

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori Logoterapi Sufistik

1. Sejarah Logoterapi Sufistik

Victor E. Frankl, pencipta Logoterapi dilahirkan di Wina, Austria pada tanggal 26 Maret 1905 dan meninggal pada 2 September 1997. Dia berasal dari keluarga Yahudi yang sangat kuat memegang tradisi, nilai-nilai dan kepercayaan Yudaisme. Hal ini berpengaruh kuat atas diri Frankl yang ditunjukkan oleh minat yang besar pada persoalan spiritual, khususnya persoalan mengenai makna hidup¹. Di tengah suasana yang religius itulah Frankl sebagian besar hidupnya.

Pengalaman hidupnya yang kelam dalam kamp konsentrasi Nazi menjadi dasar pemikiran dan praktik terapiutiknya yang biasa disebut logoterapi. Kata “Logos” dalam bahasa Yunani berarti makna (*meaning*) dan juga rohani (*spiritually*), sedangkan “terapi” adalah penyembuhan atau pengobatan. Terdapat tiga asas utama logoterapi yaitu: (1) hidup itu tetap memiliki makna (arti) dalam setiap situasi, bahkan dalam penderitaan dan kepedihan sekalipun, (2) setiap manusia memiliki kebebasan yang hampir tak terbatas untuk menemukan sendiri makna hidupnya, (3) setiap manusia memiliki kemampuan untuk mengambil sikap terhadap penderitaan dan peristiwa tragis yang tidak dapat dielakkan lagi yang menimpa diri sendiri dan lingkungan sekitar, setelah upaya mengatasinya telah dilakukan secara optimal tetap tidak berhasil.

Makna hidup itu harus dicari oleh manusia. Didalam makna tersebut tersimpan nilai-nilai yaitu: (1) nilai kreatif, (2) nilai pengalaman dan (3) nilai sikap. Dengan dorongan untuk mengisi nilai-nilai itu maka kehidupan akan bermakna. Makna hidup yang diperoleh manusia akan meringankan beban atau gangguan kejiwaan yang dialaminya.²

¹ Richard Nelson Jones, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2011), hlm. 367

² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual, Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 74

Logoterapi merupakan sebuah pendidikan tanggung jawab yang berusaha membuka penghalang pada kehendak untuk bermakna (*will to meaning*) seseorang melalui transendensi diri pada nilai-nilai kreatif, eksperiensial, dan attitudinal. Seorang klien perlu menjadi sadar akan tanggung jawab eksistensial untuk menemukan makna hidup melalui kata hatinya.

Kemudian seiring berkembangnya ilmu pengetahuan lahirlah logoterapi sufistik yaitu sebagian upaya dari penyempurnaan dimensi spiritual yang diakui eksistensinya dalam logoterapi Viktor E. Frankl. Penyempurnaan disini bukan dimaksudkan bahwa logoterapi Frankl penuh dengan kekurangan, akan tetapi lebih pada sebuah usaha dari seseorang yang berlatar belakang tasawuf untuk memahami dimensi spiritual dalam logoterapi itu sepenuhnya dengan perspektif sufistik (perspektif yang diambil dari pandangan ulama-ulama sufi).

2. Tujuan terapi

Tujuan logoterapi yaitu: *pertama*, untuk menemukan makna dari penderitaan dan kehidupan serta cinta. Dengan penemuan itu klien akan dapat membantu dirinya sehingga bebas dari masalah tersebut. *Kedua*, logoterapi sufistik berusaha menyadarkan manusia bahwa sumber-sumber spiritual itu sering kali tanpa sadar telah ditekan, dihalangi atau diabaikan. *Ketiga*, menyadarkan manusia bahwa menggunakan “kekuatan melawan dari spirit kemanusiaan” untuk bangkit menghadapi kesengsaraan atau kemalangan.³ Sehingga tugas Logoterapis disini yaitu berusaha menyadarkan dan mereorientasikan klien kearah tugas-tugas hidupnya.⁴

Upaya logoterapis yang pertama ialah mengubah potensi yang tidak disadari menjadi tindakan yang disadari dan setelah itu membiarkan kembali masuk ke dalam kebiasaan tidak sadar. Pengatasan gejala-gejala frustrasi eksistensial, seperti apati dan kebosanan adalah produk sampingan dari pencarian dan penemuan makna. Selain itu, ketika klien menemukan lebih banyak makna dalam hidupnya, semua gejala yang

³ Sulaiman, *Logoterapi Sufistik* (Semarang: Walisongo press, 2017), hlm. 62

⁴ Richard Nelson Jones, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi...*, hlm. 382

dimilikinya dari depresi, adiksi, dan agresi kemungkinan besar akan membaik atau bahkan menghilang.

