

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Dewasa awal adalah fase seseorang akan mendapatkan guncangan hidup yang luar biasa, mulai mencari jati diri, mencari makna kehidupan, dan mulai berpikir tentang pernikahan. Pernikahan merupakan tuntutan fitrah manusia sebagai makhluk sosial. Menikah atau membangun rumah tangga adalah hal penting dalam kehidupan kaum muslimin karena peran besar yang dimainkan oleh keluarga berperan mencetak dan menumbuhkan generasi masa depan, juga penyangga bangunan umat dan perisai penyelamat bagi negara.

Pernikahan bukanlah hal yang mudah. Cahyadi Takariawan menjelaskan dalam bukunya yang berjudul *Wonderful Parent* bahwa menikah itu bukan hanya untuk kesenangan semata, namun harus bertujuan ibadah dan melahirkan generasi-generasi penerus bangsa yang baik.<sup>1</sup> Pada umumnya menikah itu dilihat dari keamanan finansial, padahal ada banyak faktor lagi yang seharusnya dipersiapkan sebelum pernikahan. Sebelum menikah baiknya mempelajari dulu ilmu menjadi orangtua yang baik bagi anak-anaknya dan menjadi pasangan yang baik untuk pasangannya.

---

<sup>1</sup> Cahyadi Takariawan, *Wonderful Parent* (Solo: PT. Era Adicitra Intermedia, 2019), h. 100.

Dikutip dari sumber BPS.go.id tingkat perceraian di Indonesia setiap tahunnya semakin meningkat. Data perceraian di tahun 2007 sebanyak 175.713, tahun 2008 sebanyak 193.189, tahun 2009 sebanyak 223.371, tahun 2010 sebanyak 285.184, tahun 2011 sebanyak 276.791, tahun 2012 sebanyak 346.480, tahun 2013 324.247, tahun 2014 sebanyak 344.237, tahun 2015 sebanyak 347.256 dan tahun 2016 perceraian di Indonesia sebanyak 347.256.<sup>2</sup> tahun 2017-2021 belum ada update terbaru di BPS.go.id. Mengutip perkataan Dirjen Bimas Islam Kamaruddin Amin dalam berita *m.merdeka.com* mengatakan di tahun 2019 kasus perceraian sebanyak 480.618, sementara itu pada 2020 kasus perceraian di Indonesia sudah mencapai 306.688 di bulan agustus,<sup>3</sup> belum ada update sampai bulan desember, jumlah yang sungguh fantastis. Kasus perceraian yang tinggi ini menyebabkan banyak masalah seperti *broken home*, pola asuh yang salah terhadap anak, dan lain-lain. Karena itu penting bagi orang dewasa awal untuk mengetahui seluk beluk pernikahan dan pola pengasuhan anak agar ia mampu menerapkan pola hubungan dengan pasangan dan pola asuh kepada anaknya yang tidak hanya sebatas apa yang ia dapatkan dari orangtuanya. Apalagi ia juga harus mengetahui

---

<sup>2</sup> <https://www.bps.go.id/linkTableDinamis/view/id/893>

<sup>3</sup> <https://m.merdeka.com/peristiwa/kemenag-sebut-angka-perceraian-mencapai-306688-per-agustus-2020>.

dan memahami bahwa anaknya hidup di zaman yang beda sehingga berbeda juga pola asuh yang harus mereka terima.<sup>4</sup>

Salah satu masalah yang harus dituntaskan orang dewasa awal sebelum menikah adalah *inner child*. Jika masalah ini belum terobati, maka mereka sering kali mengalami masalah dalam rumah tangganya atau dalam pola asuh kepada anaknya. Orang dewasa awal yang akan menikah itu tidak menyadari ketika nanti ia memberikan pola asuh kepada anaknya misalnya marah kepada anaknya, boleh jadi itu adalah karena luka jiwanya yang ia peroleh di waktu kecil. Perkataan yang dahulu diucapkan orangtuanya kepadanya diucapkan kembali kepada anaknya. Hal ini akan membuat regenerasi *inner child* yang terus berlangsung jika tidak ditangani.<sup>5</sup>

