skripsi yang ketiga dan keempat adalah objek penelitian yang terfokus pada perilaku temperamental orang tua.

Secara umum, permasalahan yang diteliti lebih terfokus dengan keharmonisan keluarga khususnya hubungan antara orang tua dengan anak. Kemudian penelitian ini juga untuk mengetahui seberapa jauh hasil penerapan logoterapi terhadap orang tua yang temperamental. Maka dengan pendekatan teknik logoterapi peneliti dapat menyesuaikan kondisi psikisnya sehingga klien merasa hidupnya lebih bermakna dan memperbaiki hubungannya dengan keluarga khususnya kepada anak.

F. Kajian Teoritis

1. Perkembangan Psikologi Orang Tua

Psikologi menurut bahasa berasal dari bahasa Yunani kuno yaitu “psyche” yang berarti jiwa, roh, sukma atau napas hidup dan “logos” yang berarti ilmu atau studi. Menurut Woodwoth dan Marquins,

psikologi merupakan ilmu yang mempelajari tentang aktivitas atau tingkah laku individu dalam hubungan dengan lingkungan di sekitarnya. Jadi, psikologi orang tua ialah bagian dari studi yang membahas tentang perilaku manusia pada saat menjadi orang tua dalam hubungan dengan lingkungan disekitarnya dan segala dinamika didalamnya.¹⁷

Manusia umumnya menikah dan memiliki anak dikisaran usia 20-25 tahun. Dalam kajian ilmu psikologi perkembangan, orang tua melewati masa perkembangan dewasa dan tua. Terdapat perbedaan pada penentuan klasifikasi usia dalam kajian psikologi perkembangan, namun pada umumnya psikologi menentukan 20 tahun sebagai masa dewasa awal dan berakhir diantara usia 40-45 tahun, dilanjutkan dengan masa pertengahan dewasa dan berakhir disekitar usia 65 tahun. Usia 65 tahun hingga meninggal diklasifikasikan sebagai masa dewasa lanjut.¹⁸ Terdapat beberapa aspek perkembangan yang terjadi pada masa dewasa, yaitu meliputi perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial.

a. Perkembangan Fisik

1) Kesehatan Badan

¹⁷ Usman Effendi dan Juhaya S. Praja, *Pengantar Psikologi*, (Bandung: Angkasa, 2012), h.1-2

¹⁸ Samsunuwiyati Ma'rifat, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung : Remaja Rosda Karya, 2010), h. 234

Sebagian besar orang menganggap masa dewasa awal ditandai dengan memuncaknya kemampuan fisik, yaitu pada kisaran usia 18-25 tahun. Namun setelah usia 25 tahun kekuatan fisik berangsur-angsur mengalami kemunduran. Meskipun begitu, seseorang tetap dapat melaksanakan aktivitas normal. Bahkan orang yang selalu menjaga kesehatan dan berolahraga secara rutin masih terlihat bugar.

Pada wanita, perkembangan biologis utama terjadi pada masa pertengahan adalah perubahan reproduktif, yakni ketika mengalami menopause atau berhenti menstruasi dan hilangnya kesuburan. Umumnya menopause terjadi di usia sekitar 50 tahun, namun terkadang juga terjadi diusia 40tahun dan diiringi dengan berkurangnya hormon estrogen. Bagi sebagian besar perempuan, menopause tidak menimbulkan masalah, namun sebagian lainnya memandang menopause

menyebabkan masalah psikologis, depresi dan hilang ingatan.¹⁹

Pada laki-laki, secara fisiologis tidak terlalu tampak proses penuaan pada masa pertengahan. Namun terjadi kemunduran secara berangsur-angsur, seperti berkurangnya air mani dan frekuensi orgasme yang cenderung merosot. Perubahan fisik mulai terlihat sebagai akibat dari proses penuaan dan terjadi pada masa dewasa akhir atau tua. Perubahan fisik terlihat paling jelas pada masa tua, seperti rambut yang jarang, beruban, kulit mengering dan mengerut, gigi hilang dan gusi menyusut, konfigurasi wajah berubah. Disamping itu keadaan ini bertambah parah dengan menurunnya kekebalan tubuh yang membuat orang tua lebih mudah terserang penyakit.

2) Perkembangan Sensoris

Perubahan pada masa dewasa awal tidak begitu jelas, namun mulai lebih terlihat pada masa pertengahan. Penglihatan mengalami penurunan fungsi paling tajam

¹⁹ Samsunuwiyati Ma'rifat, *Psikologi Perkembangan*, ...,h.

pada usia 40 dan 59 tahun, dan pendengaran mengalami penurunan sensitivitas terhadap nada tinggi pada usia sekitar 40 tahun. Sedangkan perubahan sensoris fisik terjadi pada masa dewasa akhir yang terjadi panca indera meliputi penglihatan, pendengaran, perasa, pencium dan peraba.²⁰

3) Perkembangan Otak

Pada masa dewasa awal, perkembangan sel-sel otak berangsur-angsur berkurang, tetapi masih terjadi perkembangbiakan koneksi neural. Khususnya bagi orang-orang yang tetap aktif secara fisik maupun mental. Mereka menyimpan lebih banyak kapasitas untuk melakukan aktivitas yang berkelanjutan pada tahun-tahun berikutnya. Pada masa tua, sejumlah neuron, unit-unit dasar dari sistem saraf menghilang.²¹

Menurut sejumlah penelitian menyatakan sekitar 50% hilangnya terjadi pada tahun-tahun masa tua. namun, penelitian lain menyatakan Kehilangan itu

²⁰ Samsunuwiyati Ma'rifat, *Psikologi Perkembangan*, ...,h.