3. Teknik Logoterapi Sufistik

Mengenai teknik konseling yang sesuai dengan kasus yang dihadapi, tampaknya kemampuan menggali hal-hal yang bermakna dari klien amat penting.⁵ Sehingga pada proses terapi dapat disesuaikan metode apa yang sekiranya sesuai dengan klien.

a. Teknik Paradoxical Intention (*Suhbah*)

Teknik paradoxical atau Intensi paradoksal memusatkan potensinya pada kemampuan insan dalam menyandarkan diri pada kualitas esensial manusia, yaitu *self detachment* (pelepasan diri).⁶ Dalam intensi paradoksal klien diminta untuk mengintensikan dengan tepat apa yang ditakutinya. ketakutannya digantikan oleh keinginan paradoksal “memberikan kejutan yang tidak menyenangkan kepada si fobia”. Selain itu, intensi paradoksal memasukkan perasaan humor klien sebagai sarana untuk meningkatkan *sense of detachment* (perasaan terlepas) dari neurosisnya dengan menertawakannya. Menurut V. Frankl dalam Sulaiman humor adalah senjata jiwa yang lain dalam mempertahankan diri.⁷

Dalam tradisi sufi humor juga digunakan sebagai upaya untuk membantu kita menjadi lebih sadar terhadap kesalahan-kesalahan. Para guru sufi yang telah memiliki kedalaman ilmu, mereka menggunakan humor sebagai sindiran terhadap murid-murid mereka tanpa menimbulkan ketersinggungan. Hal ini mereka lakukan agar kita bisa “menertawakan” rasa pedih yang tengah dialami.

Dalam tasawuf, teknik ini disejajarkan dengan istilah *suhbah* (pergaulan). Pergaulan yang dimaksud disini merupakan perkumpulan dengan orang-orang yang bisa memberikan dampak positif terhadap dirinya, seperti pergaulan bersama para

⁵ S. Willis, *Konseling Individual, Teori dan Praktek...*, hlm. 74

⁶ Sulaiman, *Logoterapi Sufistik ...*, hlm. 208

⁷ *Ibid.*, hlm. 209.

mursyid. Bergaul dengan mereka merupakan terapi untuk memperbaiki jiwa, memurnikan akhlak, menanamkan akidah dan mengokohkan iman.⁸

b. Teknik Dereflection (*raja'*)

Dalam derefleksi, klien diminta untuk mengabaikan gangguan-gangguan yang dialaminya tersebut. neurosis-neurosis seksual, seperti frigiditas dan impotensi.⁹

Teknik ini memanfaatkan kemampuan yang ada pada setiap manusia dewasa yaitu membebaskan diri dan tidak memperhatikan lagi kondisi yang tidak nyaman untuk lebih mencurahkan perhatian kepada hal-hal lain yang positif dan lebih bermanfaat.¹⁰

Dalam tasawuf, teknik derefleksi ini dapat diaplikasikan dengan sifat *raja'* yaitu mengharapkan rahmad Allah SWT, yang sesungguhnya Allah SWT selalu bersama kita. Hal ini didukung oleh adanya kekuatan iman. Orang yang beriman percaya dan mampu menerima cobaan dari Allah SWT sebagai bukti rasa sayang sang pencipta kepada *'abid-Nya*.

B. Penyesuaian Diri

1. Definisi penyesuaian diri

Menurut Schneiders dalam Muhammad Ali dan Muhammad Asrori istilah penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu:¹¹

a. Penyesuaian diri sebagai adaptasi (*Adaptation*)

Penyesuaian diri dianggap sama dengan adaptasi (*adaptation*). Adaptasi disini lebih banyak mengarah kepada penyesuaian secara fisik, fisiologis, atau biologis. Ditarik dari latar belakang perkembangannya, penyesuaian diri disamakan dengan adaptasi. Padahal, adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri secara fisik, fisiologis, maupun biologis. Sedangkan penyesuaian diri tidak melulu mengarah pada fisik, melainkan yang lebih

⁸ *Ibid.*, hlm. 217

⁹ Richard Nelson Jones, *Teori dan Praktik ...*, hlm. 388

¹⁰ Sulaiman, *Logoterapi ...* hlm. 223

¹¹ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2014), hlm. 13

kompleks dan lebih penting lagi adalah adanya keunikan dan keberbedaan kepribadian individu dalam hubungannya dengan lingkungan.

b. Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*Conformity*)

Penyesuaian diri disama artikan dengan konformitas terhadap suatu norma. Individu seakan-akan ditekan kuat untuk menghindari adanya penyimpangan. Baik penyimpangan perilaku, moral, sosial maupun emosional. Individu dituntut untuk bersikap sama dengan suatu norma yang berlaku agar tidak terjadi penolakan pada dirinya. Akan tetapi keragaman individu serta kebudayaan tiap masing-masing daerah tidak sama sehingga tidak dapat dijadikan suatu usaha konformitas penyesuaian diri. Hal tersebut berarti penyesuaian diri bersifat dinamis dan tidak dapat dipandang dari segi konformitas sosial.

c. Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*Mastery*)

Penyesuaian diri diartikan sebagai sebuah kemampuan penguasaan dalam mengembangkan diri sehingga dorongan, emosi, dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah. Hal ini dimaksudkan agar setiap individu dapat memiliki kekuatan terhadap lingkungannya yaitu mampu menyesuaikan diri dengan realitas berdasarkan cara-cara yang baik, akurat, sehat dan mampu bekerja sama dengan orang lain.

