

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa. Masa remaja merupakan tahap yang sangat krusial dalam kehidupan manusia karena dalam masa ini terjadinya perubahan secara fisik, mental, sosial, dan emosional (Batubara, 2010). Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan remaja ini seperti keluarga, pendidikan, lingkungan sekitar, serta lingkungan pertemanan. Keutuhan keluarga merupakan peran terpenting dalam pembentukan karakter, nilai-nilai moral, dan kemampuan remaja untuk menghadapi tantangan hidup. Keluarga lengkap diharapkan dapat memberikan hal-hal yang dibutuhkan remaja agar berkembang dengan sangat baik.

Kartono (2005) menyebutkan bahwa Keluarga sejatinya menjadi fondasi dalam pembentukan kepribadian anggota keluarga, terlebih bagi anak-anak yang masih bergantung pada orang tua untuk pembinaan dan pengawasan. Seperti pernyataan Mulyono (1995) yang telah dikutip oleh Kartono (2005) Keluarga berfungsi sebagai elemen utama dalam Proses perkembangan anak pada fase awal, yang dimulai dari masa kelahiran hingga mencapai kedewasaan, baik dalam aspek fisik maupun mental.

Agar tumbuh dan berkembang secara optimal, anak memerlukan cinta, kepedulian, dan rasa nyaman yang muncul melalui perlindungan orang tuanya. Ketika tidak mendapatkan dukungan emosional, anak dapat mengalami perasaan tidak aman serta penuh ketakutan. Anak menemukan arti, fungsi, dan tujuan hidupnya, Serta diarahkan untuk memahami dan menginternalisasi nilai-nilai kemanusiaan, keagamaan, etika, dan pengetahuan didalam keluarga (Kartono, 2005).

Itulah sebabnya keluarga memiliki tanggung jawab dan peran pokok yang tidak dapat digantikan dalam kehidupan manusia dan memberikan fondasi kokoh untuk pertumbuhan dan perkembangan pribadi. Terlebih lagi Ayah turut memberikan kontribusi penting bagi perkembangan anak, pengalaman yang dialami bersama dengan ayah, akan mempengaruhi seorang anak hingga dewasa nantinya (Hidayati et al., 2011).

Namun realitanya, banyak remaja yang Menjalani masa tumbuh kembang di tengah keluarga yang tidak lengkap akibat perpisahan orang tua, kematian, atau perpisahan orang tua. Kondisi ini sering kali mengakibatkan kurangnya dukungan emosional dan stabilitas, yang dapat mempengaruhi perkembangan psikologis dan sosial mereka. Ketiadaan salah satu orang tua atau kurangnya keharmonisan dalam keluarga dapat membuat remaja merasa terabaikan, tidak dicintai, dan kesulitan menemukan identitas diri, yang mana hal tersebut tentunya memiliki dampak buruk pada keseluruhan perkembangan anak (Astika, 2020).

Berbicara tentang ayah, ayah adalah pemegang arah, ayah adalah pemegang kompas didalam keluarga. Ayah yang akan mengarahkan kemana jalan istri dan anak-anaknya. Semua akan berjalan lancar jika ada haluan dan sasaran yang hendak diraih. Lalu bagaimana jika peran ayah ini hilang dari kehidupan anak, bayangkan bagaimana hidup anak-anaknya. Anak akan kacau dan kehilangan arah dalam hidupnya. Maka akan muncul anak perempuan yang sibuk mencari sosok ayah pada orang lain, banyak anak perempuan yang kehilangan sosok ayahnya dan menjadikan pasangan atau pacarnya sebagai sosok ayah baginya.

Seperti yang sering kita dengar bahwa ayah adalah cinta pertama anak perempuannya. Dan bagi anak laki-laki ayah adalah panutan, contoh atau *role model* dalam karakternya. Jadi anak laki-laki akan mencontoh karakter laki-laki itu adalah dari sosok ayahnya. Dan hal inilah yang saat ini hilang dalam kehidupan anak. Tidak sedikit anak yang tumbuh tanpa kehadiran figur ayah yang seharusnya menjadi mata arah kehidupan, panutan dan sumber kekuatan bagi anak-anaknya.

Kasus *Fatherless* di Indonesia menempati urutan ke-3 tertinggi di dunia, Kondisi *fatherless*, yang juga dikenal sebagai ketidakhadiran ayah (*father absence*) dan kerinduan akan sosok ayah (*father hunger*), kini telah menjadi isu global (Banamtuan et al., 2024). Sakinah dalam (Banamtuan et al., 2024) menyebutkan beberapa negara yang tercatat mengalami permasalahan *fatherless* antara lain Amerika Serikat, Swedia, Kanada, Inggris, Norwegia, Australia, Kuba, Trinidad dan Tobago, Kamerun,

berbagai negara Afrika, Belanda, Finlandia, dan juga Indonesia. *Fatherless* adalah situasi di mana seorang anak tidak mendapatkan peran aktif dari sang ayah dihidupnya, biasanya karena anak diasuh oleh ibu atau orang lain selain ayahnya.