Masalah *inner child* harus diobati agar tidak melukai jiwa generasi penerus bangsa, psikodrama adalah salah satu teknik yang efektif untuk mengatasi permasalahan *inner child* pada seminar Musyawarah Guru Bimbingan Konseling (MBGK) Indonesia yang bertema “Peran Keluarga Terhadap Pembentukan Karakter Remaja di Era Revolusi 4.0 dan Society 5.0” di hotel Royal Krakarau Cilegon, Elly Risman menyatakan hal tersebut dan mempraktekannya terhadap

---

<sup>4</sup> Mohammad Fauzil Adhim, *Positive Parenting* (Yogyakarta: Pro-U Media, 2015), h.9.

<sup>5</sup> Munita Yeni, *Bacalah Buku Ini Saat Engkau Lelah* (Yogyakarta: Psikologi Corner, 2018), h.55.

peserta seminar dengan memposisikan dirinya sebagai orangtua dan peserta seminar sebagai anaknya atau sebaliknya.

Pada seminar online yang bertema “Mengatasi Luka Inner Child”, Aisah Dahlan menjelaskan salah satu cara untuk menyembuhkan *inner child* dengan mengkomunikasikannya. komunikasi merupakan bagian dari teknik psikodrama.

Di Ponpes Al-hidayah terdapat jumlah orang dewasa awal yang menjalani tugas sebagai ustad/ustadzah pengabdian. Berdasarkan observasi dan wawancara yang penulis lakukan nampak ada indikasi bahwa mereka memiliki *inner child*. Misalnya, KA menuturkan bahwa “*tad, ane kaya gini tuh karena dulu ane diperlakukan enggak baik sama mudabir ane, mudabir anenya enggak bener tad*”.<sup>6</sup> AM menuturkan bahwa “*tad ane kacau kaya ginituh karena orangtua anenya enggak bener tad, ane kesel banget sama orangtua ane.*”<sup>7</sup>

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka perumusan masalahnya adalah sebagai berikut

---

<sup>6</sup> Hasil wawancara dengan AM pada 15 Desember 2020 di ruang guru Ponpes Al-Hidayah.

<sup>7</sup> Hasil wawancara dengan KA pada 15 Desember 2020 di ruang guru Ponpes Al-Hidayah.

1. Bagaimana gejala *inner child* pada orang dewasa awal di Ponpes Al-Hidayah?
2. Bagaimana efektivitas penerapan *psikodrama* dalam mengatasi *inner child* pada orang dewasa awal?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui gejala *inner child* pada orang dewasa awal di Ponpes Al-hidayah.
2. Untuk mengetahui efektivitas penerapan *psikodrama* dalam mengatasi *inner child* pada orang dewasa awal.

### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan di atas, penelitian ini memiliki manfaat baik dari segi teoritis maupun dari segi praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Segi teoritis

Penelitian ini diharapkan menambah wawasan keilmuan tentang psikodrama dalam mengatasi *inner child* pada orang dewasa awal.

2. Segi praktis

- a. Bagi penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah acuan untuk dapat meningkatkan kompetensi konselor, meningkatkan keterampilan konselor, membantu penulis memperkaya teknik konseling, dan sebagai masukan kepada penulis dalam melakukan proses bimbingan dan konseling yang efektif.

b. Bagi konseli

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan manfaat kepada masyarakat luas dalam mengatasi *inner child* agar mereka dapat hidup dengan normal dan tanpa beban serta luka di masa lalu yang dapat mengganggu masa depannya.

## **E. Kajian Pustaka**

Dalam penelitian ini penulis juga melakukan penelusuran terhadap penelitian-penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang penulis teliti, karena penulis belum menemukan penelitian yang sama dengan judul penulis, antara lain:

Dhiny Luna Wulandari, dalam tesis yang berjudul “Psikodrama Dalam Meningkatkan Harga Diri Remaja Usia 12-15 Tahun Di Sos Children’s Village Medan” di Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara tahun 2019.