Tetapi pemaknaan ini memiliki satu kelemahan, yaitu menganggap semua individu sama. Padahal pada kenyataannya setiap individu memiliki perbedaan dalam berbagai hal. Untuk itu perlu adanya rumusan penting mengenai prinsip-prinsip mengenai penyesuaian diri yang dihadapi oleh individu, yaitu sebagai berikut:

1. Individu memiliki kualitas yang berbeda dalam hal penyesuaian diri.
2. Penyesuaian diri ditentukan oleh kecenderungan yang telah dicapai.
3. Penyesuaian diri juga berhubungan dengan faktor internal yang berhubungan dengan lingkungan individu yang bersangkutan.

Dari ketiga sudut pandang tentang penyesuaian diri dapat ditarik kesimpulan bahwa arti dari penyesuaian diri menurut Schneiders yaitu suatu proses yang mencakup respons-respons mental dan behavioral yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi,

konflik serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dari dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Schneiders membagi penyesuaian diri ke dalam beberapa kategori. Salah satu pembagian itu adalah pembagian berdasarkan konteks situasional dari respon yang dimunculkan individu, yang terdiri dari penyesuaian personal, penyesuaian sosial, penyesuaian perkawinan dan penyesuaian vokasional.¹²

Sedangkan menurut Desmita penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri.¹³

Penyesuaian sosial merupakan penyesuaian yang dilakukan individu terhadap lingkungannya, seperti: lingkungan rumah, sekolah, dan masyarakat. Penyesuaian sosial yang dilakukan individu dapat dipengaruhi oleh faktor kondisi fisik (keturunan, kesehatan, bentuk tubuh, dsb), faktor perkembangan dan kematangan (perkembangan intelektual, social, moral, dsb), faktor psikologis (pengalaman individu, frustrasi, konflik yang dialami individu), faktor lingkungan (kondisi keluarga, kondisi rumah, dan sebagainya), faktor budaya (adat istiadat dan agama yang dianut).

Menurut Musthafa Fahmi penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan.¹⁴

W.A. Gerungan menjelaskan bahwa menyesuaikan diri dalam artian luas adalah mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri. Sedangkan menurut James F. Calhoun dan Joan Ross Acocella memberikan definisi penyesuaian diri merupakan interaksi Anda yang kontinu dengan diri Anda sendiri, dengan orang lain, dan dengan dunia Anda.¹⁵

¹² Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Refika Aditama, 2006), hlm. 147

¹³ Regina Caeli Shinta Claudia S...hlm. 10

¹⁴ Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008),hlm. 526

¹⁵ *Ibid.*, hlm. 257

Dari beberapa pendapat para tokoh tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk membuat hubungan yang memuaskan antara orang dengan lingkungan.

2. Bentuk-bentuk penyesuaian diri

a. Adaptif

Penyesuaian diri yang lebih mengarah kepada adaptasi badani. Misalnya berkeringat adalah usaha tubuh untuk mendinginkan tubuh dari suhu yang panas. Pada dasarnya pengertian luas mengenai penyesuaian itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan macam-macam kegiatan mereka.

b. Adjustif

Adjustif merupakan penyesuaian yang lebih mengarah kepada psikis seseorang. Misalnya ketika datang ke pemakaman saudara, mungkin sekali wajah kita dengan sendirinya akan menampilkan wajah duka. Singkatnya, penyesuaian adjustif ini merupakan penyesuaian diri tingkah laku terhadap lingkungan yang terdapat aturan-aturan atau norma-norma.

3. Aspek-aspek penyesuaian diri

Desmita dalam Regina Caeli Shinta Claudia S. menjelaskan ada empat aspek penyesuaian diri antara lain:

1.) Kematangan Emosional

- a. Pengelolaan emosi positif maupun negatif
- b. Kemantapan suasana kehidupan bersama orang lain
- c. Kemampuan untuk santai, gembira, dan menyatakan kejengkelannya

- d. Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri
- 2.) Kematangan Intelektual
- a. Kemampuan mencapai wawasan diri
 - b. Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya
 - c. Kemampuan mengambil keputusan
 - d. Keterbukaan dalam mengenal lingkungan
- 3.) Kematangan Sosial
- a. Keterlibatan dalam partisipasi sosial
 - b. Kesiediaan dalam bekerja sama
 - c. Kemampuan dalam memimpin
 - d. Sikap toleransi
 - e. Keakraban dalam pergaulan
- 4.) Tanggung Jawab
- a. Sikap produktif dalam mengembangkan diri
 - b. Melakukan perencanaan dan melakukannya secara fleksibel
 - c. Sikap altruism, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal
 - d. Kesadaran akan etika dan hidup jujur
 - e. Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai
 - f. Kemampuan bertindak independen¹⁶

