

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga memberikan pengaruh yang besar terhadap seluruh anggotanya, sebab selalu terjadi interaksi yang paling bermakna, paling berkenan dengan nilai yang sangat mendasar dan sangat intim.¹ Keluarga juga merupakan sekelompok orang yang saling terkait ikatan batin dan darah. Layaknya sebuah bangunan, bangunan keluarga dapat dibuat maketnya, dianalisis anatomi dan keseimbangan elemen-elemennya sehingga dapat dibayangkan apa pondasinya, apa pilarnya, apa atap dan dindingnya serta apa aksesorisnya. Pondasi keluarga terdiri dari cinta, fitrah, dan etos ibadah.²

Orang tua yang penuh kehangatan akan memberikan landasan moral kepada anak-anaknya yang tumbuh menjadi remaja agar mampu melewati masa-masa transisi dengan mengembangkan nilai-nilai yang diperoleh melalui keluarga, dan selanjutnya akan membentuk kesadaran serta identitas diri.

Pada kenyatannya, kehidupan sehari-hari banyak keluarga yang tidak harmonis karena bermasalah dengan menggunakan pola asuh. Salah satu pola asuh adalah *strict parents*. Pola asuh *strict parents* ini adalah gaya pengasuhan yang ketat terhadap seorang anak, menurut orang tua dengan melakukan pola asuh seperti ini akan membuat anak merasa disiplin. Terdapat beberapa karakteristik pola asuh *strict parents* yaitu menuntut tapi tidak responsif, menerapkan terlalu banyak aturan, tidak memberikan pilihan pada anak, dan masih banyak lagi. Pola asuh *strict parents* ini terbentuk dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang dimaksud ialah faktor yang berasal dari dalam orang tua. Faktor eksternal yang

¹ Jalaluddin Rahmat, *Keluarga Muslim dalam Masyarakat Modern*. (Bandung: PT Remaja Rosda Karya) h. 49

² Mubarak Achmad, *Psikologi Keluarga*, (Malang: Madani Kelompok Intrans Publishing, 2016) h.10

dimaksud ialah yang dari luar seperti orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya.

Tugas mendidik anak tidak dapat dilaksanakan dengan baik atau sebagai mana mestinya. Hal-hal yang seperti ini membuat anak menjadi anak yang bermasalah seperti anak yang mengalami keterbelakangan mental, susah bergaul, mempunyai pribadi emosional, pemurung dan tidak adanya percaya diri. Hal yang pertama mengisi kepribadian anak tersebut ialah semua yang ada dalam keluarga tempat si anak tinggal. Termasuk kebiasaan-kebiasaan nenek moyang dan pengaruh-pengaruh lain yang diterima dari masyarakat dengan tidak sadar orang tua juga memberikannya kepada anak.

Dimasa kecil orang tua adalah tempat rasa aman dan nyaman untuk seorang anak, mereka memberi segalanya. Setiap orang tua menginginkan anaknya menjadi apa yang mereka mau tanpa memikirkan apa yang anak mau. Kebanyakan orang tua menginginkan anaknya patuh pada perintahnya, disiplin, dan berkepribadian yang baik. Berbagai upaya telah dilakukan orang tua untuk mendukung keberhasilan anak-anaknya, salah satunya adalah mencari pendidikan yang terbaik bagi anak-anaknya. Orang tua adalah panutan dan tokoh bagi anak-anak.

Anak adalah amanat yang dibebani oleh Allah kepada orang tuanya. Oleh karena itu orang tua harus menjaga, memelihara, dan menyampaikan amanat itu kepada anak yang berhak menerimanya. Karena manusia adalah milik Allah SWT. Orang tua harus mengantarkan anaknya melalui bimbingan, pengarahan, dan pendidikan untuk mengabdikan kepada Allah.³

Seorang anak adalah individu unik yang memiliki eksistensi, jiwanya, dan hak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai dengan waktunya. Sebagian besar rentang hidup anak berada di ranah keluarga. Oleh karena itu, mereka berpikir merekalah yang menentukan masa depan anak, dan kepribadian anak ditentukan oleh perkembangan

³ Tatang, *Ilmu Pendidikan (Bandung: Pustaka Setia, 2021)* h.80

sosial, psikologis, fisik, dan agama yang turun temurun. Orang tua sangat berperan dalam mendidik kepribadian anak yang baik. Pengasuhan orang tua dengan kasih sayang, pendidikan yang tentang nilai-nilai kehidupan, serta agama maupun sosial budaya.

Banyak orang tua yang salah mendidik anak, ketika anak salah maka selalu ada hukuman dengan kekerasan atau tidak. Setiap orang tua memiliki kepribadian yang berbeda dalam membesarkan anaknya, ada yang tidak peduli atau membiarkan anaknya menemukan jati dirinya tanpa arah, ada yang memanjakan anak, ada yang bersikap kasar pada anaknya, dan ada juga yang posesif atau pengekan. Bagi orang tua yang kurang memperhatikan pola asuh dengan baik, maka perkembangan pun tidak baik untuk anak sendiri.