Dengan mengangkat masalah efek psikodrama dalam meningkatkan harga diri rendah bagi remaja usia 12-15 tahun di LKSA SOS Children's Village Medan, tesis ini menyimpulkan bahwa teknik psikodrama 68% efektif dalam meningkatkan harga diri seorang remaja.<sup>8</sup>

Elvy Syahrina dalam skripsinya yang berjudul "Pengaruh Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Obesitas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Pekanbaru". Penelitian ini menyimpulkan bahwa dengan menggunakan teknik psikodrama membantu meningkatkan konsep diri siswa obesitas. Ini terbukti dengan analisis data menggunakan uji Wilcoxon dari siswa yang diteliti sebanyak 115 siswa dan sampel penelitian menggunakan 30 siswa secara acak. Syahrina mengungkapkan bahwa: 1) konsep diri siswa obesitas sebelum diberikan *treatment* sebesar 25.23 berada pada tingkat kategori rendah, 2) konsep diri siswa obesitas sesudah diberikan *treatment* sebesar 38.73 berada pada kategori sedang, 3) terdapat pengaruh yang signifikan

---

<sup>8</sup> Dhiny Luna Wulandari, Psikodrama Dalam Meningkatkan Harga Diri Remaja Usia 12-15 Tahun Di Sos Children's Village Medan, ( Tesis, Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara tahun 2019), h. 5.

antara konsep diri siswa obesitas dengan menggunakan teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok.<sup>9</sup>

Syska Sari Purnama dalam skripsinya yang berjudul “Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa”. Dari hasil penelitian ini dapat di pahami bahwa gambaran umum kontrol diri siswa kelas IV SD Negri Lumbuk Ngin berada pada tingkat kategori sedang, kemudian psikodrama efektif dalam mengembangkan kontrol diri siswa.

Efektif ini bisa dilihat peningkatan yang signifikan dalam pengisian *pre-test* ke *post-test*, artinya psikodrama efektif dalam mengembangkan kontrol siswa. Berdasarkan hasil skor *pre-test* dan skor *post-test* kontrol diri siswa menunjukkan adanya peningkatan skor kontrol diri siswa kelompok psikodrama, dan pada proses pelaksanaan kegiatan intervensi psikodrama menunjukkan kontrol diri yang dimiliki oleh siswa mengalami perubahan yang sangat baik.<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup> Elvy Syahrina, Pengaruh Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Obesitas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Sekolah Menengah Atas Negri 12 Pekanbaru, ( Tesis, Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau tahun 2018 ), h. 10. <https://repository.uin-suska.ac.id/13866/> , diakses pada 14 juni 2019 , pukul 07.27.

<sup>10</sup> Syska Sari Purnama, Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa, ( Skripsi, Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Palembang ), h. 136.



## **F. Kerangka Teori**

### **1. Psikodrama**

#### **A. Pengertian Psikodrama**

Harman dalam buku *40 Teknik BK* menjelaskan bahwa *role reversal* (membalik peran) atau psikodrama adalah teknik turunan dari teori gestalt. Terapis gestalt melihat eksistensi sebagai sesuatu yang saling berhubungan dan menggunakan pendekatan konseling holistik. *Role reversal* biasanya digunakan ketika seorang konselor profesional percaya bahwa perilaku konseli adalah kebalikan dari perasaan tertentu yang mendasarinya, dan dengan demikian konseli berperilaku dengan cara yang *disconnected* (terputus). Atas dasar membalik peran, konselor profesional membantu konseli memahami isu-isu kutub yang berlawanan tersebut menjadi sebuah perspektif holistik.