C. Remaja

1. Definisi remaja

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja didefinisikan sebagai individu yang berada pada rentang usia 12-21 tahun dengan pembagian menjadi tiga masa, yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja tengah (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun).¹⁷ Remaja memiliki

¹⁶ Regina Caeli Shinta Claudia S., *Skripsi Penyesuaian Diri Siswa SMP Terhadap Kehidupan di Sekolah*, (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2016) Diakses Pada Tanggal 12 Februari 2018 pukul 13.00 WIB

¹⁷ Abi Risa Bayu Argo, et. All., *Kebermaknaan Hidup Mantan Punks: Studi Kualitatif Fenomenologis*, (Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, 2014, Vol. 13 No. 1) Diakses Pada Tanggal 25 Desember 2017 Pukul 17:07 WIB, hlm. 94

perkembangan yang sangat rentan dengan perubahan. Perubahan fisik yang terjadi dengan pesat diikuti dengan perubahan perilaku dan sikap. Ciri-ciri yang menonjol pada usia remaja ini terutama terlihat dalam perilaku sosialnya sehingga pada masa remaja ini, kerumunan biasanya berperan penting dimana remaja mulai bergaul bersama teman sebayanya.

Perubahan fisik pada remaja laki-laki dan perempuan tidak sama. Perubahan pada masalah tinggi badan, remaja laki-laki rata-rata 68 inci. Sedangkan pada remaja perempuan 64 inci. Begitu juga dengan berat badan. Remaja laki-laki bertambah sekitar 13 kg, sedangkan remaja perempuan bertambah sekitar 10 kg.

Selain mengalami perubahan pada fisik, remaja juga mengalami pubertas. Pubertas merupakan kematangan fisik yang cepat dan melibatkan perubahan hormonal dalam tubuh yang terjadi terutama selama masa remaja awal. Masa remaja adalah periode dari eksplorasi seksual dan eksperimen, fantasi seksual dan realitas serta menggabungkan seksualitas menjadi identitas remaja. Sebuah identitas seksual remaja mencakup orientasi seksual apakah remaja memiliki ketertarikan terhadap lawan jenis atau sesama jenis, kegiatan, minat dan gaya berperilaku.

2. Perkembangan remaja

a. Perkembangan Kognitif Remaja

Menurut teori kognitif Piaget, masa remaja ini berada dalam tahap pemikiran operasional formal, yaitu suatu tahap perkembangan kognitif yang dimulai pada usia kira-kira 11 atau 12 tahun dan terus berlanjut hingga remaja mencapai masa dewasa. Pada tahap ini anak sudah dapat berpikir secara abstrak dan hipotesis. Artinya anak mampu memikirkan sesuatu yang akan atau mungkin terjadi, sesuatu yang abstrak. Selain itu, remaja juga mampu berfikir secara sistematis. Artinya mampu memikirkan semua kemungkinan secara sistematis untuk memecahkan permasalahan.

b. Perkembangan Pengambilan Keputusan

Pengambilan keputusan merupakan salah satu bentuk kegiatan berpikir dan hasil dari kegiatan itu disebut keputusan. Ini berarti bahwa dengan melihat bagaimana seorang remaja mengambil suatu keputusan, maka dapat diketahui perkembangan pemikirannya. Remaja adalah masa dimana terjadi peningkatan pengambilan keputusan.

Dalam hal semacam ini, remaja yang lebih tua ternyata lebih kompeten daripada remaja yang lebih muda, sekaligus lebih kompeten dibandingkan anak-anak. Meskipun demikian, ketrampilan pengambilan keputusan remaja yang lebih tua seringkali jauh dari sempurna. Dalam hal ini pengalaman yang banyak mengambil peran. Remaja perlu memiliki lebih banyak banyak peluang untuk mempraktekkan dan mendiskusikan pengambilan keputusan yang realistis.

Tidak jarang remaja terpaksa mengambil keputusan-keputusan yang salah karena dipengaruhi oleh orientasi masyarakat terhadap remaja dan kegagalannya untuk member remaja pilihan yang memadai. Misalnya, keputusan seorang remaja tinggal di daerah minus di pusat kota untuk terlibat dalam perdagangan obat-obat terlarang walaupun beresiko tinggi.

c. Perkembangan Orientasi Masa Depan

Hurlock memaparkan bahwa remaja mulai memikirkan tentang masa depan mereka secara sungguh-sungguh. Remaja mulai memberikan perhatian yang besar terhadap berbagai lapangan kehidupan yang akan dijalaninya sebagai manusia dewasa di masa mendatang, misalnya lapangan pendidikan, dunia kerja serta kehidupan berumah tangga.

Menurut G. Trostmsdorff, orientasi masa depan merupakan fenomena kognitif motivasional yang kompleks, yakni antisipasi dan evaluasi tentang diri di masa depan dalam interaksinya dengan lingkungan.

