

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga adalah unit sosial yang bersifat abadi. Keluarga merupakan peran pendukung yang lengkap dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, penting bagi individu dalam masa perkembangannya membutuhkan dukungan internal dan eksternal yang positif. Memiliki keluarga harmonis adalah keinginan banyak orang. Keluarga dapat menjadi harmonis jika semua anggota keluarga dapat memberikan tempat bagi setiap anggota keluarga, saling memenuhi kebutuhan satu sama lain dan memperoleh kepuasan atas kebutuhannya sendiri (Nur & Dewati, 2021).

Dalam Al-Qur'an, Allah SWT memberikan pedoman tentang kewajiban orang tua untuk menjaga dan melindungi keluarganya. Ayat 6 dari Surah At-Tahrim menyatakan:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا
أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

Artinya: *“Wahai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu, penjaganya malaikat-malaikat yang kasar dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang dia perintahkan kepada mereka dan telah mengerjakan apa yang diperintahkan.”*
(QS. At-Tahrim: 6)

Menurut Samsu Yusuf (2012) keluarga bahagia akan terwujud jika anggota keluarga mampu melaksanakan perannya secara efektif yang didasarkan pada rasa saling memiliki, stabilitas dan rasa kasih sayang. Hubungan dan kasih sayang dalam keluarga tidak hanya tentang perasaan, tetapi juga melibatkan komitmen, tanggung jawab, perhatian, pemahaman dan dorongan untuk membantu tumbuh kembang anak. Namun, fungsi ini tidak semudah itu, banyak remaja yang hidup dalam keluarga yang tidak berfungsi secara efektif, yakni keluarga yang terpecah (*broken home*) (Ulwan, 2002).

Broken home ditandai oleh kondisi mental anak yang menjadi frustrasi, kasar, dan sulit diatur karena kurangnya kasih sayang dan perhatian dari keluarganya (Sujoko, 2011).

Dalam perkembangannya remaja juga membutuhkan keluarga sebagai pembimbingnya saat melalui perkembangan yang sedang dihadapi. Menurut Santrock masa remaja sering diwarnai oleh tekanan dan gejolak emosi karena perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan (dalam Natalia & Lestari, 2015) berdasarkan usia masa remaja digolongkan menjadi tiga tahap yaitu remaja awal (usia 10-13 tahun), remaja tengah (usia 14-17 tahun) dan remaja akhir (usia 18-21 tahun) (Streinbreg, 2013).

Remaja yang berasal dari keluarga *broken home* sering menghadapi berbagai tantangan emosional dan psikologis. Hal ini dapat mempengaruhi perkembangan mereka secara negatif, termasuk hak-hak yang seharusnya mereka peroleh, seperti hak untuk merasa nyaman di rumah dan mendapatkan dukungan keluarga. Sebagai cara untuk mengatasi ketidakpuasan dalam keluarga mereka, banyak dari mereka mencari kenyamanan di tempat lain. Hurlock (1980) mengatakan bahwa memiliki hubungan buruk dengan keluarga dapat menyebabkan hubungan negatif dengan orang di lingkungan rumahnya.

Menurut Willis (2009) *broken home* adalah situasi dimana keluarga tidak berfungsi dengan baik karena masalah atau perceraian. Hal ini dapat terjadi karena salah satu anggota keluarga meninggal, bercerai atau karena orangtua tidak lagi menjalin hubungan kasih sayang dan kehadiran dalam keluarga. Situasi ini dapat memengaruhi anak-anak secara emosional dan psikologis.

Broken home yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kurangnya komunikasi dengan kedua orang tua karena perceraian kedua orang tuanya. Kondisi seperti ini dapat memiliki dampak serius pada kesehatan mental dan kondisi psikologis anak. Mereka dapat merasa terbebani oleh masalah internal dan eksternal, serta mengalami emosi seperti kesedihan dan memilih untuk berdiam diri di dalam rumah, tidak bisa mengendalikan emosinya dengan baik. Bantuan psikologis atau dukungan sosial seringkali sangat penting

untuk membantu anak-anak dalam menghadapi situasi yang sulit seperti ini dan membantu mereka mengatasi perasaan mereka. Selain itu, kesadaran masyarakat sekitar tentang masalah ini juga penting agar anak-anak mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan.