Hackey dan Cornier dalam buku *40 Teknik BK*, menjelaskan biasanya konselor menggunakan teknik ini dengan konseli-konseli yang sedang mengalami konflik, atau sebuah perpecahan, di dalam dirinya sendiri. konselor mengambil peran aktif ketika menggunakan teknik

ini, dengan mengidentifikasi peran-peran yang berbeda yang dijalani konseli di dalam sebuah situasi paradoks. Dikutip dari ucapan Corey dalam buku *40 Teknik BK* menjelaskan setelah melakukan hal yang sudah dijelaskan di atas konseli diminta untuk memainkan peran yang sedang menyebabkan kecemasan dan untuk terhubung dengan bagian-bagian yang telah diingkari. Konselor membantu konseli di dalam sebuah pemeriksaan paradoksikal terhadap pandangan, sikap, atau keyakinannya. Dengan memainkan peran lain dan memeriksa kedua sisi konflik, konseli dapat mempertinggi kesadaran mereka tentang situasinya, memperdalam koneksi-koneksi emosionalnya, dan mengatasi isu-isu yang mendasarinya.

## **B. Langkah-langkah pelaksanaan psikodrama**

menurut Corey psikodrama dilakukan dengan langkah sebagai berikut.

### a. Tahap persiapan (*the warm-up*).

Tahapan persiapan ini merupakan bagian penting dalam menumbuhkan kepercayaan dan ikatan dalam kelompok. Persiapan terdiri dari

kegiatan awal yang diperlukan untuk peningkatan secara bertahap dalam keterlibatan dan spontanitas, ini bertujuan untuk mendorong keterlibatan secara maksimal. Persiapan bisa dilakukan dengan teknik fisik seperti menggunakan music, menari, dan gerakan atau latihan nonverbal lainnya. Namun tugas yang paling penting selama tahap persiapan terdiri dari menciptakan suasana yang menumbuhkan spontanitas.

b. Tahap pelaksanaan (*the action*).

Kelompok melakukan aksi drama untuk mengeluarkan pikiran, sikap dan perasaan yang mereka tidak sadari. Tujuan dari tahap ini adalah untuk membantu anggota dalam membawa pikiran-pikiran yang mendasari, sikap, dan perasaan yang mereka tidak sadari sepenuhnya. Hal ini berguna untuk memudahkan proses sehingga protagonis dapat bergerak ke dalam tindakan sesegara mungkin. Dalam melakukan hal ini, pemimpin dapat

menarik isyarat penting bahwa protagonis menyerah menyajikan situasinya, termasuk ekspresi wajah, angka yang pasti berbicara, dan postur tubuh. Sutradara membantu protagonis mendapatkan fokus yang jelas pada perhatian khusus. Saat protagonis sudah mendapatkan *feel* yang diinginkan, maka ego pendukung dapat membantu protagonis menyelesaikan masalah itu. Sutradara bisa memberikan arahan keterlibatan semua anggota kelompok.

- c. Tahap diskusi atau tahap berbagi pendapat dan perasaan (*the sharing*).

Syska dalam artikelnya yang berjudul *Teknik Psikodrama Dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa* mengutip ucapan nya Moreno, tahap diskusi atau tahap sharing, kelompok mengeluarkan pendapat yang tak menghakimi sesama. *Sharing*, yang dilakukan pertama terdiri dari pernyataan yang menghakimi diri sendiri, diskusi dari proses kelompok berikut. Setelah adegan psikodrama

dilakukan, pemimpin yang mengajak semua anggota kelompok untuk mengungkapkan pengaruhnya untuk pribadi. Lalu dilanjutkan dengan diskusi tentang bagaimana action tadi mempengaruhi pola pikir dan perasaan mereka.<sup>11</sup>

Psikodrama adalah metode pembelajaran dengan bermain peran yang bertitik tolak dari permasalahan-permasalahan psikologis yang dipelopori oleh Moreno. Sebagaimana dikutip Syska dalam artikelnya yang berjudul *Teknik Psikodrama Dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa*, Jefferies mengatakan psikodrama yang dikembangkan oleh Moreno mengintegrasikan emosi, kecerdasan dan imajinasi melalui pengembangan spontanitas dan kreativitas. Psikodrama digunakan untuk terapi orang dewasa awal untuk memperoleh pemahaman yang baik tentang dirinya, mengenali *inner child* di dalam dirinya dan juga dapat mengontrol *inner child* tersebut. Untuk itu penelitian ini bertujuan untuk

---

<sup>11</sup> Syska Purnama Sari, 2017, "Teknik Psikodrama Dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa" *Jurnal Fokus Konseling* , Volume 3, No. 2 (2017). hh., 130-131.

menguji efektifitas psikodrama dalam mengatasi *inner child* pada orang dewasa awal.