Sebagaimana pendapat Mayer yang dikutip oleh (Freeks, 2022) yang mengatakan bahwa ketidakhadiran ayah dapat didefinisikan sebagai ketidakhadiran finansial, fisik dan ketidakhadiran emosional ayah kandung selama masa hidup anaknya karena rusaknya hubungan orang tua.

Ayah yang absen berarti ayah yang tidak sering berinteraksi dengan anaknya, sehingga tidak berperan penting dalam perkembangan anak tersebut (Makofane, 2015). Ketidakhadiran ayah bisa disebabkan oleh perceraian, kematian, atau penelantaran, dan masing-masing memberikan pengaruh berbeda pada perkembangan anak (Krohn & Bogan, 2001). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Populix pada tahun 2023 terhadap 2.295 responden, tercatat bahwa sebanyak 31,1% di antaranya berada dalam kondisi tanpa kehadiran ayah atau mengalami *fatherless*.

Ketidakhadiran sosok ayah dalam kehidupan remaja tentu membawa pengaruh besar bagi perkembangan mereka. Ayah yang tidak menjalankan peran dan tanggung jawabnya berpotensi memberikan pengaruh buruk terhadap kehidupan remaja, baik secara emosional maupun sosial. Usia saat anak perempuan kehilangan ayahnya sangat

penting karena mempengaruhi pandangannya tentang laki-laki, dunia, dan prestasi akademisnya (Krohn & Bogan, 2001).

Kondisi *fatherless* dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis pada remaja, seperti krisis identitas, rasa takut yang berlebihan, ketidakmampuan mengelola emosi, depresi, perasaan kesepian, kebingungan dalam memahami seksualitas, serta kesulitan dalam menyelesaikan masalah hal ini terjadi karena peran ayah sangat penting sebagai fondasi dalam perkembangan intelektual anak (Riani, 2023). *Fatherless* juga akan berdampak pada sikap anak yang kehilangan rasa hormat dan rasa sayang kepada ayahnya. Hal ini dikarenakan anak tidak menerima perhatian serta kasih sayang sebenarnya dari ayah. Anak merasa ayah tidak berperan dalam segala aspek kehidupan dan perkembangannya.

Dampak *Fatherless* dalam hasil riset yang dilaksanakan oleh Riani (2023) terhadap kondisi psikologis remaja berupa kesulitan mengontrol emosi sehingga remaja cenderung lebih sensitif dan mudah marah, remaja menjadi lebih mudah menangis, kurang percaya diri yang berbentuk kesulitan mengutarakan pendapat, merasa iri dan cemburu ketika melihat anak seusia mereka mendapatkan perhatian dan kasih sayang seorang ayah serta memiliki keluarga yang utuh, sulit mempercayai orang lain (*trust issues*) dan selalu berfikir negatif terhadap orang lain, stress dan depresi yang ditandai dengan perilaku remaja yang menghabiskan waktunya dengan cara tidur sepanjang hari dan menarik diri dari lingkungannya serta

melakukan percobaan bunuh diri dan menonton film porno. Dampak-dampak ini tentunya sangat berpengaruh negatif bagi remaja.

Untuk keluar dampak negatif dari *Fatherless* ini maka remaja harusnya memiliki kemampuan resiliensi yang baik. Resiliensi sangat penting dalam pengembangan sosial dan akademik. Seorang yang memiliki tingkat ketangguhan atau resiliensi baik akan mampu untuk mengambil dampak positif dari permasalahan yang terjadi dalam hidupnya. Pengalaman yang dialaminya akan membuatnya lebih kuat karena pengalaman hidupnya akan membentuk karakter dan memudahkan individu untuk dapat bertahan dalam situasi yang kurang menyenangkan.

Setiap individu memiliki kemampuan untuk menjadi resilien (Indriani, 2018). Resiliensi adalah kemampuan individu untuk kembali pulih dari situasi yang sulit dan mampu beradaptasi, bertahan serta bangkit kembali dari situasi sulit tersebut (Dewinda et al, 2024). Istilah resiliensi menurut Yasin et al (2020) adalah Kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau permasalahan yang berat, hal tersebut menunjukkan kemampuan individu yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan untuk bangkit dengan cara yang sehat dan produktif dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit.

Dengan kemampuan resiliensi yang baik remaja yang mengalami *Fatherless* dapat memiliki ketangguhan untuk dapat kembali bangkit dari dampak-dampak negatif dari *Fatherless* yang dialaminya. Jika tingkat resiliensi remaja rendah, remaja akan memerlukan proses yang lebih

panjang untuk menerima tekanan yang muncul dalam kehidupannya. Remaja yang resiliensinya rendah akan menjadi mudah murung, tidak bersemangat, cenderung pendiam bahkan sulit untuk membuka diri dengan lingkungan sekitarnya.