²¹ Samsunuwiyati Ma'rifat, *Psikologi Perkembangan*, ...,h.

lebih sedikit. Menurut Santrock (1995), diperkirakan bahwa 5-10% dari neuron kita berhenti tumbuh sampai mencapai usia 70 tahun, dan semakin cepat setelahnya. Sel-sel otak yang hilang pada orang dewasa diantaranya terjadi oleh sejumlah peristiwa, seperti pukulan kecil, tumor otak, atau terlalu banyak mengonsumsi minuman beralkohol. Hal tersebut memperparah kerusakan otak, menyebabkan terjadinya erosi mental, atau biasa disebut kepikunan (*senility*) bahkan dapat menyebabkan alzheimer.

b. Perkembangan Kognitif

1) Perkembangan Pemikiran Postformal

Sejumlah ahli perkembangan percaya bahwa manusia menata pemikiran operasional formal mereka pada masa awal dewasa. Mereka mungkin merencanakan dan menyusun hipotesis tentang masalah seperti remaja, namun secara sistematis seperti orang dewasa. Gisela Laboive-Vief menyatakan bahwa perubahan signifikan terjadi pada masa dewasa muda. Pemikiran yang lebih kompleks terhadap pertimbangan-pertimbangan yang praktis dan bahkan

mengubah bentuk logika kaum muda yang idealis, menjadi pemikiran orang dewasa menjadi lebih konkret dan pragmatis.²²

Kemampuan kognitif terus berkembang selama masa dewasa, namun tidak semuanya mengarah pada peningkatan potensi. Bahkan terkadang mengalami kemerosotan seiring bertambahnya usia. Namun, sejumlah para ahli percaya bahwa kemunduran keterampilan kognitif dapat ditingkatkan kembali melalui serangkaian pelatihan.

2) Perkembangan Memori

Ketika orang tua memperlihatkan kemunduran memori, kemunduran tersebut cenderung sebatas pada keterbatasan tipe-tipe memori tertentu. Seperti kemunduran yang terjadi pada memori episodik, yaitu memori yang berisi pengalaman tertentu dengan kehidupan di sekitar. Kemudian pada memori sistematis, yaitu memori yang berhubungan dengan pengetahuan dan fakta-fakta umum. Serta memori bawah sadar yang

secara umum tidak mengalami kemunduran karena pengaruh penuaan.

Kemerosotan fungsi kognitif pada masa tua secara umum terjadi disebabkan oleh beberapa faktor, seperti penyakit kekacauan otak (*Alzheimer*) atau karena kecemasan dan depresi. Meskipun begitu, kemampuan kognitif tetap dapat ditingkatkan dengan rangsangan intelektual. Oleh karena itu, orang tua membutuhkan lingkungan perangsang untuk mengasah dan memelihara keterampilan kognitif serta mengantisipasi terjadinya kepikunan.²³

c. Perkembangan Psikososial

1) Perkembangan Keintiman

Keintiman dapat diartikan sebagai suatu kemampuan untuk memperhatikan orang lain dan membagi pengalaman dengan mereka. Pada masa dewasa awal, orang-orang telah siap untuk menyatukan identitasnya dengan orang lain dan mendambakan hubungan yang intim dan akrab, dilandasi persaudaraan, serta siap mengembangkan daya yang dibutuhkan

²³ Samsunuwiyati Ma'rifat, *Psikologi Perkembangan*, ...,h.

untuk memenuhi komitmen. Hubungan intim memiliki pengaruh yang besar terhadap kondisi psikis dan fisik. Orang yang memiliki tempat untuk berbagi ide, perasaan dan masalah, merasa lebih bahagia dan lebih sehat ketimbang orang yang tidak memiliki tempat untuk berbagi.²⁴

2) Cinta

Menurut Santrock, cinta diklasifikasikan menjadi empat bentuk, yaitu Altruisme, persahabatan, cinta yang romantis atau bergairah, cinta penuh perasaan atau persahabatan. Pada masa dewasa awal ini, mereka lebih menekankan pada suatu afeksi, yaitu perasaan yang penuh kasih sayang dan diungkapkan dalam bentuk perhatian terhadap orang lain. Disamping itu, orang dewasa lebih melibatkan diri dalam hubungan bersama untuk berbagi hidup dengan seorang mitra yang intim.

Robert J. Stenberg mengemukakan sebuah teori cinta yang dikenal dengan "*the triangular theory of love*", yang menyatakan bahwa cinta memiliki tiga bentuk utama,

²⁴ Samsunuwiyati Ma'rifat, *Psikologi Perkembangan*, ...,h.

yaitu gairah, keintiman dan komitmen. Gairah merupakan cinta yang lebih didasarkan atas daya tarik fisik dan seksual pasangannya. Keintiman diartikan sebagai cinta yang didasarkan pada perasaan emosional tentang kehangatan, kedekatan dan berbagi dalam hubungan. Sedangkan komitmen adalah cinta yang didasarkan atas penilaian kognitif dan niat mempertahankan dalam hubungan.²⁵