## 2. Pengertian *inner child*

*Inner child* merupakan perasaan atau emosi menepati wilayah yang cukup luas dalam jiwa anak yang sedang tumbuh. Perasaan ini pula yang akan membentuk jiwanya dan kepribadiannya, jika anak mendapatkan perilaku atau pola yang seimbang, maka akan terpenuhilah jiwa dan kepribadiannya, namun jika ada rasa yang tidak terpenuhi maka akan adanya *descrease* atau kekurangan rasa jiwa dan kepribadiannya.<sup>12</sup>

Aditia Riefananda dalam bukunya yang berjudul *Luka Batin Masa Kecil* mengatakan *inner child* adalah suatu perasaan yang mengingatkan pada situasi yang di alami waktu kecil, perasaan itu mendominasi pikiran dan mengendalikan sikap serta perilaku saat dewasa. Orang dewasa biasanya mengalami *inner child* ini, *Inner child* menunjukkan ketika di masa kecil ada kebutuhan-kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi. Misal adanya kekosongan, kekecewaan atau kesedihan.

Gejala awal *inner child* biasanya orang

---

<sup>12</sup> Muhammad Nur Abdul Hafidz Suwaid, *Prophetic Parenting Cara Nabi Mendidik Anak* (Yogyakarta, Pro-U Media. 2010), h. 428.

akan tiba-tiba merasa sedih, marah, takut, dan muncul rasa tidak nyaman dalam dirinya karena adanya rasa *traumatis* yang disimpan terus menerus. Jika ini terus berlanjut, maka akan ada sikap-sikap yang akan menonjol pada diri seseorang seperti merasa pusing dan sakit dalam jiwanya jika ada peristiwa yang mirip dengan keadaan yang dahulu dia alami, orang seperti ini sering sekali menyalahkan dirinya sendiri meskipun terkadang sudah jelas bukan ia yang salah dan orang ini akan sulit percaya terhadap orang lain dan sangat khawatir yang berlebihan.<sup>13</sup>

Menurut Dandi Birdy dalam bukunya *Anger Management The Life Skill* gejala seseorang memiliki *inner child* negatif yakni, kumpulan rasa *insecure*, kehausan kasih sayang, ketidakberdayaan juga ketidakberhargaan pada diri akan terus mengendap di jiwa, yang dibawa ke kehidupan di masa pertemanan, pernikahan juga pekerjaan.<sup>14</sup>

Jika dulu tidak merasa disayang, maka dampak saat dewasa akan meminta perhatian dan kasih sayang yang kadang berlebihan dari orang

---

<sup>13</sup> Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* (Jogjakarta. IRCiSod, 2013), h. 242.

<sup>14</sup> Dandi Birdy dan Diah Mahmudah, *Anger Management The Life Skill* (Bogor. Zenawa Media Giditama, 2019), h. 44.

lain, bisa juga muncul ketakutan dalam diri jika ditinggal orang lain, bahkan ditinggal saja belum tetapi ketakutan itu selalu ada, ketergantungan yang berlebihan ini sangat tidak baik karena orang disekelilingnya tidak akan nyaman dengan sikap yang seperti ini.