Wahyuni et al., (2021) mengungkapkan bahwa terdapat 23,36% remaja yang memiliki tingkat resiliensi rendah. Hasil penelitian Ramdani et al., (2017) penelitian tersebut berjudul Gambaran Resiliensi pada Remaja menunjukkan bahwa sebagian besar responden (83,0%) memiliki resiliensi sedang dan 8,5 % memiliki resiliensi rendah. Serta hasil dari penelitian Yasin et al., (2020) pada kelas XI SMK Mitrabatik yang berjumlah 350 siswa dan hasil penelitian ini secara umum ketahanan siswa kelas XI SMK Mitrabatik berada di kategori resiliensi cukup sebesar 49% dengan frekuensi 172 orang siswa dan 17% di kategori resiliensi rendah dengan frekuensi sebesar 59 orang serta 1% dalam kategori sangat rendah dengan frekuensi sebesar 3 orang. Yuliani et al (2018) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa 90 orang responden (73%) memiliki nilai resiliensi yang rendah. Sebagian kecil dari responden (26%) yaitu 32 orang yang memiliki nilai resiliensi sedang.

Dari hasil wawancara bersama salah seorang pengasuh di MTS PKP Al-Hidayah Kota Jambi terkait resiliensi, terdapat beberapa siswa yang terlihat murung di asrama, sulit beradaptasi dengan tekanan yang membuatnya mudah terpuruk. Setelah di lakukan wawancara secara mendalam mengenai hal ini, didapatkan bahwa siswa ini diasuh oleh

orangtua tunggal, yaitu diasuh oleh ibu saja dikarenakan oleh perceraian orang tuanya. Dari data yang diperoleh ini dapat disimpulkan bahwa urgensi mengenai resiliensi remaja *Fatherless* ini perlu untuk ditingkatkan.

Dalam upaya peningkatan resiliensi tersebut, maka diperlukan peran bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling merupakan upaya yang aktif dan sistematis dalam memfasilitasi individu mencapai tingkat perkembangan yang optimal, pengembangan perilaku yang efektif, pengembangan lingkungan, dan peningkatan fungsi atau manfaat individu dalam lingkungannya (Kamaluddin, 2011).

Selain itu, bimbingan dan konseling memiliki fungsi-fungsi yang mana melalui fungsi-fungsi konseling ini akan memfasilitasi konseli agar terhindar dari segala kondisi yang menyebabkan penurunan produktivitas diri (Kamaluddin, 2011). Bimbingan dan konseling juga memiliki berbagai layanan yang dapat diterapkan sebagai bentuk bantuan terhadap konseli. Pelaksanaan layanan ini dapat dilakukan secara personal maupun kelompok. Dalam hal peningkatan resiliensi remaja ini dapat digunakan layanan konseling kelompok.

Konseling kelompok, sebagaimana dikemukakan oleh Rasimin et al. (2017), mencakup 4 sampai 8 peserta dalam satu kelompok konseli atau klien yang bertemu 1 atau 2 konselor dalam suatu kelompok dan bertujuan untuk memfasilitasi berbagai aspek pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh dengan pendekatan yang mengandung unsur pencegahan sekaligus pemulihan. Rasimin et al (2017) juga menyatakan

bahwa konseli pada konseling kelompok menggunakan interaksi kelompok dalam meningkatkan pemahaman, penerimaan tujuan dan nilai tertentu, serta untuk mengidentifikasi atau menghapus perilaku dan sikap tertentu. Maka dari itu, konseling kelompok sesuai diaplikasikan untuk peningkatan resiliensi remaja yang mengalami *Fatherless*.

Dalam konseling kelompok tentunya memerlukan pendekatan-pendekatan tertentu untuk menunjang keberhasilan konseling. Salah satu metode yang dapat diimplementasikan adalah pendekatan Terapi Perilaku Kognitif (*Cognitive Behavior Therapy*/CBT). Dengan CBT klien dapat memahami mengapa ia merasakan suatu hal dan dapat mengidentifikasi pola perilaku dan mengimbangi pengaruhnya secara sengaja menggantinya dengan perilaku yang lebih baik (Williams, 2019). Dengan menggunakan pendekatan CBT, konselor dapat membantu klien yang memiliki tingkat resiliensi rendah untuk mengubah pola perilaku negatif menjadi lebih positif dan adaptif.

