

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Usia remaja adalah masa yang unik, karena dalam proses perkembangan individu, remaja tidak memiliki tempat yang jelas, tidak termasuk golongan anak-anak ataupun golongan orang dewasa. Pada usia remaja ini seseorang masih belum mampu untuk menguasai perubahan fungsi fisik maupun psikis. Masa remaja merupakan masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru, padahal pada usia remaja keadaan emosinya masih belum stabil atau masih bergejolak.

Para ahli berpendapat bahwa masa remaja merupakan tahap perkembangan yang rawan, dengan disertai berbagai gejala dan benturan. Erikson (1989) menyebut hal ini sebagai krisis identitas, Menurut Erikson krisis identitas ini adalah tahap untuk membuat keputusan terhadap permasalahan-permasalahan penting yang berkaitan dengan pertanyaan tentang identitas dirinya. Dalam pembentukan identitas diri, ada beberapa yang melewati fase tersebut dengan cepat dan juga ada pula yang lambat bahkan ada juga yang mengalami kegagalan. Dampak positif dapat terwujud jika anak berhasil menghadapi perubahan-perubahan tersebut dengan adaptif, namun jika anak tersebut tidak berhasil menghadapi dan mengatasi perubahan-perubahan tersebut dengan adaptif, maka akan muncul berbagai masalah psikologis, emosional, dan perilaku yang merugikan.

Mengingat kondisi remaja yang belum stabil, mereka akan menjadi sosok yang berbeda dari biasanya dan menjadi lebih agresif. Hal tersebut terjadi dikarenakan psikis anak yang belum kuat untuk menghadapi masa transisi dari anak ke remaja, sehingga banyak dari remaja yang mudah terpengaruh dan cenderung melakukan hal-hal yang negatif atau menyimpang, hal tersebut bisa berdampak pada dirinya sendiri, merugikan orang lain bahkan menyimpang dari norma.

Masa transisi merupakan peluang besar yang memungkinkan membuat remaja cenderung melakukan perilaku menyimpang yang melanggar norma atau aturan yang berlaku dalam masyarakat. remaja yang berperilaku menyimpang akan memberi dampak negatif bagi lingkungan sekitarnya, karena keberadaannya yang dapat meresahkan dan merugikan masyarakat.

Remaja pada masa transisi memerlukan perhatian yang khusus dari berbagai pihak, baik itu dari keluarga maupun lingkungan. Hal ini bertujuan untuk mencegah supaya mereka tidak berbuat negatif atau kenakalan bahkan sebuah kejahatan. *Juvenile delinquency* adalah anak-anak yang selalu berbuat nakal, atau kejahatan dengan motif agar mereka diperhatikan, mendapatkan status sosial, dan mendapatkan penghargaan dari lingkungannya. Mereka melakukan kenakalan atau perilaku menyimpang karena kurang memiliki kesadaran moral serta sosial, sehingga mereka mengembangkan perilakunya kedalam bentuk perilaku menyimpang (Kartono, 1986), perilaku menyimpang pada anak seringkali mengarah pada bentuk pelanggaran norma, baik itu norma sosial atau norma hukum, mereka cenderung mengabaikan resiko-resiko dari perilaku menyimpang yang mereka perbuat dan sering mengulang perilaku tersebut.

Menurut Jensen (1994) dalam bukunya Sarwono kenakalan remaja yang melanggar norma-norma dibagi menjadi 4 jenis yaitu: 1) kenakalan yang menimbulkan korban fisik, 2) kenakalan yang menimbulkan korban materi, 3) kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban di pihak orang lain, dan 4) kenakalan yang melawan status. Pada usia mereka perilaku kenakalan tersebut dilakukan secara sadar dan mereka juga mengetahui apa akibatnya, namun mengingat mereka yang berada pada masa transisi atau peralihan, mereka ingin mendapatkan status yang jelas karena mereka belum berstatus sebagai orang dewasa dan sudah tidak lagi berstatus sebagai anak-anak, sehingga mereka berusaha menemukan identitas dari

mereka yang sebenarnya dan mereka juga mudah terpengaruh dan terbawa arus (Monks, 2002).

Keadaan jiwa mereka yang labil dan kemampuan psikisnya yang belum matang adalah penyebab dari anak-anak melakukan perbuatan negatif, akibatnya implus-implus serta emosinya tidak terkendali sehingga kepribadiannya menjadi abnormal (Kartono, 1986). Abnormal dikarenakan tingkah laku mereka yang cenderung kearah negatif, seperti melakukan kenakalan yang melanggar hukum pada usia mereka yang masih muda. Normalnya, pada usia tersebut mereka tidak melakukan kenakalan yang menyalahi norma atau melanggar hukum dan seharusnya mereka memanfaatkan masa mudanya dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang positif.