Semua emosi yang sering muncul di waktu kecil itu akan menjadi fondasi ketika dewasa. Perlu diketahui juga bahwa *inner child* adalah bagian dari alam bawah sadar individu yang terbentuk dari pengalaman masa lalu. Pengalaman negatif dan juga positif keduanya sama-sama memiliki peran terhadap pembentukan diri saat ini, tidak heran bila masa kecil seseorang sangat berpengaruh terhadap bagaimana perilakunya ketika dewasa.<sup>15</sup> Fauzil Adhim menambahkan dalam bukunya *Saat Berharga Untuk Anak*, Orangtua sering sekali berbicara kenakalan anak, tapi mereka lupa memeriksa dirinya sendiri sebagai orangtua terkadang melakukan kenakalan yang lebih besar dari kenakalan anaknya seperti tidak memperhatikannya diwaktu kecil, menyia-nyaiakan waktu yang berharga bersama anak, memberikan nama yang buruk terhadap anak dan

---

<sup>15</sup> Raditya Riefananda, *Luka Batin Di Masa Kecil* (Semarang: CV. Lentera Kata, 2020), h.8.



salah dalam mencari pasangan untuk calon orangtua anak tersebut.<sup>16</sup>

Dari kutipan di atas ada kebutuhan-kebutuhan anak yang harus dicukupi oleh orangtua, jika kebutuhan-kebutuhan anak ada yang kosong atau tidak terisi, maka hal ini akan terus terbawa hingga dewasa dan akan terus turun-temurun jika tidak ditangani atau diselesaikan dengan tepat.

### 3. Dewasa awal

Syamsu Yusuf dalam bukunya *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* menjelaskan bahwa dewasa awal bermula umur 18-25, tahun ini juga disebut sebagai dewasa awal sehingga adanya tumpang tindih dengan remaja akhir, di tahap ini banyak sekali remaja yang kehilangan statusnya dan seharusnya di masa remaja akhir ia sudah mengenali jatinya.<sup>17</sup>

Sedangkan menurut Elizabeth B. Hurlock dalam bukunya *Psikologi Perkembangan* menjelaskan bahwa, masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru.

---

<sup>16</sup> Muhammad Fauzil Adhim, *Saat Berharga Untuk Anak* (Yogyakarta:Pro-U Media, 2009), h.175.

<sup>17</sup> Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2016), h.27.

Orang dewasa awal diharapkan memainkan peran baru seperti peran seorang pengajar, suami/istri, pencari nafkah, orangtua dan mengembangkan sikap-sikap baru lainnya, keinginan-keinginan dan nilai-nilai baru sesuai dengan tugas-tugas baru ini. Masa dewasa awal/dini ini dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun. Saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan produktif. Hurlock pun menjelaskan bahwa di tahap dewasa awal ini ada hal yang sangat sulit, karena sejauh ini sebagian besar orang dewasa sulit untuk mengadakan penyesuaian secara mandiri.<sup>18</sup>

## **G. Metodologi Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan metode kualitatif, yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *post positivisme*, yang digunakan untuk meneliti kondisi obyek alamiah, dimana penulis adalah sebagai instrumen kunci.<sup>19</sup>

Penelitian kualitatif bertujuan untuk

---

<sup>18</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 2013), cetakan ke-V, h.246.

<sup>19</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), Cet.ke-XXV, H.8.

mendapatkan makna yang kontekstual secara menyeluruh (*holistic*) berdasarkan fakta-fakta (tindakan, ucapan, sikap, dan sebagainya) yang dilakukan subjek penelitian dalam latar alamiah secara *emic*.<sup>20</sup>

#### **a) Subjek dan objek penelitian**

Subjek dalam penelitian skripsi ini adalah orang dewasa awal di Pondok Pesantren Al-hidayah, ustad pengabdian yang sudah masuk kategori dewasa awal. Adapun objek dalam penelitian ini adalah *inner child* pada orang dewasa awal. Penulis menggunakan instrumen wawancara dan juga observasi berdasarkan hasil wawancara dan juga observasi penulis mendapatkan 5 orang dewasa awal yakni AM, KA, AH, FA, dan SJ yang teridentifikasi memiliki *inner child* yang terluka.

#### **b) Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Al-Hidayah Ciomas, pra-penelitian ini dimulai bulan september-desember 2020 dan akan dinjut sampai

---

<sup>20</sup> Abdul Halim Hanafi, *Metode Penelitian Bahasa* (Jakarta: Diadit Media, 2011), Cet.Ke-VII, H.29.

bulan maret 2021 untuk menyelesaikan penelitian skripsi ini.