3) Pernikahan dan Keluarga

Perkawinan yang bahagia dan langgeng membutuhkan dua orang yang sepenuh hati, memiliki cukup keterampilan dan setiap problem untuk mengomunikasikan pikiran dan perasaannya secara efektif serta kemampuan dalam menghadapi dan mengatasi stress secara konstruktif juga mempunyai kaitan yang erat dengan perkawinan yang stabil. Mereka yang mempunyai ikatan perkawinan yang kuat biasanya selalu berusaha keras agar komunikasi dan interaksi diantara mereka senantiasa efektif. Banyaknya kesamaan

diantara kedua pasangan, akan membuat ikatan perkawinan semakin kuat.²⁶

4) Generativitas

Generativitas merupakan perhatian terhadap apa yang telah dihasilkan (keturunan, karya, ide dan sebagainya) serta pembentukan dan penetapan garis-garis pedoman untuk generasi mendatang. Transmisi nilai-nilai sosial ini diperlukan untuk memperkaya aspek psikoseksual dan aspek psikososial kepribadian. Bagi kebanyakan orang, usia setengah baya (usia antara 40-50 tahun) merupakan masa paling produktif. Laki-laki dalam usia 40-an biasanya berada dalam puncak karir mereka. Pada usia ini, perempuan mempunyai sedikit tanggung jawab di rumah karena anak-anak telah besar dan dapat mencurahkan lebih banyak waktu untuk karir atau kegiatan sosial. Kelompok ini merupakan kelompok usia yang sesungguhnya mengatur masyarakat, baik dalam hal kekuasaan maupun tanggung jawab. Jadi pada tahap ini, nilai pemeliharaan berkembang.

²⁶ Samsunuwiyati Ma'rifat, *Psikologi Perkembangan*, ...,h.

Pemeliharaan terungkap dalam kepedulian seseorang pada orang-orang lain, dalam keinginan memberikan perhatian pada mereka yang membutuhkannya serta berbagi dan membagi pengetahuan serta pengalaman mereka.²⁷

Manusia sebagai suatu spesies memiliki kebutuhan inheren untuk mengejar, suatu kebutuhan yang dimiliki oleh semua orang dalam setiap pekerjaan. Aktivitas memelihara dan mengajar menumbuhkan dalam diri orang dewasa setengah baya suatu perasaan vital bahwa mereka dibutuhkan oleh orang-orang lain, suatu perasaan bahwa diri mereka memiliki arti, yang membuat mereka tidak terlalu asyik dan larut dengan diri mereka sendiri.

Menurut hasil penelitian Bernice neugarden, orang dewasa yang berusia antara 40, 50, dan awal 60 tahun adalah orang-orang yang mulai suka melakukan introspeksi dan banyak merenungkan tentang apa yang sebetulnya sedang terjadi di dalam dirinya. Banyak di antara mereka yang

berpikir untuk “berbuat sesuatu dalam sisa waktu hidupnya “. Orang dewasa yang berusia 40 tahun ke atas secara mental juga mulai mempersiapkan diri untuk sewaktu-waktu menghadapi persoalan yang bakal terjadi.²⁸

2. Orang Tua Yang Temperamental

a. Temperamental

Umumnya, orang yang mudah marah atau tersinggung disebut temperamental. Temperamen sendiri menurut kamus besar bahasa Indonesia merupakan sikap batin seseorang yang memiliki pengaruh terhadap perbuatan, perasaan dan emosi.²⁹ Serta tak jarang dikaitkan dengan sikap yang cenderung sensitif seperti mudah tersinggung atau mudah marah. Santrock (2007) menyatakan bahwa temperamen adalah gaya perilaku dan karakteristik respons dari seseorang.

Temperamen juga dapat dikatakan sebagai gaya perilaku dan karakteristik seorang individu dalam merespons sesuatu, yang biasanya sudah terlihat sejak bayi. Ada yang sehari-

²⁸ Samsunuwiyati Ma'rifat, *Psikologi Perkembangan, ...*,h.

²⁹ Kamus Besar Bahasa Indonesia. <https://kbbi.web.id/temperamen>, Diakses pada 16 Mei 2020 pukul 13.40

harinya tenang dan mudah beradaptasi, ada yang mudah bersedih, dan ada pula yang mudah marah. Temperamen juga merupakan respons dan ekspresi emosi terhadap stimulus lingkungan.

Memiliki sifat temperamental dapat diibaratkan seperti menyimpan bom waktu. Kondisi emosional seseorang yang mudah dan terus-menerus marah, berpotensi mengundang berbagai masalah kesehatan di kemudian hari.³⁰ Penelitian-penelitian sebelumnya (Stoltzfus & Karraker, 2009) mengungkapkan bahwa kesesuaian antara temperamen orang tua dengan perilaku anak dapat menghasilkan perkembangan anak yang optimal.³¹

b. Marah

Secara bahasa kata “marah” atau “amarah” berasal dari bahasa arab “ammarah” artinya berperilaku memerintah atau mendorong. Dalam literatur kesufian didapat kalimat “al-Nafs

³⁰ Yunia Pratiwi, *Sifat Temperamental Beresiko Ganggu Kesehatan Jantung dan Paru*, <https://cantik.tempo.co/read/1352440/sifat-temperamental-berisiko-gangu-kesehatan-jantung-dan-paru-paru/full&view=ok>, Diakses pada 12 Juni 2020 Pukul 15.02

³¹ Nadya Ramadhianti dan Alfiasari, *Temperamen, Interaksi Ibu-Remaja, Dan Kecerdasan Emosi Remaja Pada Keluarga Dengan Ibu Bekerja Di Perdesaan*, Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Mei 2017, h. 133

al-Ammarah” artinya nafsu yang sangat mendorong. Menurut istilah, marah berarti perubahan internal atau emosional yang menimbulkan penyerangan dan penyiksaan guna mengobati apa yang ada di dalam hati. Menurut Al-Jurjani, marah adalah perbuatan yang terjadi pada waktu mendidihnya darah di dalam hati untuk memperoleh kepuasan apa yang terdapat di dalam dada. Imam Annawawi mendefinisikan marah dalam perspektif ilmu tasawuf, sebagai tekanan nafsu dari hati yang mengalirkan darah pada bagian wajah yang berakibat timbulnya kebencian pada diri seseorang.