Strict parents adalah gaya pengasuhan yang ketat. Menurut orang tua dengan melakukan ini anak akan menjadi hebat dan sukses. Akan tetapi, anak yang mengalami ini sungguh tertekan dan akan berdampak buruk bagi perilakunya. Namun banyak yang tidak mengetahui akibat dari metode pengasuhan ini akan berdampak buruk. Orang tua yang menganut gaya pengasuhan ini dapat bersifat otoriter atau otoritatif. Orang tua otoriter adalah tipe orang tua yang sangat mempertahankan kendali kekuasaan. Bagi tipe orang tua semacam ini, perasaan-perasaan yang kuat merupakan sesuatu yang sangat tidak tertib. Jadi, mereka akan memerintahkan anak untuk bersikap dan bertindak dengan benar. Tipe orang tua otoriter sering menginterupsi dan mengesampingkan pendapat anaknya.⁴

Strict parents yang otoriter ditandai dengan perilaku dingin, tidak responsif, dan tidak suportif terhadap anaknya. Peraturan yang mereka buat dianggap sangat ketat dan sewenang-wenang. Orang tua yang seperti ini tidak memberikan izin anaknya untuk menyuarakan pendapat atau mempertanyakan keputusan yang telah dibuat oleh orang tuanya. Penelitian Seyrdowleh, Barmas dan Asadzadeh (2014) menegaskan bahwa kebiasaan

⁴ Kevin Stedee. *10 Kesalahan Orang Tua Dalam Mendidik Anak*. h. 49

perilaku orang tua turut membentuk karakter individu. Orang tua bertanggung jawab atas karakter positif dan negatif individu, oleh karena itu diperlukan proses mendidik dan pengembangan yang baik.

Tingkah laku anak terbentuk oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang dimaksud adalah faktor yang berasal dari diri anak tersebut. Faktor eksternal yang dimaksud ialah yang berasal dari luar seperti orang tua, keluarga, dan lingkungannya. Namun faktor dari dalam anak dapat disebabkan oleh faktor luar, misalnya anak tersebut tidak mendapatkan perhatian yang cukup dari orang tuanya, atau orang tua melakukan pola asuh yang tidak tepat untuk anaknya, sehingga munculah pikiran irasional dan perilaku yang tidak baik membuat dirinya melakukan hal-hal yang tidak seharusnya dilakukan oleh anak.

Pola asuh orang tua yang seperti ini menimbulkan dampak buruk pada kepribadian seorang anak, yang dimana seorang anak akan merasa dirinya dikelang juga tidak bisa mengekspresikan dirinya sendiri. Dengan tingkah laku anak yang memiliki *strict parents* ini, anak akan menimbulkan ketidakjujuran di dalam dirinya. Peneliti menduga bahwa pola asuh seperti ini sangat tidak baik dan akan menimbulkan tingkah laku anak yang memiliki *strict parents* ini kepribadian yang tidak baik. Untuk memperbaiki tingkah laku remaja tersebut konseling behavioral dengan terapi kognitif dirasa menjadi salah satu konseling yang cocok.

Berdasarkan penjelasan diatas salah satu strategi yang bisa digunakan oleh peneliti yaitu konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) merupakan salah satu terapi modifikasi perilaku yang menggunakan kognisi sebagai kunci dari perubahan perilaku. Konselor membantu klien dengan cara membuang pikiran dan keyakinan buruk klien, untuk kemudian diganti dengan konstruksi pola pikir yang lebih baik. Adapun Bush mengungkapkan bahwa konseling kognitif behavior merupakan perpaduan dari dua pendekatan dalam psikoterapi yaitu *Cognitive Therapy dan Behavior Therapy*.

Cognitive Behavior Therapy (CBT) sebagai pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat ini dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Tujuan dari CBT ini mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi.

Dengan permasalahan diatas, penelitian ini ingin membantu mengatasi tingkah laku yang telah terjadi dalam diri remaja yang mengalami *strict parents* dengan menggunakan konseling *cognitive behavior therapy*. Dengan hal ini peneliti juga menggunakan terapi kognitif agar berkaitan dan lebih bisa diterapkan kepada klien nantinya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana kondisi psikologis remaja yang mengalami *strict parents*?
2. Bagaimana proses penerapan konseling CBT untuk mengatasi tingkah laku remaja yang mengalami *strict parents* di Kelurahan Gelam?
3. Bagaimana hasil penerapan konseling CBT untuk mengatasi tingkah laku remaja yang mengalami *strict parents* di Kelurahan Gelam?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi psikologis remaja yang mengalami *strict parents*?
2. Untuk mengetahui proses penerapan konseling *cognitive behavior therapy* untuk mengatasi tingkah laku remaja yang mengalami *strict parents*