## **2. Teknik Pengumpulan Data**

### **a) Observasi**

Sutrisno Hadi mengemukakan observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis maupun psikologis. Teknik ini digunakan bila penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala, dan lain sebagainya.<sup>21</sup> Adapun cara observasi yang dilakukan oleh penulis yaitu mendatangi dan mengamati lima orang konseli.

### **b) Wawancara**

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara berkomunikasi, bertatap muka, yang disengaja terencana dan sistematis antara pewawancara (*interview*) dengan yang diwawacarai (*interviewe*).

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dalam metode survei

---

<sup>21</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*, h.145.

yang menggunakan pertanyaan secara lisan kepada subjek penelitian. Teknik wawancara dilakukan jika penulis memerlukan komunikasi atau hubungan dengan responden.

Wawancara dapat dilakukan dengan cara terstruktur, semi terstruktur maupun tidak terstruktur. wawancara juga dapat dilakukan dengan cara bertatap muka maupun melalui media sosial. Wawancara terstruktur adalah teknik pengumpulan data yang sistematis, yang mana pewawancara telah menyiapkan instrumen atau pedoman dalam pengumpulan data. Wawancara semi terstruktur yaitu pewawancara menyiapkan pedoman wawancara, namun tetap memberikan keleluasaan untuk dapat menjelaskan lebih panjang atau menambahkan beberapa topik bahasan sendiri selama proses wawancara. Sedangkan wawancara tidak terstruktur adalah wawancara yang bebas yang mana penulis tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara

sistematis untuk pengumpulan datanya.<sup>22</sup>

Dari beberapa jenis wawancara di atas, penulis melakukan wawancara semi terstruktur. Adapun wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan informasi yang lebih lengkap.

### **3. Analisa Data**

Analisis data adalah proses penyederhanaan data dalam bentuk yang lebih mudah dibaca. Setelah data dianalisis, data diformulasikan dalam kalimat untuk mencari makna dan implikasi yang lebih luas. dari penelitian yang mana dalam analisis kualitatif yang digunakan oleh penulis menggunakan analisis deskriptif. Tujuannya untuk menggambarkan pelaksanaan penerapan teknik psikodrama yang digunakan oleh penulis dalam upaya menyembuhkan *inner child* pada orang dewasa awal.

Langkah-langkah dalam menganalisis data:

#### **a) Reduksi data**

Reduksi data yaitu merujuk pada proses pemilihan, pemokusan dan

---

<sup>22</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*,...,H.137-140

penyederhanaan yang terjadi dalam catatan-catatan lapangan tertulis. Dalam penelitian ini, penulis mereduksi data dengan cara memilih 5 konseli orang dewasa awal yang sedang melakukan pengabdian di Ponpes Al-Hidayah Ciomas Banten.

#### **b) Penyajian data**

Penyajian data yaitu sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. penyusunan dibuat dalam bentuk narasi.

#### **c) Verifikasi data**

Verifikasi data yaitu membuat kesimpulan atau penjelasan yang mewakili keseluruhan data-data yang terkumpul.<sup>23</sup>

### **H. Sistematika Pembahasan**

Untuk mempermudah pembahasan hasil penelitian, maka sistematika penulisan dalam penelitian ini disajikan dalam lima bab:

Bab pertama, pendahuluan. Bab ini berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian,

---

<sup>23</sup>Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT.Remaja Rosdakarya, 2006), Cet.Ke-IV, H.9.

manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab kedua, gambaran obyek penelitian, berisi tentang kondisi Pondok Pesantren Al- Hidayah dan layanan BK di Ponpes AL-Hidayah Ciomas.

Bab ketiga, profil konseli, membahas tentang profil konseli, latar belakang masalah konseli, dan kondisi *inner child* pada dewasa awal.

Bab keempat, menjelaskan tentang penerapan teknik psikodrama dalam mengatasi *inner child* pada orang dewasa awal di Pondok Pesantren Al-Hidayah Ciomas dan hasilnya.

Bab kelima, penutup. Bab ini meliputi kesimpulan dan saran.