Meskipun orientasi masa depan merupakan tugas perkembangan yang harus dihadapi pada masa remaja dan dewasa awal, namun tidak dapat dipungkiri bahwa pengalaman dan pengetahuan remaja tentang kehidupan di masa mendatang sangat

terbatas. Untuk itu remaja membutuhkan adanya dukungan dari berbagai pihak, terutama orang tuanya.

d. Perkembangan Kognisi Sosial

Menurut Dacey & Kenny, yang dimaksud dengan kognisi sosial adalah kemampuan untuk berpikir secara kritis mengenai isu-isu dalam hubungan interpersonal, yang berkembang sejalan dengan mereka. Dalam hal ini kemampuan berpikir abstrak remaja mulai muncul. Kemampuan ini kemudian menyatu dengan pengalaman sosial, sehingga pada gilirannya menghasilkan suatu perubahan besar dalam cara-cara remaja memahami diri mereka sendiri dan orang lain.

Salah satu bagian penting dari perubahan perkembangan aspek kognisi sosial remaja ini adalah apa yang diistilahkan oleh psikolog Davis Elkind dengan egosentrisme yakni kecenderungan remaja untuk menerima dunia (dan dirinya sendiri) dari perspektif mereka sendiri.

e. Perkembangan Penalaran Moral

Moral merupakan suatu kebutuhan penting bagi remaja, terutama sebagai pedoman menemukan identitas dirinya, mengembangkan hubungan personal yang harmonis, dan menghindari konflik-konflik peran yang selalu terjadi dalam masa transisi.

Penalaran atau pertimbangan berkenaan dengan keluasan wawasan mengenai relasi antara diri dan orang lain, hak dan kewajiban. Moralitas pada hakikatnya adalah penyelesaian konflik antara diri dan diri orang lain, antara hak dan kewajiban.

Menurut Kohlberg tahap moral remaja berada pada tahap konvensional. Artinya tingkat moralitas remaja sudah lebih matang dibandingkan anak-anak. Mereka sudah mengenal konsep moralitas seperti kejujuran, keadilan, kesopanan, kedisiplinan dan lain sebagainya.

f. Perkembangan Pemahaman Keagamaan

Bagi remaja agama memiliki arti yang sama pentingnya dengan moral. Agama memberikan sebuah kerangka moral, sehingga membuat seseorang mampu membandingkan tingkah lakunya. Agama dapat menstabilkan tingkah laku dan bisa

memberikan penjelasan mengapa dan untuk apa seseorang berada di dunia ini. Agama juga memberikan perlindungan rasa aman, terutama bagi remaja yang tengah mencari eksistensi dirinya.

Pada masa ini keyakinan agama remaja mengalami perkembangan yang cukup berarti. Ketika pada masa anak-anak mereka baru memiliki kemampuan simbolik, Tuhan dibayangkan sebagai person di awan, maka pada masa remaja mereka berusaha mencari sebuah konsep yang lebih mendalam tentang Tuhan dan eksistensi.

18

Menurut James Fowler dalam Desmita menjelaskan bahwa masa perkembangan agama pada remaja ada pada tahap *Syntetic Conventional* yang ditandai dengan pemikiran yang lebih abstrak serta dapat menyesuaikan diri dengan keyakinan agama dengan orang terdekat. Tahap selanjutnya yaitu *Individuative Reflective Faith* yang terjadi pada masa remaja hingga awal masa dewasa ditandai dengan lebih bertanggung jawab terhadap keyakinan agamanya dan belajar lebih tentang agama kepada seseorang tentang pengalaman nilai-nilai keagamaan.¹⁹

3. Ciri-ciri remaja

Seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut diantaranya:²⁰

a. Masa Remaja sebagai Periode yang Penting

Kendatipun semua periode dalam rentang kehidupan adalah penting, namun kadar kepentingannya berbeda-beda. Ada beberapa periode yang lebih penting daripada beberapa periode lainnya, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan lagi yang penting karena akibat-akibat jangka panjangnya. Ada periode yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada periode remaja kedua-duanya sama-sama penting.

¹⁸ Desmita, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya) hlm. 194

¹⁹ *Ibid ...* hlm: 209

²⁰ Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Erlangga) hlm. 207

Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada awal masa remaja. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai, dan minat.

b. Masa Remaja sebagai Periode Peralihan

Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang.

Dalam setiap periode peralihan, status individu tidak jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Di lain pihak, status remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling tidak sesuai bagi dirinya.

c. Masa Remaja sebagai Periode Perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.

Ada empat perubahan yang sama yang hampir bersifat universal. Pertama, meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. Karena perubahan emosi biasanya terjadi lebih cepat selama masa awal remaja, maka meningginya emosi lebih menonjol pada masa awal periode akhir akhir masa remaja.

Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk dipesankan, menimbulkan masalah baru. Bagi remaja muda, masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan dibandingkan

masalah yang dihadapi sebelumnya. Remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri menyelesaikannya menurut kepuasannya.

Ketiga, dengan berubahnya minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah. Apa yang pada masa kanak-kanak dianggap penting, sekarang setelah hampir dewasa tidak penting lagi. Misalnya, sebagian besar remaja tidak lagi menganggap bahwa banyaknya teman merupakan petunjuk popularitas yang lebih penting daripada sifat-sifat yang dikagumi dan dihargai oleh teman-teman sebaya. Sekarang mereka mengerti bahwa kualitas lebih penting daripada kuantitas.