Menurut pandangan islam marah sebenarnya manusiawi dan kadang malah diperlukan untuk mempertahankan diri, keluarga, agama, dan tanah air. Karena itu, kemarahan yang tidak boleh adalah kemarahan yang bukan pada tempatnya. Kemarahan seperti ini harus ditahan atau dikendalikan. Sebagaimana Allah berfirman dalam surah al-Imran ayat 133-134, yang berbunyi:

وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا
السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴿١٣٤﴾ الَّذِينَ

يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ
وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya: “Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertakwa. (yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan mema'afkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan.”³²

Dari ayat tersebut menjelaskan bahwa diantara banyaknya Perilaku yang bertakwa itu ialah Perilaku dapat menahan amarahnya serta mudah memaafkan sesama manusia. Hal tersebut juga menjadi amal kebaikan yang disukai oleh Allah SWT.

Disamping itu, rasulullah SAW. juga pernah bersabda:

³² Agus Hidayatullah Dkk, *Alwasim : Al-Qur'an Tajwid*, (Bekasi: Cipta Bagus Segara, 2013), h.67

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَجُلًا قَالَ
لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَوْصِنِي قَالَ لَا تَغْضَبُ
فَرَدَّدَ مَرَارًا قَالَ لَا تَغْضَبُ

Artinya: Diriwayatkan dari Abu Hurairah Radhiyallahu 'Anhu, bahwa seorang pria berkata kepada Nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi wa Sallam: 'Wahai Rasulullah, berikan saya wasiat.' Maka Nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi wa Sallam bersabda: 'Jangan engkau marah, jangan engkau marah.''' (HR. Bukhari)³³

Hadits diatas menunjukkan betapa pentingnya menahan marah bahkan beliau sampai mewasiatkan hal tersebut. Mengingat banyaknya dampak negatif yang ditimbulkan dari perilaku marah apalagi bila dilakukan secara terus-menerus.

Dalam pandangan para psiklog disebutkan bahwa manusia adalah makhluk yang secara alami memiliki emosi, menurut willian James (dalam Gie, 1999) psikolog dan filsuf Amerika, emosi adalah keadaan jiwa yang menampakan diri dengan sesuatu perubahan yang jelas pada

³³Radio Rodja, *Hadits Arba'in Ke-16 Hadits Larangan Marah*, <https://www.radiorodja.com/48440-hadits-arbain-ke-16-hadits-larangan-marah/>, diakses pada 26 Januari 2021 pukul 05.47

tubuh. Jadi, emosi setiap orang adalah keadaan jiwanya, tetapi tampak secara nyata perubahan pada jasmaninya.³⁴

c. Tingkatan Marah

Gymnastiar menjelaskan tentang macam-macam marah jika ditimbang dari sudut kemarahan, orang dapat dikelompokkan dalam empat golongan sebagaimana Al Ghazali dalam kitab *Ihya 'Ulumuddin*, sebagai berikut:

- 1) Lambat marah, lambat reda dan lama bermusuhannya.

Jenis ini terbilang buruk karena memiliki durasi kemarahan yang lama mengakibatkan kesulitan saat orang tersebut untuk mengambil keputusan yang tepat. Disamping itu, dapat dijauhi orang lain karena takut terjerumus dalam permusuhan.

- 2) Cepat marah, dan lambat redanya

Jenis yang paling buruk, karena pada orang yang berada pada tingkatan ini dapat dengan tiba-tiba marah dan membutuhkan waktu yang lama untuk menurunkan kemarahannya

³⁴ Yadi Purwanto dan Rachmat Mulyono, *Psikologi Marah*, (Bandung: Refika Aditama, 2015), h.8

3) Cepat marah dan cepat redanya

Seseorang yang memiliki sifat ini kemarahannya cenderung turun-naik. Ia dapat marah secara tiba-tiba dan cepat kembali ke kondisi semula, seolah tidak pernah terjadi apa-apa

4) Lambat marah dan cepat redanya

Orang yang memiliki sifat ini sulit tersinggung bahkan mudah melupakan dan memaafkan. Kalaupun ia marah, orang tersebut akan cepat memaafkan kesalahan orang lain.³⁵

d. Bentuk-Bentuk Marah

Marah merupakan bagian dari emosi yang universal. Manusia tidak mungkin tidak pernah marah. Kemarahan biasanya muncul dari banyak hal, misalnya kecewa, frustrasi, atau terganggu. Namun, ada miskonsepsi tentang kemarahan. Masih banyak yang mengira bahwa marah selalu identik dengan suara keras atau sifat yang merusak. Mengutip dari lifesupportscounselling.com.au ada sepuluh jenis marah yang umum ada di masyarakat, sebagai berikut:

³⁵ Yadi Purwanto dan Rachmat Mulyono, *Psikologi Marah, ... Hal.10-11*

1) *Assertive anger*

Jenis marah ini merupakan yang paling “kalem”. Alih-alih memperlihatkan kemarahan, orang dengan tipe marah ini cenderung menghindari dari konfrontasi dan menahan diri mengeluarkan kata-kata kasar. Orang dengan tipe marah seperti ini cenderung memotivasi untuk menjadi lebih baik.

2) *Behavioural anger*

Kemarahan jenis ini lebih melibatkan ekspresi fisik dan cenderung agresif. Orang dengan marah jenis ini biasanya menyerang seseorang atau merusak barang yang ada di sekelilingnya. Kemarahan jenis ini biasanya tidak bisa diprediksi dan punya konsekuensi negatif pada akhirnya. Jika memiliki jenis marah ini, sebaiknya segera pergi dari tempat marah dan mengatur napas untuk mengontrol emosi.³⁶

3) *Chronic anger*

Orang dengan jenis marah ini biasanya lebih memilih ditahan dan

³⁶ Klasika Kompas, *10 Jenis Marah*, <https://klasika.kompas.id/baca/10-jenis-marah/>, Diakses pada 18 Oktober 2020 pukul 17.05

cenderung menyalahkan dirinya sendiri. Bahayanya, jika terus menerus tidak diperbaiki, kemarahannya justru akan membuat tidak sehat. Biasanya kemarahan ini timbul karena benci dengan orang lain atau frustrasi pada keadaan. Cara paling baik untuk meredam amarah jenis ini adalah memaafkan.