3. Untuk mengetahui hasil dari penerapan konseling *cognitive behavior therapy* untuk mengatasi tingkah laku remaja yang mengalami *strict parents*

D. Manfaat/Signifikasi Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritik
 - a. Sebagai proses pembelajaran peneliti dalam melakukan penelitian
 - b. Sebagai referensi dan informasi mahasiswa sebagai bahan rujukan untuk penelitian sebelumnya, khususnya bagi jurusan bimbingan konseling islam.
2. Manfaat praktis
 - a. Manfaat pengetahuan untuk masyarakat
 - b. Memberi pemahaman bagi calon konselor mengenai konseling behavioral

E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Dalam penelitian terkadang ada tema yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti walaupun dengan arah tujuan yang berbeda. Berdasarkan hasil eksplorasi terhadap penelitian-penelitian terdahulu, ditemukan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini. Adapun penelitian terdahulu tersebut yaitu:

1. Penelitian oleh Neneng (2016) berjudul “Dampak Pola Asuh Orang Tua Otoritas Terhadap Psikologi Anak”

Penelitian ini membahas tentang dampak pola asuh orang tua yang otoritas terhadap psikologi anak, upaya yang dilakukan peneliti terdahulu adalah untuk mengetahui dampak psikologi anak hasil didikan orang tua yang otoritas dengan menggunakan 4 (empat) metode yaitu konseling, *hypnotherapy*, *hypno EFT*, dan *hypno TRE*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dampak pola asuh orang tua yang otoriter terhadap kepribadian anak yaitu mudah stress, trauma, depresi, ketakutan, minder, dan lebih pendiam. Adapun persamaan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak dari orang tua yang otoriter terhadap anaknya. Sedangkan perbedaannya penelitian terdahulu ini hanya fokus kepada dampak psikologisnya saja, peneliti ini lebih fokus ke perilaku anaknya setelah mengalami didikan seperti itu.

2. Penelitian oleh Rizki Nurlutfiyani (2018) berjudul “Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Psikologi Perkembangan Remaja”

Penelitian ini membahas tentang psikologi perkembangan remaja yang mana orang tuanya mendidik dengan pola asuh otoriter, upaya yang dilakukan peneliti terdahulu adalah untuk mengetahui psikologi perkembangan remaja dengan menggunakan Teknik *Rational Emotive Teraphy* (RET).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa psikologi perkembangan remaja dengan didikan orang tua yang otoriter mengakibatkan remaja tersebut munculnya rasa tertekan, menyebabkan stress, agresif, berani berbohong, pesimis dan menutup diri. Adapun persamaan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak dari orang tua yang otoriter terhadap anaknya. Sedangkan perbedaannya penelitian terdahulu ini menggunakan teknik RET.

3. Penelitian oleh Isnaini Qubailatul Fitriyah (2012) berjudul “Kepribadian Anak Dari Pola Asuh Ibu yang Authoritarian” Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Penelitian ini membahas bahwasannya terdapat pengaruh yang kuat akibat dari pola asuh orang tua yang otoriter, baik terhadap jiwa atau kepribadian anak. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perlakuan orang tua yang otoriter terhadap

perkembangan anak yaitu anak akan mudah tersinggung, penakut, pemurung, mudah stress, dan tidak bersahabat.

Persamaan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak dari orang tua yang otoriter terhadap anaknya. Sedangkan perbedaannya dalam menangani kasus dengan menggunakan metode *hypnotherapy*.

F. Definisi Operasional

Menurut A Kasandra Oemarjoedi (2003:20) teknik modifikasi perilaku dan mengubah keyakinan maladaptif. Terapi perilaku kognitif atau *cognitive behavior therapy* merupakan salah satu terapi modifikasi perilaku yang menggunakan kognisi sebagai kunci dari perubahan perilaku. Konselor membantu klien dengan cara membuang pikiran dan keyakinan buruk klien, untuk kemudian diganti dengan konstruksi pola pikir yang lebih baik. Menurut peneliti CBT adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis

Menurut Drs. Sunaryo Tingkah laku adalah aktivitas yang timbul karena adanya stimulus dan respon serta dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Menurut peneliti tingkah laku adalah suatu perbuatan atau aktivitas yang berupa reaksi, tanggapan, jawaban atau alasan yang dilakukan oleh organisme.

Menurut Elizabeth B Hurlock (1980:206) Remaja berasal dari istilah adolescence berasal dari kata latin (*adolscere*) yang berarti tumbuh atau menjadi dewasa. Istilah adolescence, seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Menurut peneliti remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa.

Menurut Diana Baumrind dalam jurnal *American Psychological Association Strict parents* adalah orang tua yang ketat dan menempatkan

standar serta tuntutan tinggi pada anak-anak mereka. Menurut peneliti *strict parents* adalah pola asuh orang tua yang menempatkan standar tinggi pada anak, sehingga anak tidak bisa menolak dan merasa dirinya dikekang.