Keempat, sebagian besar remaja bersikap ambivalen terhadap perubahan. Mereka menginginkan dan menuntut kebebasan, tetapi mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi tanggung jawab tersebut.

4. Masa Remaja sebagai Usia Bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Terdapat dua alasan bagi kesulitan itu. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orang tua dan guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru. Karena ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja yang akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

5. Masa Remaja sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan

remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

6. Masa Remaja sebagai Masa yang tidak Realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistis ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Semakin tidak realistis cita-citanya semakin ia menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

7. Masa Remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Bertindak dan berpakaian seperti orang dewasa belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

8. Masa Remaja sebagai Masa Mencari Identitas

Menurut Erikson dalam Desmita menyebutkan bahwa identitas terdiri dari tujuh dimensi, yaitu:²¹

- a. Pengalaman adalah salah satu aspek dari perkembangan identitas.
- b. Prestasi yang adaptif adalah indikasi perkembangan identitas positif remaja, disini remaja belajar untuk penyesuaian diri terhadap ketrampilan-ketrampilan khusus dan kemampuan kehidupan dalam masyarakat.

²¹ Khalimatus Sa'diyah, *Diktat Psikologi Perkembangan*, (Tulungagung: Diktat Tidak Diterbitkan, 2014), hlm. 89

- c. Struktur yaitu kemampuan remaja mengkoordinasikan perilaku di masa kini dan yang akan datang.
- d. Dinamis yaitu identitas baru yang terbentuk dari proses identifikasi masa kecil individu dengan orang dewasa.
- e. Subyektif yaitu individu dapat merasakan perasaan kohesif pada dirinya.
- f. Timbal balik psikososial yaitu perkembangan identitas remaja merupakan representasi jiwa diri remaja dan juga hasil interaksi dengan orang lain dan komunitasnya.
- g. Status eksistensial yaitu remaja mulai mencari arti hidup bagi dirinya secara pribadi atau secara umum.

4. Remaja Menurut Hukum

Dalam perundang-undangan tidak mengenal istilah remaja. Di Indonesia sendiri konsep mengenai remaja tidak dikenal dalam sebagian undang-undang yang berlaku. Hukum Indonesia hanya mengenal anak-anak dan dewasa. Hukum perdata misalnya, memberikan batasan usia 21 tahun (atau kurang dari itu asalkan sudah menikah) untuk menyatakan kedewasaan seseorang (pasal 330 KUHPperdata).²²

Di sisi lain, hukum pidana memberi batasan 16 tahun sebagai usia dewasa (pasal 45-47 KUHP). Anak-anak kurang dari 16 tahun masih menjadi tanggung jawab orang tuanya kalau ia melanggar hukum pidana. Tingkah laku mereka melanggar hukum misalnya mencuri belum dianggap sebagai kejahatan melainkan hanya disebut kenakalan. Jika ternyata kenakalan anak tersebut sudah membahayakan masyarakat dan patut dijatuhi hukuman oleh Negara, dan orang tuanya ternyata tidak mampu mendidiknya lebih lanjut maka anak tersebut menjadi tanggung jawab Negara dan dimasukkan ke dalam LPKA. Sebaliknya jika usia seseorang tersebut sudah diatas 16 tahun ketika melakukan pelanggaran hukum pidana, maka ia langsung dipidana artinya ia dimasukkan ke dalam lembaga pemasyarakatan.

Beberapa peraturan lain juga menyatakan tidak adanya perundang-undangan tentang remaja. Misalnya, UU Kesejahteraan anak (UU No. 4/1979 misalnya, menganggap semua orang dibawah 21 tahun dan belum menikah sebagai anak-anak dan karenanya berhak

²² Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2013) hal. 6

mendapat perlakuan dan kemudahan-kemudahan yang diperuntukkan bagi anak (misalnya pendidikan, perlindungan dari orang tua, dll). Tetapi, batas usia ini lebih rendah, yaitu 16 tahun, dalam UU Perlindungan anak No. 23/2002, pasal 1.

UU No.22/2009 tentang lalu lintas, pasal 81 ayat 2 menetapkan syarat usia 17 tahun untuk SIM-A dan SIM-C. UU ini tidak mengecualikan mereka yang sudah menikah dibawah usia tersebut dan memperlakukan semua yang dibawah usia tersebut sebagai belum cukup usia, atau belum dewasa untuk mengemudi kendaraan bermotor.

Sementara itu UU No.10/2008 tentang pemilu, pada pasal 1 angka 22 menetapkan usia 17 tahun atau sudah menikah sebagai batas usia seseorang berhak memilih dalam pemilihan umum.

Dalam hubungannya dengan hukum ini, tampaknya hanya UU perkawinan saja yang mengenal konsep remaja walaupun secara tidak terbuka. Usia minimal untuk suatu perkawinan menurut UU tersebut adalah 16 tahun untuk wanita dan 19 tahun untuk pria (pasal 7 UU No. 1/ 1974 tentang perkawinan).

D. Hubungan antara Logoterapi Sufistik dengan penyesuaian diri

Seseorang yang mengalami ketidakbermaknaan dalam hidup tentu merasakan seolah-olah hidup hanya sia-sia, tanpa tujuan, dan tak bermakna, perasaan terasa terbebani, tanpa gairah hidup, selalu merasa bimbang. Sepertinya sangat sulit untuk memperoleh kebahagiaan karena merasa terombang-ambing oleh perasaannya tersebut.

Logoterapi sufistik merupakan pilihan untuk penanganan ketidakbermaknaan dalam hidup . Seorang klien harus sadar sebenarnya apa tujuan hidupnya. Seorang logoterapis akan membantu klien pertama-tama dengan mengubah potensi yang tidak disadari dan setelah itu membiarkan kembali menjadi tindakan yang tidak sadar. Frankl menekankan bahwa seseorang terapis religious hanya bisa membawa agama ke dalam terapi jika pasien menginginkannya, kalau tidak, ia sama sekali tidak boleh masuk ke masalah ini.²³

²³ Richard Nelson Jones, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2011), hlm. 382

Dengan adanya logoterapi sufistik ini, ketidakbermaknaan hidup dapat teratasi. Sehingga orang yang menemukan makna hidupnya akan merasa lebih bersemangat menjalani hidupnya serta jauh dari perasaan hampa.²⁴ Mereka akan dapat memaknai kehidupannya dalam tujuan-tujuan yang harus dicapai sehingga menyebabkan kegiatan mereka menjadi lebih terarah.

Kemudian setelah rasa kebermaknaan hidup tersebut kembali diperoleh diharapkan dapat membantu proses penyesuaian diri anak binaan sesuai dengan tujuan penelitian ini. Dengan adanya logoterapi sufistik anak binaan lapas akan merasa lebih bersemangat dalam menjalani kehidupannya di dalam lapas bersama orang baru serta lingkungan yang masih asing yang kemudian membantu mereka dalam proses penyesuaian dirinya.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai hubungan Logoterapi Sufistik dengan tingkat penyesuaian diri Anak Binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas I A Blitar sepengetahuan peneliti belum pernah dilakukan. Adapun penelitian yang memiliki kesamaan tema penelitian ini diantaranya :

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Ajeng Puspita Megasari, 2016. *Hubungan penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada remaja tuna daksa*. Dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada remaja tuna daksa di BRSBD Dr. Soeharso Surakarta. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi penerimaan diri akan semakin tinggi pula kebermaknaan hidup. Kebermaknaan hidup memiliki nilai yang rendah, hal ini karena responden dalam penelitian ini antara 12-23 tahun. Dengan usia tersebut kategori remaja dan anak-anak tidak dipisahkan. Sehingga hasil menjadi rendah karena responden dengan usia anak-anak masih belum dapat mengerti atau memahami makna hidup dibandingkan usia yang sudah remaja karena adanya cara berfikir.²⁵
- b. Penelitian oleh Siti Maryatun dkk, 2014. *Logoterapi meningkatkan harga diri narapidana perempuan pengguna narkoba*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya perubahan

²⁴ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: Sinar Grafika Offset, 2009), hlm. 268

²⁵ Ajeng Puspita Megasari, *Hubungan Penerimaan Diri dan Kebermaknaan Hidup pada Remaja Tuna Daksa*, (Salatiga : Tugas Akhir, 2016), hlm. 20 Diakses pada 27 Desember 2017 pukul 15: 30 WIB

bermakna sebelum dan sesudah diberikan logoterapi pada kelompok intervensi dalam komponen kognitif, perilaku, afektif dan harga dirinya. Hasil evaluasi sesi pertama dan kedua logoterapi menunjukkan 100% responden dalam kelompok intervensi mampu mengungkapkan masalah, harapan dan menemukan makna hidup dirinya dengan bimbingan atau panduan dari terapis.²⁶

- c. Penelitian oleh Abi Risa Bayu Argo, dkk. 2014. *Kebermaknaan Hidup Mantan Punks: Studi Kualitatif Fenomenologis*. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup yang didapatkan oleh mantan *punk* sangat dipengaruhi oleh kehidupan sebelum masuk *punk*, kehidupan dalam komunitas *punk*, dalam komunitas *punk* serta kehidupan pasca keluar dari komunitas *punk*. Kehidupan masa remaja subyek memberikan beberapa pengalaman-pengalaman yang sangat berharga dalam kehidupan masing-masing. Selalu ada proses internalisasi nilai-nilai yang telah diperoleh dalam kehidupan. Nilai-nilai yang diperoleh dari pengalaman kehidupan masa lalu itu dapat diterapkan dan diamankan dalam kehidupan masa depan. Subyek memiliki kesamaan pandangan hidup, yakni hidup haruslah berguna bagi orang lain, bisa berbagi, menghargai orang lain, serta menjunjung tinggi solidaritas dan kepedulian terhadap sesama.²⁷
- d. Penelitian oleh Fatha Annis Nauli. 2011. *Pengaruh Logoterapi Lansia dan Psikoedukasi Keluarga Terhadap Depresi dan Kemampuan Memaknai Hidup pada Lansia di Kelurahan Katulampa Bogor Timur*. Hasil penelitian menunjukkan logoterapi lansia dan psikoedukasi keluarga memberikan pengaruh 62.44% dalam menurunkan (harga diri rendah, ketidakberdayaan, keputusasaan dan isolasi sosial) secara bermakna dibandingkan dengan lansia yang diberikan psikoedukasi keluarga saja. Logoterapi lansia dan psikoedukasi keluarga memberikan pengaruh 93.3% terhadap peningkatan kemampuan memaknai hidup

²⁶ Sri Maryatun, et.all., *Logoterapi Meningkatkan Harga Diri Narapidana Perempuan Pengguna Narkotika*. (Palembang : Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, 2014, Vol. 17, No.2) diakses pada 14 Desember 2017 pukul 15:05 WIB.

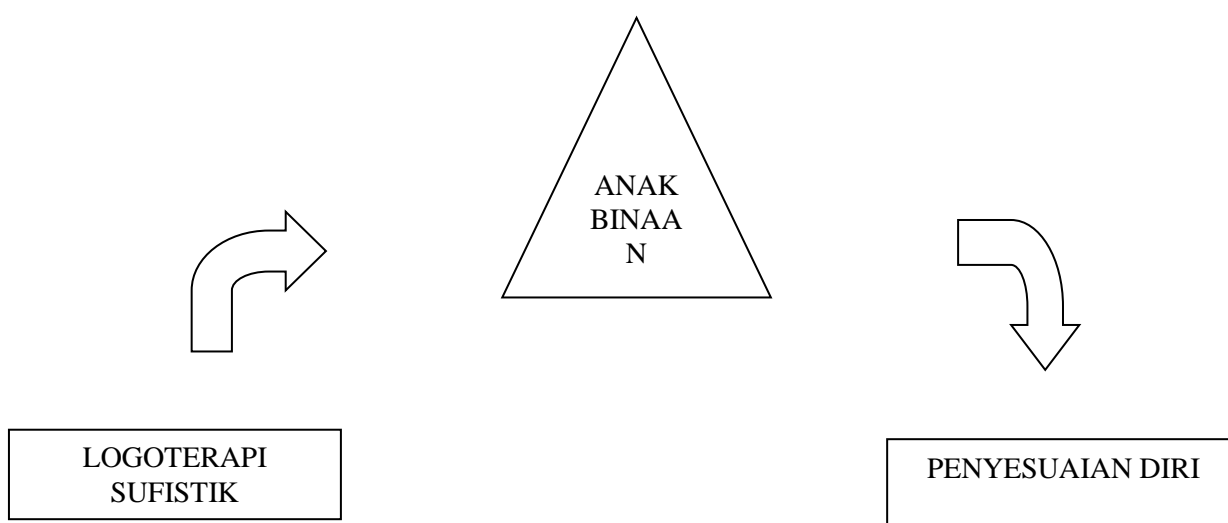
²⁷ Abi Risa Bayu Argo, et. All., *Kebermaknaan Hidup Mantan Punks: Studi Kualitatif Fenomenologis*, (Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, 2014, Vol. 13 No. 1) Diakses Pada Tanggal 25 Desember 2017 Pukul 17:07 WIB, hlm. 94

lansia secara bermakna dibandingkan dengan lansia yang diberikan psikoedukasi keluarga saja.²⁸

- e. Penelitian oleh Raden Guritno Rohmanto. *Penyesuaian Diri Pada Narapidana*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan negatif antara sikap stereotip etnis dengan penyesuaian diri pada narapidana. Semakin positif sikap terhadap stereotip etnis maka semakin rendah penyesuaian diri pada narapidana, begitupun sebaliknya.²⁹

4. Kerangka Konseptual

Berdasarkan latar belakang penelitian dan kajian teori terkait “efektifitas logoterapi sufistik terhadap tingkat penyesuaian diri anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar”, maka peneliti menentukan Logoterapi Sufistik sebagai variabel bebas dan penyesuaian diri sebagai variabel terikat. Berikut kerangka konseptual penelitian:



²⁸ Fathra Anis Nauli, *Pengaruh Logoterapi Lansia dan Psikoedukasi Keluarga terhadap Depresi dan Kemampuan Memaknai Hidup pada Lansia di Kelurahan Katulampa Bogor Timur*, (Depok: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2011), hlm. 135 Diakses Pada Tanggal 14 Desember pukul 15 : 29

²⁹ Raden Guritno Rohmanto, *Penyesuaian Diri Pada Narapidana*, (Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Semarang) , hlm. 26 Diakses Pada 21 Januari 2018 pukul 18 : 00 WIB