Pelaksanaan konseling kelompok di MTS PKP Al-hidayah masih terbilang sangat jarang dilaksanakan dikarenakan kurangnya minat siswa untuk datang keruang bimbingan konseling. Maka dari itu, pelaksanaan konseling kelompok atau kkp dengan pendekatan CBT ini belum pernah dilaksanakan oleh guru Bk atau konselor disekolah ini sebelumnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka remaja yang mengalami *Fatherless* ini sangat penting untuk ditingkatkan resiliensinya. Dalam peningkatan resiliensi remaja yang mengalami *Fatherless* ini akan sangat

relevan jika menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Oleh karena itu, peneliti memilih untuk mengangkat topik penelitian berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja yang Mengalami Fatherless.”

B. Pembatasan Masalah

Untuk memastikan penelitian ini berjalan secara efektif dan terarah, maka diperlukan batasan masalah. Berikut batasan masalah dalam penelitian ini :

1. Resiliensi remaja yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan individu untuk kembali pulih dari situasi yang sulit dan mampu beradaptasi, bertahan serta bangkit kembali dari situasi sulit tersebut.
2. Penelitian ini hanya akan melibatkan remaja yang mengalami kondisi *Fatherless*, yaitu remaja yang tumbuh tanpa kehadiran ayah dalam kehidupan mereka, karena kematian dan perceraian.
3. Pendekatan konseling yang diimplementasikan dalam penelitian ini berupa *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) melalui sesi konseling kelompok.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka dapat di rumuskan masalahnya antara lain :

1. Bagaimana tingkat resiliensi siswa yang mengalami *Fatherless* sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT pada siswa kelompok eksperimen?
2. Bagaimana tingkat resiliensi siswa yang mengalami *Fatherless* setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT pada siswa kelompok kontrol?
3. Apakah layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa yang mengalami *Fatherless*?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah sebelumnya, tujuan penelitian yang ingin dicapai ialah :

1. Untuk mengungkap tingkat resiliensi siswa yang mengalami *Fatherless* sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT
2. Untuk mengungkap tingkat resiliensi siswa yang mengalami *Fatherless* sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT
3. Untuk mengetahui seberapa efektif layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT untuk meningkatkan resiliensi siswa yang mengalami *Fatherless*

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi pengetahuan baru yang bermanfaat sebagai bahan kajian dan referensi bagi peneliti berikutnya. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan pedoman oleh pihak-pihak terkait serta memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.

2. Manfaat praktis

a. Guru BK

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber bagi guru Bk mengenai bagaimana layanan konseling konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Sehingga guru bimbingan dan konseling disekolah bisa mendapatkan informasi yang benar dan bisa menerapkannya kembali disekolah.

b. Bagi Diri Siswa

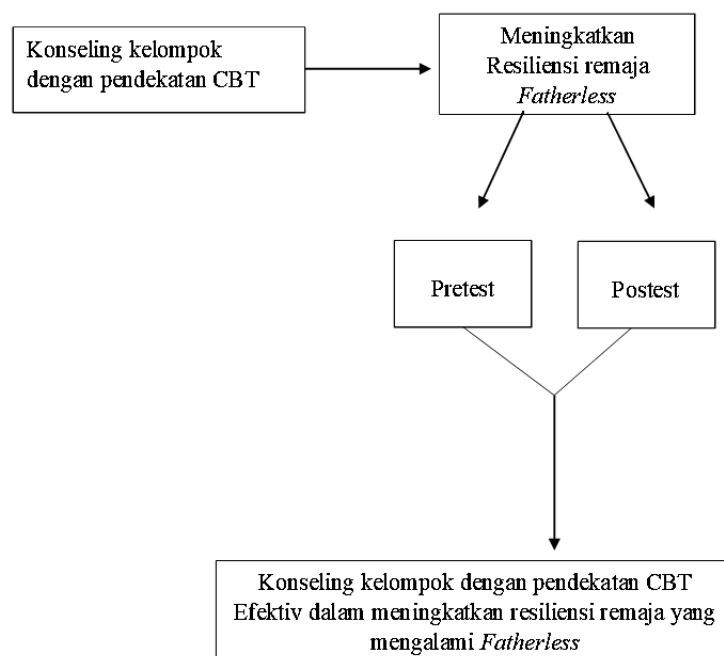
Membantu siswa yang mengalami *Fatherless* dalam peningkatan resiliensinya. Sehingga dapat mengatasi dampak-dampak negatif yang dialami dan menggantikannya dengan perilaku baru yang lebih positif melalui pelatihan dengan layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT.

F. Anggapan Dasar

Anggapan dasar merupakan sumber, prinsip dan dasar peneliti untuk menentukan hipotesis penelitian (Sutja et al, 2024). Maka dalam penelitian ini, peneliti merujuk pada:

1. Terdapat siswa yang mengalami *Fatherless* disekolah.
2. Terdapat siswa yang memiliki resiliensi rendah mengenai *Fatherless*.
3. Layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT teknik *Cognitive Restructuring* efektif dalam peningkatan resiliensi remaja yang mengalami *Fatherless*.

G. Kerangka Konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual