

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri dan memerlukan manusia lain dalam kehidupannya. Setiap manusia berusaha untuk memenuhi kebutuhan hidup salah satunya adalah kebutuhan sosial. Kebutuhan sosial ini dapat terpenuhi dan didapatkan dengan cara melakukan pernikahan. Tujuan dari pernikahan, bukan hanya untuk kebutuhan sosial saja, akan tetapi agar dapat terbentuknya keluarga yang harmonis, bahagia serta *sakinah mawaddah warahmah*.

Keluarga merupakan ruang lingkup pertama dan terpenting dalam proses interaksi sosial serta untuk mengenal perilaku-perilaku yang ada pada individu lainnya. Keluarga dapat diartikan sebagai patokan awal dalam proses pengenalan budaya-budaya yang ada di masyarakat pada anggota keluarga mengenai pribadi, sifat dan karakteristik yang ada pada individu lain. Keluarga juga dapat diartikan sebagai wadah dalam proses pembentukan karakter, hubungan dengan orang lain, interaksi sosial, dan kreativitas pada anggota keluarga terutama pada anak.

Bossard & Ball menetapkan batasan mengenai keluarga dari aspek kedekatan hubungan satu sama lain dengan mengemukakan bahwasanya keluarga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat hubungannya dengan seseorang. Di dalam keluarga seorang individu dibesarkan, bertempat tinggal, berinteraksi satu sama lain, terbentuk nilai dan norma, pola pikir serta kebiasaan (Ulfiah, 2016 : 1-2)

Keluarga yang dibangun, diharapkan, dan didambakan oleh setiap individu adalah keluarga yang bahagia, harmonis, dan *sakinah mawaddah warahmah*. Keluarga terbentuk atas persetujuan antara kedua belah pihak yaitu laki-laki dan perempuan dengan beralaskan pada rasa cinta serta kasih sayang, mereka setuju untuk hidup bersama dalam suatu ikatan yaitu rumah tangga, demi mewujudkan ketentraman, keharmonisan dan kebahagiaan bersama dalam bentuk keluarga (Ismiati, 2018 : 1).

Pembentukan keluarga yang diharapkan tidaklah berjalan dengan mudah. Dalam mencapai keluarga yang diharapkan menjadi suatu tantangan dikarenakan banyak faktor-faktor yang dapat menyebabkan retaknya suatu hubungan yang berakibat perceraian. Perceraian merupakan putusnya hubungan sebagai suami dan istri. Perceraian dalam Islam, berakar dari bahasa Arab yaitu talak yang diartikan dengan melepaskan ataupun membebaskan tali. Secara terminologi, talak merupakan membebaskan tali pernikahan ataupun memutuskan hubungan sebagai suami istri. Dalam Al-Qur'an, perceraian banyak dijelaskan. Salah satunya adalah Q.S At-Talaq ayat 1 yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ فَطَلِّقُوهُنَّ لِعَدَّتِهِنَّ وَأَحْصُوا الْعِدَّةَ وَاتَّقُوا اللَّهَ رَبَّكُمْ لَا تُخْرِجُوهُنَّ مِنْ بُيُوتِهِنَّ وَلَا يَخْرُجْنَ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفَحِشَةٍ مُبَيِّنَةٍ وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ لَا تَدْرِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا ۝

Artinya :“Hai Nabi, apabila kamu menceraikan istri-istimu maka hendaklah kamu menceraikan mereka pada waktu mereka dapat (menghadapi) iddahnya (yang wajar) dan hitunglah waktu iddah itu serta bertakwalah kepada Allah Tuhanmu. Janganlah kamu keluarkan mereka dari rumah mereka dan janganlah mereka (diizinkan) ke luar kecuali mereka mengerjakan perbuatan keji yang terang. Itulah hukum-hukum Allah dan barangsiapa yang melanggar hukum-hukum Allah, maka sesungguhnya dia telah berbuat zalim terhadap dirinya sendiri. Kamu tidak mengetahui barangkali Allah mengadakan sesudah itu sesuatu hal yang baru”

Ayat tersebut menjelaskan bahwasanya Allah SWT memfatwakan kepada Rasulullah SAW bahwasanya apabila Rasulullah SAW ingin menceraikan istrinya, maka Rasulullah harus menceraikan istrinya pada waktu yang sesuai sehingga mereka (istri) dapat menghitung masa iddahnyanya.

Perceraian yang terjadi di masyarakat disebabkan oleh banyak hal seperti faktor ekonomi, faktor perbedaan prinsip, faktor kesetiaan pasangan, konflik yang berkepanjangan dan sebagainya. Perceraian yang terjadi di Indonesia mempunyai peringkat yang dapat dikatakan cukup tinggi. Beracuan pada Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2016), peningkatan angka perceraian meningkat setiap tahunnya.

Pada tahun 2014 tercatat sebanyak 344.237 kasus cerai dan talak. Kemudian pada tahun 2015 meningkat menjadi 347.256 kasus dan pada tahun 2016 kasus perceraian meningkat kembali menjadi 365.633 kasus.

Peningkatan angka perceraian dapat dilihat meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) Kementerian Dalam Negeri (Kemendagri) terdapat 3,97 juta penduduk yang memiliki status cerai hidup sampai dengan akhir bulan Juni 2021 (Databoks, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ismiati mengenai, “Perceraian Orang tua dan Problem Psikologis Anak” diperoleh bahwa anak yang menjadi korban dalam perceraian secara langsung merasakan dampaknya secara psikologis yang menyebabkan anak tidak bersemangat, menjadi pendiam, tidak suka bergaul dengan orang lain, minat belajar menurun, bimbang, gelisah, malu, sedih, timbul rasa dendam, rasa benci sehingga anak dapat merasa terganggu baik secara emosional dan perilakunya. (Ismiati, 2018 : 15)

Penelitian yang dilakukan oleh Ardian Praptomojati dengan judul, “Dinamika Psikologis Remaja Korban Perceraian : Sebuah Studi Kasus Kenakalan Remaja” menunjukkan bahwa perceraian menimbulkan dampak yang besar terutama bagi remaja yang berkembang menjadi kenakalan remaja. Dampak yang timbul pada anak korban perceraian yaitu anak mengalami permasalahan perilaku (perilaku maladaptif) dan memiliki pola pikir yang negatif. (Ardian, 2018 : 12)

Adofo dan Etsey mengemukakan mengenai dampak perceraian orang tua bagi anak terutama bagi remaja dapat terwujud menjadi *internalizing behavior* ataupun *externalizing behavior*. *Internalizing behavior* meliputi rasa ketakutan, rasa malu, rendahnya harga diri, kesedihan, kecemasan, kebingungan, rasa ketidakamanan, kurangnya percaya diri rasa sakit, bahkan depresi. Sedangkan *externalizing behavior* meliputi perilaku agresi, kesulitan untuk menjalin hubungan dengan orang lain (interaksi sosial), ketidakmampuan menyesuaikan diri, tingkah laku bermasalah di lingkungan sekolah, terjadinya kenakalan remaja, dan sebagainya. (Ardian, 2018 : 2)

Dampak perceraian ini dapat mempengaruhi perkembangan anak, terutama pada remaja. Santrock menjelaskan bahwa masa remaja menjadi periode paling penting dan periode yang urgen dalam kehidupan seorang manusia. Hurlock mengemukakan bahwasanya masa remaja ini sering digambarkan sebagai masa *storm* dan *stress*, masa terjadinya transisi atau perubahan baik secara fisik ataupun psikologis dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. (Ardian, 2018 : 2)

Remaja penuh dengan perasaan yang tidak pasti karena masa remaja merupakan masa peralihan. Peralihan atau perubahan yang terjadi pada masa remaja meliputi perubahan emosi, fisik, pola perilaku, dan minat (Fatmawaty, 2017 : 57). Remaja yang mengalami keretakan dalam keluarganya sampai terjadi perceraian pada orang tuanya maka akan timbul gangguan psikologis dalam dirinya salah satunya yaitu kecemasan.

Kecemasan diartikan sebagai perwujudan dari beragam proses emosional yang saling bercampur, hal ini terjadi ketika seorang individu menghadapi tekanan batin dan pertentangan perasaan (Zakiah Daradjat, 2016 : 28). Davison menjelaskan bahwa kecemasan adalah percampuran segenap emosi tidak menyenangkan yang dipengaruhi oleh rasa takut, khawatir, risau dan gelisah yang tidak terkendali atas kondisi mengancam yang tidak jelas di masa akan datang (Hidayah, 2019 : 5).

Menurut Jefferey S. Nevid, kecemasan merupakan suatu kondisi emosional yang memiliki karakteristik keterangsangan fisiologis, perasaan yang tegang, tidak menyenangkan dan perasaan aprehensif (gelisah) merasa sesuatu hal yang buruk akan terjadi. Gail W. Stuart menjelaskan bahwa kecemasan merupakan kekhawatiran tidak jelas dan bersifat menyebar yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti (was-was) dan tidak berdaya (Annisa & Ifdil, 2016 : 96).

Hal yang dapat dilakukan sebagai upaya menurunkan dan mengatasi kecemasan adalah dengan memberikan layanan konseling individu dengan tujuan untuk memberikan mereka kesempatan untuk menceritakan permasalahan yang dihadapi. Remaja korban perceraian yang memiliki gejala-gejala kecemasan dapat mengikuti konseling dengan seorang konselor ataupun Guru Bimbingan Konseling.

Pelaksanaan konseling dilakukan dengan pendekatan konseling salah satunya adalah *client centered*. *Client centered* berpedoman pada kapabilitas konseli untuk memilih isu yang penting dan pemecahan masalah bagi dirinya sendiri. Konseling *client centered* memiliki konsep pokok yang mencakup pada konsepsi diri, aktualisasi diri (eksistensi), teori kepribadian, dan hakikat kecemasan. Dalam hal ini, Rogers mengemukakan bahwa struktur inti konseling ini yaitu mengenai konsep menjadi diri dan pertumbuhan perwujudan diri (Hikmawati, 2016 : 105).

Konseling *client centered* yang digunakan adalah konseling *client centered* yang dikemukakan oleh Carl R. Rogers. Menurut Rogers, pada dasarnya manusia dapat diyakini dan mempunyai potensi dalam memahami dirinya serta dapat mengatasi masalahnya tanpa intervensi (campur tangan) langsung dari konselor. Pendekatan *client centered* sangat meyakini bahwasanya seseorang yang mengikuti proses konseling dikarenakan keinginannya sendiri maka akan dapat menemukan arahnya sendiri demi tercapainya kehidupan yang efektif (Setiawan, 2018 : 73)

Tujuan mendasar dari teori Carl R. Rogers yaitu *client centered* dapat menciptakan suasana yang kondusif dalam usaha membantu konseli untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh. Dalam konseling *client centered*, peran konselor berasal pada cara-cara menunjukkan keberadaannya dan sikap-sikapnya, bukan pada penggunaan teknik yang disusun dengan tujuan menjadikan konseli melakukan sesuatu, yang akibatnya membuat konseli dapat menghilangkan pertahanan dan persepsinya ke taraf fungsi pribadi yang lebih tinggi (Harahap, 2020 : 329)

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka penelitian ini dilaksanakan sebagai upaya dalam membantu siswa menurunkan kecemasan akibat perceraian orang tua melalui penerapan konseling individu dengan pendekatan *client centered*. Dalam hal ini, peneliti ingin mengetahui, “**Penerapan Konseling *Client Centered* untuk Menurunkan Kecemasan Remaja Korban Perceraian di Kelas XII SMA Al-Ulum Medan**”.

B. Identifikasi Masalah

Zakiah Daradjat mengemukakan bahwasanya kecemasan memiliki sisi yang disadari seperti ketakutan, terkejut, tidak berdaya, merasa bersalah, merasa terancam dan sebagainya. Ada juga sisi-sisi yang terjadi di luar kesadaran dan tidak bisa dihindari perasaan yang tidak menyenangkan itu (Daradjat, 2016 : 28).

Kecemasan timbul akibat kejadian traumatis ataupun peristiwa yang tidak menyenangkan terjadi pada diri individu. Salah satu peristiwa yang dapat menimbulkan kecemasan adalah perceraian orang tua. Akibat dari perceraian, dapat menyebabkan anak menjadi korban terutama yang bagi remaja. Remaja korban perceraian orang tua memiliki gejala-gejala kecemasan baik secara psikologis ataupun perilakunya. Untuk menurunkan kecemasan yang dialami oleh remaja korban perceraian maka dapat diterapkan konseling individu yaitu dengan pendekatan *client centered*.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dipaparkan oleh peneliti, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu menurunkan kecemasan pada remaja korban perceraian dengan menerapkan konseling *client centered*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang dipaparkan oleh peneliti, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, “Apakah konseling *client centered* dapat menurunkan kecemasan pada remaja korban perceraian di kelas XII SMA Al-Ulum Medan?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menjelaskan penerapan konseling *client centered* untuk menurunkan kecemasan pada remaja korban perceraian di kelas XII SMA Al-Ulum Medan.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang dipaparkan oleh peneliti, maka manfaat dari penelitian ini antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai penerapan konseling *client centered* untuk menurunkan kecemasan pada remaja korban perceraian.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru Bimbingan Konseling, dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan, wawasan serta informasi dalam membantu siswa menyelesaikan masalah yang mereka hadapi dengan penerapan konseling dengan berbagai pendekatan salah satunya adalah *client centered*.
- b. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat agar siswa dapat mengetahui permasalahan psikologis yang umum terjadi dan dapat mengetahui upaya untuk menurunkan masalah psikologis yang muncul.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, dari penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan gambaran dan informasi mengenai penerapan konseling *client centered* untuk menurunkan kecemasan pada remaja korban perceraian.
- d. Bagi penulis, penelitian ini dapat menambah pengalaman untuk mempersiapkan diri menjadi Guru Bimbingan Konseling yang profesional. Penelitian ini juga menjadi salah syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.