Perbuatan negatif pada remaja merupakan perbuatan yang harus dihindari bahkan seharusnya dicegah supaya tidak menimbulkan masalah dan juga dampak besar. Sebagaimana dalam ajaran agama islam yang mengajarkan manusia untuk membuat kebaikan dan menjauhi keburukan, serta membangun kehidupan yang sejahtera, damai, dan berada di bawah naungan Allah SWT. Alasan itulah yang menjadikan Islam sebagai pedoman hidup manusia.

Agama mengajarkan untuk berbuat kebajikan dan menjauhi keburukan adapun cara untuk mencegah perbuatan buruk yang bisa berdampak kepada diri-sendiri maupun merugikan orang lain. Berbagai perbuatan yang bersifat buruk seperti kerusakan atau perilaku kenakalan yang dilakukan oleh remaja tidak terlepas dari hawa nafsu yang mereka miliki. Dorongan nafsu yang mengarah ke negatif disebut nafsu amarah. Nafsu amarah adalah nafsu yang menggerakkan kemauan dan cenderung mengarahkan keperbuatan yang menyalahi norma. Orang yang dikuasai nafsu ini cenderung agresif dan pemaarah serta bertindak sesuai dengan keinginannya.

Dorongan nafsu pada remaja perlu diarahkan supaya remaja tidak mengarah kehal-hal negatif. Hal ini dikarenakan nafsu yang tidak

terkontrol akan mengarahkan remaja untuk bertindak agresif. Apabila remaja menjadi agresif, remaja akan kesulitan mengendalikan prilakunya dan berpikir dengan jernih, dan jika remaja memiliki agresifitas yang tinggi, maka akan sulit untuk dikendalikan.

Agresifitas adalah kecenderungan berperilaku, baik yang ditujukan pada makhluk hidup maupun benda mati dengan maksud melukai, menyakiti, mencelakakan atau merusak yang menimbulkan kerugian secara fisik maupun psikologis (Bukhori, 2008). Remaja yang mempunyai tingkat agresifitas tinggi mampu merusak sistem kerja otak untuk berfikir jernih, akibatnya remaja menyalurkannya dengan cara melukai, menyakiti bahkan merusak sesuatu disekitarnya, baik ditujukan kepada seseorang maupun benda.

Salah satu cara untuk mencegah perilaku negatif remaja adalah dengan cara mengontrol diri. Remaja yang mempunyai kontrol diri yang tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku, sehingga membawa kepada konsekuensi positif (Bukhori, 2008). Remaja yang memiliki pengendalian diri atau kontrol diri yang baik, akan membawa dampak baik yang positif, sedangkan remaja yang tidak dapat mengendalikan dirinya dengan baik akan membawa dampak sebaliknya atau negatif, seperti melakukan perilaku menyimpang atau kenakalan.

Banyak sekali permasalahan yang muncul pada kalangan remaja sebagai akibat dari kurangnya kontrol diri yang kuat. Permasalahan remaja cenderung mengarah kearah penyimpangan, hal ini sebagai bentuk kegagalan remaja dalam mengendalikan diri atau kontrol diri dalam berperilaku. Selain itu, umur mereka yang masih tergolong muda menjadikan mereka belum mengerti dan masih mengalami kesulitan dalam menghadapi permasalahan-permasalahan hidup. Akibatnya banyak dari mereka yang melampiaskannya dengan sikap atau tindakan yang kurang terpuji, misalnya seperti menyalahgunakan obat, membuat keributan, pergaulan bebas dan kenakalan lainnya.

Peneliti memilih Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek (PPSAA) dikarenakan berdasarkan observasi pada saat PPL mendapati permasalahan-permasalahan pada anak-anak khususnya pada remaja di (PPSAA). Dari segi geografis, PPSAA ini berada di daerah selatan yang mencakup daerah-daerah seperti Trenggalek, Ponorogo, Blitar, Malang, Tulungagung, Kediri, Surabaya. Meskipun pada data yang peneliti temukan di PPSAA ini ada yang berasal dari luar Jawa Timur. Dari berbagai daerah tersebut pastinya mereka memiliki budaya yang berbeda. Oleh karena itu dapat menimbulkan sulitnya adaptasi bagi mereka ketika bertemu dengan orang yang berbeda sosial budaya.

Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek (PPSAA) memiliki kurang lebih 60 anak asuh, semua yang tinggal di PPSAA adalah pelajar, rata-rata yang tinggal di PPSAA adalah keluarga yang kurang mampu, mereka di biyai dan diberi fasilitas yang cukup untuk menempuh pendidikan, namun pada kenyataanya masih ada beberapa anak yang belum bisa bersungguh-sungguh dalam belajar atau menempuh pendidikanya, dikarenakan beberapa faktor permasalahan yang muncul di masyarakat, keluarga, maupun disekolah seperti bulliying, kekerasan verbal, dan juga dikucilkan, permasalahan tersebut dikarenakan latar belakang dari anak yang bermasalah sehingga membuat anak tersebut menjadi korban. Dampaknya adalah anak menjadi malas, sering bolos sekolah, dan tak jarang melampiaskan emosinya kepada teman satu asramanya, dan kenakalan yang lainnya. Kondisi tersebut juga mempengaruhi kejiwaan mereka seperti stres atau depresi. Hal ini disebabkan karena mereka tidak bisa menerima masalah yang sedang mereka hadapi dan ketidak mampuan mereka mengendalikan diri.

Kay mengatakan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu memperkuat *self control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup. Remaja yang memiliki kontrol diri, akan memungkinkan remaja dapat mengendalikan diri dari perilaku-perilaku yang melanggar aturan dan norma-norma yang ada di

masyarakat. Kontrol diri atau (*self control*) merupakan suatu kecakapan individu dari membaca situasi dari lingkungan. Selain itu juga kemampuan untuk mengontrol dan melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi untuk menampilkan diri dalam menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain dan menutupi perasaannya (Ghufron & Rini Risnawita, 2010)

Mengingat masalah-masalah yang dihadapi remaja yang telah dibahas diatas, peneliti memilih PPSAA Trenggalek karena dari proses observasi dan wawancara, peneliti menganggap bahwa perlu diupayakan sebuah terapi untuk remaja bermasalah disini sehingga dapat meningkatkan kontrol diri bagi mereka. Metode ini diharapkan bisa untuk meningkatkan kontrol diri agar dimasa depannya atau ketika dewasa nanti mereka bisa menjalani hidup lebih baik lagi.

Terapi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah terapi quantum ikhlas, terapi quantum ikhlas dalam bukunya Erbe Sentanu dijelaskan, yaitu dengan Afirmasi, Visualisasi, dan Syukur, *Afirmas*, yaitu sesuatu yang dibisikkan perlahan-lahan dengan niatan tujuan hidup di dalam hati. *Visualisasi* yaitu membisikkan doa pada anda, bayangkan dan hayati bahwa doa dan harapan yang selama ini hanya dalam angan-angan itu sekarang terwujud dan menjadi kenyataan. Hidupkanlah gambar-gambar yang ada di pikiran anda secara biologis, yaitu bayangan visual temperature, dan perasaan hati, lakukan dengan sepenuh hati. *Syukur* sambil menyaksikan proses terwujudnya doa, ucapkanlah syukur kepada Tuhan, sambungkanlah perasaan sepenuh hati pada Tuhan. Setelah merasakan getaran rasa syukur yang luar biasa, ikhlaskan semua yang ada di pikiran, perasaan, dan dosa. Niatkan semuanya untuk diserahkan kembali kepada sang pencipta (Sentanu, 2007)

Dengan adanya permasalahan tersebut diharapkan ikhlas bisa menjadi psikoterapi untuk mengatasi permasalahan pada remaja di Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek serta dengan

Ikhlas diharapkan dapat meningkatkan kontrol diri bagi remaja di Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang *“Efektivitas Terapi Ikhlas Terhadap Kontrol diri pada Remaja di Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek”*

## **B. Rumusan Masalah**

Dari pemaparan tersebut rumusan masalah yang dibuat sebagai berikut:

1. Apakah Efektif Terapi Quantum Ikhlas untuk meningkatkan kontrol diri pada remaja di Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek?
2. Seberapa Efektif Terapi Quantum Ikhlas terhadap kontrol diri pada Remaja di Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek ?

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

- a. Untuk mengetahui apakah efektif Terapi Quantum Ikhlas untuk meningkatkan kontrol diri pada remaja di Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek.
- b. Untuk mengetahui seberapa efektif Terapi ikhlas dalam meningkatkan kontrol diri pada remaja di Pelayanan dan Perlindungan Sosial Asuhan Anak Trenggalek.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan, dalam bidang psikoterapi serta dapat menjadi referensi bagi penelitian kedepannya dan dapat bermanfaat untuk peneliti lebih lanjut.

#### **b. Manfaat Praktis**

1. Bagi lembaga

Memberikan pemahaman terhadap lembaga pentingnya terapi ikhlas untuk meningkatkan kontrol diri pada kalangan remaja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan.

2. Bagi Remaja

Adanya terapi ikhlas ini bermanfaat untuk anak remaja dalam meningkatkan kontrol diri.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman serta dapat membantu menangani masalah psikis pada remaja.

4. Bagi Pembaca

Diharapkan bagi pembaca dapat menambah wawasan tentang terapi ikhlas dalam menangani beberapa masalah dalam remaja.