4) *Judgmental anger*

Kemarahan ini boleh jadi karena kemarahan yang sebenarnya. Jenis marah ini muncul sebagai reaksi saat melihat atau menerima ketidakadilan. Walaupun terlihat punya nilai positif, tak menutup kemungkinan bahwa orang dengan marah ini dijauhi karena perbedaan pandangan dengan orang lain disekitarnya.

5) *Overwhelmed anger*

Inilah tipe marah yang tidak terkontrol. Marah ini biasanya muncul karena akumulasi dari kondisi diluar batas kemampuan kita, diikuti dengan perasaan tanpa harapan atau frustrasi. Ini biasanya muncul karena terlalu banyak tanggung

jawab yang dipikul atau karena ketidakmampuan melawan stres.

6) *Passive aggressive anger*

Jenis marah ini biasanya tidak menyerang seseorang secara langsung. Biasanya, orang dengan jenis marah ini lebih memilih untuk sinis atau menyalahkan kejadian. Perilaku ini biasanya membuat ambigu dan membingungkan orang lain. Belajar tentang komunikasi yang asertif menjadi salah satu cara untuk mengelola kemarahan ini.³⁷

7) *Retaliatory anger*

Jenis marah ini biasanya direspon dengan rasa balas dendam atau ingin membalas. Biasanya orang yang memiliki tipe kemarahan ini sudah mempersiapkan diri dan bertujuan. Tak jarang, pembalasannya dilakukan dengan intimidasi yang cenderung menyulut tensi menjadi lebih tinggi. Kemarahan model ini bisa menjadi fatal jika tidak diredam.

8) *Self-abusive anger*

³⁷ Klasika Kompas, *10 Jenis Marah*, <https://klasika.kompas.id/baca/10-jenis-marah/>, Diakses pada 18 Oktober 2020 pukul 17.24

Kemarahan ini muncul karena merasa putus asa, tidak berharga, disakiti, atau malu. Orang dengan kemarahan seperti ini biasanya tidak bisa mengekspresikan dan cenderung menyalurkannya dengan berbicara yang buruk terhadap diri sendiri. Tak jarang, mereka menyakiti diri sendiri.

9) *Verbal anger*

Walaupun terlihat tidak menakutkan, kemarahan jenis ini berpotensi menyerang lawan bicara secara psikologis. Biasanya kemarahan ini diikuti dengan ekspresi teriak, mengancam, sarkasme, hingga kritik yang menyalahkan. Kemarahan ini bertujuan untuk mempermalukan seseorang. Jika memiliki jenis ini, sebaiknya belajar menahan diri untuk berteriak dan cobalah untuk mengeluarkan argumen dengan lebih tertata dan tenang.

10) *Volatile anger*

Kemarahan ini cenderung naik turun seperti rollercoaster. Orang bisa marah besar cepat sekali, tetapi seketika kemudian langsung tenang. Jenis marah ini sebenarnya dijauhi oleh orang lain karena mereka

cenderung takut untuk berinteraksi dengan orang yang berperilaku Volatile anger. Untuk itu, orang harus belajar mengontrolnya agar tidak terekskalasi.³⁸

e. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Temperamental

Umumnya, manusia akan lebih mudah marah ketika melalui 8 fase dalam perjalanan hidupnya, yaitu:

- 1) Kehamilan, masa pembuahan sampai masa kelahiran.
- 2) Pengasuhan, masa kelahiran sampai masa pengasuhan (7 tahun pertama).
- 3) Pendidikan, masa selepas pengasuhan dan masa anak memperoleh sejumlah ilmu pengetahuan dan kompetensi.
- 4) Pertemanan, masa selepas pengasuhan dan masa anak memperoleh sejumlah relasi pertemanan, baik teman sejenis maupun lawan jenis.
- 5) Pernikahan, masa percintaan dan membangun sesuai kompetensi.

³⁸ Klasika Kompas, *10 Jenis Marah*, <https://klasika.kompas.id/baca/10-jenis-marah/>, Diakses pada 18 Oktober 2020 pukul 17.34

- 6) Pekerjaan, memperproduktivitas dan beraktualisasi diri sesuai kompetensi dan kekuatan diri.
- 7) Pensiunan, masa pekerjaan usai dan memasuki hari tua.
- 8) Kematian.³⁹

Ockwell-Smith memaparkan bahwa pada prinsipnya, apapun bisa memicu emosi seseorang. Namun, dalam banyak kasus, amarah, terutama tipe yang membuat seseorang bertindak dengan cara yang biasanya tidak dilakukan, dapat dihindari jika diketahui apa pemicunya.

Smith menyebutkan beberapa hal yang berperan dalam meningkatnya kemarahan seseorang sebagai berikut :

- 1) Tumbuh di rumah yang biasa melakukan kekerasan verbal atau fisik
- 2) Kelelahan fisik dan mental
- 3) Kurangnya dukungan dari keluarga, terutama suami
- 4) Masalah persahabatan atau hubungan
- 5) Kekhawatiran finansial
- 6) Stres karena menjaga kerabat yang sudah lanjut usia atau sakit

³⁹ Dandy Birdy dan Diah Mahmud, *Anger Manajement*, (Bogor: Zenawa Media Giditama, 2019), h.22

- 7) Bekerja dengan khawatir
 - 8) Kurangnya me time.⁴⁰
- f. Ciri Orang Tua Termperamental
- 1) Mudah emosi, emosi yang dimaksud ialah segala ekspresi yang tidak mudah dikendalikan. Kita sering menyebut orang yang lebih mudah menunjukkan emosi negatif langsung kita sebut temperamental.
 - 2) Sering berkata kasar, kemampuan mengatur emosi yang buruk sehingga ketika marah akan muncul ekspresi mengumpat atau mengeluarkan kata kasar yang menyakiti orang lain.
 - 3) Menyimpan banyak dendam, ketika terdapat masalah yang menyakiti dirinya maka ia akan terus mengingat masalah tersebut. Orang tersebut juga memiliki keinginan untuk membalas semua apa yang telah ia rasakan.
 - 4) Selalu merasa benar, orang tersebut cenderung tidak pernah merasa bersalah. Perasaan yang ada bahwa dirinya yang paling benar dan tidak mau disalahkan.

⁴⁰ Melly, Febrida, *Penyebab Orang Tua Gampang Marah-marah Ke Anak*, haibunda.com/moms-life/20190318111839-68-37029/penyebab-orang-tua-gampang-marah-marah-ke-anak, Hai Bunda, Diakses Pada 9 Oktober 2020 pukul 14.40

- 5) Mudah tersinggung, memiliki perasaan yang sensitif sehingga mudah tersinggung dan merasa sedang membicarakan dirinya. Padahal ia belum mengetahui kebenaran apa yang sedang dibicarakan.
- 6) Cemburu yang berlebih, rasa iri kepada seseorang yang berlebihan membuat ia banyak tidak disenangi oleh orang lain. Selalu menuduh yang belum pasti kepada pasangan atau orang yang dekat dengannya.
- 7) Mengekang pasangan, memiliki banyak aturan kepada pasangan sehingga merasa terkekang. Kebebasan individu terbatas dengan segala aturan yang dibuat oleh dirinya kepada orang lain.
- 8) Menuntut secara berlebih, menuntut banyak hal kepada orang sekitar. Tuntutan berlaku untuk beberapa orang yang ada disekitarnya yaitu, orang tua, anak, pasangan, dan lain-lain. Ketika ia menjadi seorang pimpinan akan menuntut kinerja anggotanya secara maksimal dan toleransi yang sangat terbatas.
- 9) Hidup untuk kesenangan, tujuan hidupnya hanya untuk kesenangan pribadi, jarang memiliki sikap empati apalagi simpati

kepada orang sekitar. Kekayaan yang ia miliki hanya hak miliknya sendiri.⁴¹

3. **Konseling Logoterapi**

a. Pengertian Logoterapi

Kata konseling, diterjemahkan dari bahasa inggris ‘*counseling*’ yaitu suatu bentuk model pendekatan dalam bidang pelayanan atau intervensi psikologis. Konseling merupakan suatu hubungan profesional antara konselor yang terlatih dan klien. Hubungan tersebut dirancang untuk membantu klien memperoleh pemahaman tentang kehidupannya dan untuk belajar mencapai tujuan-tujuan yang ditetapkannya sendiri dengan cara memanfaatkan sumber-sumber informasi yang terpercaya dan melalui pemecahan masalah-masalah emosional dan interpersonal.⁴²

Istilah Logoterapi berasal dari bahasa Yunani *logos* yang artinya “makna” (*meaning*), rohani (*spirituality*), sementara terapi berarti pengobatan, atau penyembuhan. Dengan demikian, logoterapi dapat diartikan sebagai

⁴¹ Dosen Sosiologi, *Pengertian Temperamental, Ciri, Jenis, Faktor, dan Contohnya*, <https://dosensosiologi.com/pengertian-temperamental/>, Diakses pada 20 November 2020 pukul 10.03

⁴²Muhamad Thayeb Manrihu, *Pengantar Bimbingan dan Konseling Karier*. (Bumi Aksara, 1992) , h. 19

upaya penyembuhan melalui penemuan dan pengembangan makna hidup.⁴³ Menurut Suranata (2013) Konseling Logoterapi adalah proses pemberian bantuan dari konselor kepada konseli dalam wawancara konseling yang berlandaskan pada pencarian makna hidup dan simbol-simbol spiritual yang bertujuan agar individu lebih memaknai hidupnya dan mengembangkan kehidupannya menjadi lebih baik.⁴⁴

Logoterapi adalah corak psikoterapi yang dirintis oleh Viktor Enile Frankl (1905-1977), seorang ahli neuropsikiater dari Wina Austria dan survivor dari tempat kamp konsentrasi Nazi pada saat Perang Dunia II.⁴⁵ Teori ini muncul karena pengalaman pribadi Frankl dan keluarganya yang ditawan di kamp Nazi. Ibu, bapak dan isterinya meninggal di kamp tersebut. Semua tawanan mengalami penyiksaan dan penderitaan yang sangat berat. Namun ketika dalam tawanan, muncul inspirasinya mengenai makna (logo)

⁴³ Sigit Ari Wibowo, *Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik Logoterapi Untuk Menurunkan Self Defeating Pada Siswa Sekolah Menengah Atas*, (Skripsi pada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya)

⁴⁴ Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep Dasar dan Pendekatan*, (Bandung: Refika Aditama, 2016), h.181

⁴⁵ H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2019), h.8

kehidupan, makna penderitaan, kebebasan rohani dan tanggung jawab terhadap Tuhan, manusia dan makhluk lainnya.⁴⁶

Frankl mengemukakan bahwa kebebasan fisik boleh dirampas akan tetapi kebebasan rohani tidak akan hilang dan dirampas. Kebebasan rohani berarti kebebasan manusia dari godaan nafsu, keserakahan dan lingkungan yang penuh dengan persaingan dan konflik. Untuk menunjang kebebasan rohani itu dituntut tanggungjawab terhadap Tuhan, diri, dan manusia lainnya.⁴⁷

- b. Hakikat Manusia Dalam Pandangan Logoterapi
- Pandangan Logoterapi tentang manusia dikenal sebagai *Logophilosophy* atau Filsafat Logoterapi, sebagai berikut:
- 1) Manusia merupakan kesatuan utuh dimensi-dimensi ragawi, kejiwaan, dan spiritual (unitas-bio-psiko-spiritual, atau unitas-bio-psiko-sosiokultural-spiritual).
 - 2) Manusia memiliki dimensi spiritual sebagai sumber potensi, sifat, kemampuan dan kualitas khas insani. Dapat dikatakan bahwa

⁴⁶ Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep Dasar dan Pendekatan*, ...,h.182

⁴⁷ Agus Sukirno, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, ...,h. 97-98

dimensi spiritual merupakan sumber kebajikan, keluhuran dan kemuliaan manusia.

- 3) Manusia mampu melakukan *self-detachment*, yakni kesadaran untuk mengambil jarak terhadap dirinya, serta mampu meninjau dan menilai dirinya. Misalkan mengenali keunggulan dan kelemahan sendiri serta merencanakan apa yang kemudian akan dilakukan.
- 4) Manusia adalah makhluk terbuka terhadap dunia luar, senantiasa berinteraksi dengan sesama manusia dalam lingkungan sosial budayanya, dan mampu mengolah lingkungan fisik disekitarnya.
- 5) Manusia memiliki kebebasan berkehendak (*freedom of will*), hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*), dan makna hidup (*the meaning of life*). *The will to meaning* merupakan motivasi utama manusia untuk menemukan kehidupan yang bermakna (*the meaningful life*).⁴⁸

c. Tujuan Logoterapi

⁴⁸ Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep Dasar dan Pendekatan, ...*,h.182

- 1) Memahami adanya potensi dan sumber daya rohaniyah yang secara universal ada pada setiap individu, tanpa membedakan ras, keyakinan, dan agama yang dianutnya.
- 2) Menyadari bahwa sumber-sumber dan potensi itu sering ditekan, terhambat, dan diabaikan bahkan terlupakan.
- 3) Memanfaatkan daya-daya tersebut untuk bangkit kembali dari penderitaan untuk mampu tegak menghadapi berbagai kendala, dan secara sadar mengembangkan diri untuk meraih kualitas kehidupan yang lebih bermakna.⁴⁹

d. Teknik Konseling

Teori Logo masih mengindik pada aliran psikoanalisis, namun menganut paham eksistensialisme. Dalam menggunakan teknik ini, konselor dapat menggunakan semua teknik yang dianggap sesuai dengan masalah yang dihadapi. Kepiawaian konselor dalam menggali hal-hal yang bermakna dari konseli amat penting.⁵⁰

e. Proses Konseling

⁴⁹ Agus Sukirno, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, ...,h.98-99

⁵⁰ Agus Sukirno, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, ...,h.100

Proses konseling pada umumnya mencakup tahap-tahap berikut.

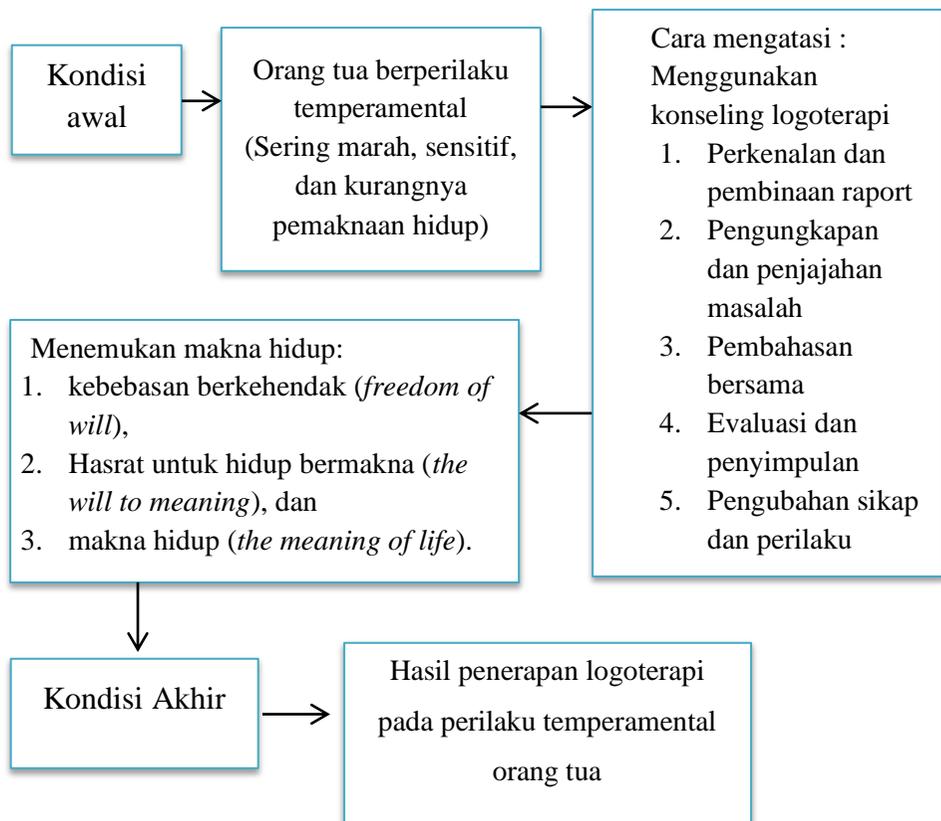
- 1) *Perkenalan dan pembinaan rapport*, yaitu menciptakan suasana nyaman bagi konseli.
- 2) *Pengungkapan dan penjajahan masalah*, pada tahapan ini konselor mulai membuka dialog mengenai masalah konseli.
- 3) *Pembahasan bersama*, konselor dan konseli bersama-sama menyamakan persepsi atas masalah yang dihadapi. Tujuannya untuk menemukan makna hidup meskipun dalam penderitaan.
- 4) *Evaluasi dan penyimpulan*, yaitu mencoba memberikan interpretasi atau informasi yang diperoleh sebagai bahan untuk tahap selanjutnya.
- 5) *Pengubahan sikap dan perilaku*, pada tahap ini, tercakup modifikasi sikap, orientasi terhadap makna hidup, penemuan dan pemenuhan makna, dan pengurangan simtom.⁵¹

Proses penelitian ini dimulai dengan kondisi orang tua yang temperamental seperti sering marah, sensitif, serta kurangnya pemaknaan

⁵¹ Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep Dasar dan Pendekatan*, ...,h.186

hidup. Kemudian akan di proses dengan menggunakan konseling logoterapi untuk menemukan makna hidup untuk kemudian dilihat hasil penerapan logoterapi pada perilaku orang tua yang temperamental.

Diagram 1.0
Proses Penelitian Konseling Logoterapi



G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam skripsi ini adalah jenis penelitian kualitatif tindakan. Peneliti akan menggambarkan dan menguraikan secara faktual apa yang dilihat dan ditemukan dari objek penelitian ini. Metode penelitian kualitatif tindakan adalah penelitian yang dilaksanakan dalam lingkungan kerja penelitian serta menggabungkan pengumpulan data dengan penggunaan hasilnya. Metode digunakan untuk meneliti kondisi objek alamiah, peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif tindakan, dan hasil penelitian lebih menekankan *makna* daripada *generalisasi*.⁵²

2. Waktu dan Tempat Penelitian

a. Waktu Penelitian

Waktu yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini dimulai pada 24 September sampai dengan 27 November tahun 2020.

b. Tempat Penelitian

⁵² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2017) Cet.XXV, h.9

Penelitian ini dilaksanakan di Komplek Perumnas Blok C6 Kelurahan Cibeber Kecamatan Cibeber Kota Cilegon, Banten

3. Populasi dan Sampel Data

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua yang terdiri dari 30 keluarga, sedangkan yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah 5 (lima) pasang orang tua dari keseluruhan populasi yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu “penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”, dan untuk menentukan sampelnya yaitu berdasarkan rekomendasi dari tokoh masyarakat setempat.

4. Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan secara triangulasi (gabungan), karena masalah yang diteliti adalah yang ada pada saat sekarang. Untuk itu dalam penelitian ini penulis menggunakan beberapa teknik pengumpulan data sebagai berikut:

a. Observasi

Teknik observasi dilakukan dengan cara mengadakan pengamatan langsung ke tempat penelitian yaitu orang tua yang tinggal di Komplek Perumnas Blok C6 Cibeber Kota

Cilegon. Dengan teknik ini dapat diketahui secara langsung kondisi obyektif yang berkenaan dengan perilaku yang temperamental.

b. Wawancara

Wawancara adalah proses berdialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk mengambil informasi kebenaran dari yang terwawancara. Peneliti melakukan wawancara langsung dengan orang tua yang tinggal di Komplek Perumnas Blok C6 Cibeber Kota Cilegon agar mendapatkan informasi orang tua yang terindikasikan berperilaku temperamental. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan data mengenai sebab berperilaku temperamental.

c. Dokumentasi

Dokumen yang dibutuhkan penulis adalah sumber data yang diperoleh sebagai salah satu data penunjang kelengkapan proses penelitian. Dokumen yang bisa didapatkan di Komplek Perumnas Blok C6 Kelurahan Cibeber Kecamatan Cibeber Kota Cilegon, Banten yaitu dengan foto proses penerapan logoterapi.

5. Analisis Data

Analisis data merupakan proses terakhir dalam penelitian. Setelah data yang terkumpul melalui

observasi, wawancara, penerapan konseling logoterapi dan dokumentasi, maka langkah selanjutnya adalah data tersebut disusun secara sistematis, kemudian diklasifikasi untuk dianalisis sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian, setelah itu disajikan dalam bentuk laporan ilmiah.

H. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dari penulisan skripsi ini terdiri dari:

Bab I Pendahuluan, yaitu berisi latar belakang yang menguraikan mengapa masalah ini diteliti. Rumusan masalah untuk merumuskan apa yang menjadi persoalan penelitian. Tujuan menjelaskan apa yang ingin dicapai dalam penelitian. Manfaat yang diperoleh dalam penelitian, beberapa hasil penelitian sejenis, kerangka teori dan metode penelitian.

Bab II Tinjauan teoritis logoterapi dan orang tua temperamental, Bagian ini akan berisi teori-teori tentang perkembangan psikologi orang tua, orang tua yang temperamental dan konseling logoterapi yang digunakan sebagai pendukung dalam penulisan skripsi ini.

Bab III Gambaran umum kondisi psikologis orang tua temperamental, berisi tentang kondisi psikologis orang tua

temperamental, faktor penyebab temperamental, bentuk-bentuk perilaku temperamental dan profil responden.

Bab IV Penerapan logoterapi terhadap orang tua temperamental, dalam bab ini berisi proses penerapan logoterapi pada orang tua temperamental dan membahas apa yang diperoleh dari hasil penerapan logoterapi pada orang tua yang temperamental.

Bab V Kesimpulan dan Saran, bab ini menyimpulkan apa yang diperoleh dalam penelitian dan saran untuk kemajuan yang akan datang.