Hasil wawancara dan observasi pada remaja *broken home* di Desa Haurgeulis disebabkan oleh beberapa faktor yaitu hilangnya kehangatan dalam keluarga karena orangtuanya bercerai sehingga anak merasakan kecemasan, kesedihan dan emosi yang berlebihan sehingga remaja menyalahkan salah satu orangtua atas perceraian tersebut, mereka membenci salah satu orangtuanya atas permasalahan yang mengakibatkan perceraian ini.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut anak memerlukan pengembangan ketahanan emosional atau resiliensi untuk mengubahnya ke arah positif dengan menerapkan pendekatan CBT. Penerapan terapi kognitif dalam meningkatkan kemampuan resiliensi bukanlah hal baru. Terapi kognitif dan perilaku (CBT) yang dikembangkan oleh Padesky memadukan aspek-aspek kognitif dan perilaku telah terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi seseorang. Pendekatan ini membantu individu untuk mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif serta perilaku yang tidak sehat, yang pada gilirannya dapat membantu mereka menjadi lebih tangguh dalam menghadapi stres dan tantangan kehidupan.

Stallard (2005) memaparkan bahwa pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) teknik yang mengakui keterkaitan antara dimensi kognitif, emosi dan perilaku. Dalam CBT, dipahami bahwa pikiran negatif dapat mempengaruhi perasaan negatif. Ini menjadi dasar penting dalam membantu individu mengatasi masalah mental dan perubahan perilaku. Anak yang resiliensi akan mampu menghadapi tantangan dengan menjaga ketenangan dalam menghadapi kesedihan. Resiliensi membantu individu untuk bangkit dari kesulitan dan tetap menjalani kehidupan yang produktif. Jika tidak memiliki resiliensi dalam hidupnya, maka setiap masalah muncul mereka akan terpuruk sehingga sulit untuk kembali pulih dalam menjalani kehidupan

normal dan individu akan mengalami depresi ketika masalah itu datang (Khomsah, Mugiarto & Kurniawan, 2018).

Resiliensi didefinisikan oleh Werner dan Smith adalah sebagai kemampuan untuk tekanan internal berupa kelemahan-kelemahan, maupun tekanan eksternal berupa penyakit, kehilangan atau masalah keluarga secara efektif. Dalam hal membentuk resiliensi, tidak hanya dari luar dan interpersonal saja, tetapi faktor individu dari dalam tidak kalah penting. Resiliensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk faktor yang berasal dari hubungan interpersonal dan kompensasi seseorang. Aspek-aspek yang berperan dalam pembentukan resiliensi seseorang yaitu memiliki empati, optimisme, kemampuan regulasi diri, kemampuan mencari dukungan, analisis kausal yang baik, tingkat efikasi diri yang kuat dan kemampuan mengendalikan *implus* dapat membantu individu mengatasi berbagai permasalahan dalam hidup mereka dengan lebih baik. Uraian tersebut menguatkan bahwa peneliti sangat tertarik untuk mengetahui permasalahan tersebut dan ingin mengumpulkannya dalam penelitian ilmiah dengan mengambil judul “*Implementasi Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja Broken Home Di Desa Haurgeulis*”.

B. Rumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang sudah diuraikan, berikut adalah identifikasi masalah dari peneliti yaitu:

- a. Kurangnya peran orang tua dalam perkembangan anak karena adanya perceraian sehingga remaja yang menjadi imbasnya dan dikenal dengan istilah *broken home*.
- b. Perceraian menyebabkan perilaku dan karakter kepribadian yang tidak sehat pada remaja yang ditunjukkan dalam ketidakmampuan menstabilkan emosinya.
- c. Remaja yang terkena dampak perceraian memiliki penyesuaian diri yang kurang baik dan tidak mempunyai sikap optimis dalam

mengendalikan hidupnya dan tidak memiliki harapan untuk masa depan.

2. Pembatasan Masalah

Untuk mencegah pelebaran pembahasan dalam penelitian ini, maka peneliti memfokuskan beberapa hal untuk dijadikan objek penelitian yang mengacu pada latar belakang, sehingga penelitian dilakukan dengan tertib, adapun penjabaran yaitu membahas implementasi pendekatan CBT terhadap faktor yang mempengaruhi resiliensi remaja *broken home* ditinjau berdasarkan pada remaja yang berusia 14-21 tahun yang berasal dari Desa Haurgeulis majalengka.

3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- a. Bagaimana Implementasi CBT pada remaja *broken home*?
- b. Bagaimana dampak implementasi CBT terhadap resiliensi remaja *broken home*?
- c. Apa saja dinamika faktor pembentuk resiliensi remaja *broken home*.

C. Tujuan Penelitian

Dilihat dari uraian pertanyaan penelitian yang mengacu pada latar belakang masalah, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui Implementasi pada remaja *broken home*.
2. Untuk mengetahui dampak Implementasi CBT terhadap resiliensi remaja *broken home*.
3. Untuk mengetahui faktor pembentuk resiliensi remaja *broken home*.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari pembahasan yang peneliti angkat berdasarkan perumusan masalah tersebut yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Adapun manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan memberi penerapan konseptual bagi penelitian sejenis dalam rangka

mengembangkan ilmu pengetahuan dan kemajuan dalam dunia pendidikan khususnya di bidang psikologi, psikologi kepribadian dan bimbingan konseling keluarga.

2. Manfaat Praktis

Sedangkan manfaat dari penelitian ini yaitu:

- a. Dengan adanya riset ini, maka jika terjadi masalah remaja bisa menghadapi dan mengatasi masalah tersebut dengan menerapkan sikap positif dan optimis.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan memberikan sumbangan secara konseptual mengenai penelitian sejenis dalam wacana menambah pengetahuan untuk kemajuan dalam bidang pendidikan terutama bimbingan konseling Islam.

E. Penelitian Terdahulu

1. Keefektifan Konseling Kelompok *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa *Boarding School* Ungaran tahun 2017 karya Nurman Fajar Islami.

Penelitian ini menjelaskan untuk menguji keefektifan konseling kelompok *cognitive behavior therapy* (CBT) untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada remaja dengan menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Teknik pengumpulan datanya yaitu menggunakan observasi dan wawancara.

Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan memiliki persamaan yaitu sama-sama menggunakan teori *Cognitive Behavior Therapy* dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Perbedaan pada penelitian ini yaitu tujuannya untuk meningkatkan *Self efficacy* sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk mengembangkan resiliensi remaja *broken home*.

2. Implementasi *Cognitive Behavior Therapy* Dalam pengembangan Potensi Anak Di Panti Asuhan Al-Jam'iyatul Washiliyah Tanjung Mulia Kecamatan Medan Deli 2021 karya M. Suhandi Syuhada

Penelitian ini menjelaskan untuk mengetahui dan menganalisis pelaksanaan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam pengembangan potensi anak panti asuhan dengan menggunakan metode kualitatif, data yang dikumpulkan berasal dari gambar maupun kata-kata dan bukan berupa angka. Peneliti mendapatkan datanya dengan cara wawancara dan dokumentasi.

Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan memiliki persamaan yaitu sama-sama menggunakan teori *Cognitive Behavior Therapy* dengan menggunakan teknik kualitatif.

Perbedaan pada penelitian ini yaitu tujuannya untuk mengembangkan potensi anak panti sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk mengembangkan resiliensi remaja *broken home*.

3. *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa di Bahagian Kauseling Universiti Putra Malaysia 2020 karya Nadhia Saphira.

Penelitian ini dijelaskan pelaksanaan *Cognitive Behavior Therapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa yang dilatarbelakangi oleh individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dalam bersosialisasi dan metode pengumpulan datanya berupa observasi, wawancara dan dokumentasi.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan memiliki kesamaan yaitu menggunakan teori *Cognitive Behavior Therapy* dengan menggunakan pendekatan kualitatif.

Perbedaan pada penelitian ini yaitu tujuannya untuk meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa, sedangkan tujuan pada penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk meningkatkan resiliensi remaja *broken home*.

F. KERANGKA PEMIKIRAN

Penelitian ini didasarkan pada hasil observasi pendahuluan yang menemukan ada 5 orang remaja yang memiliki indikasi *broken home*, terlihat dari perilaku dan karakter kepribadian yang kurang sehat yang ditunjukkan dalam ketidakmampuan menstabilkan emosi, mengurung diri dan tidak mempunyai sikap optimis dalam mengendalikan hidupnya sehingga tidak memiliki harapan untuk masa depannya, gejala tersebut disebabkan mereka mengalami *broken home* karena hilangnya sosok orangtua lengkap.

Kerangka pemikiran ini berdasarkan hal tersebut penulis melakukan penelitian untuk mengimplementasikan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) pada remaja *broken home* untuk meningkatkan resiliensi. Kerangka pemikiran ini dapat digambarkan dalam skema pada tabel 1.1

Tabel 1.1
Kerangka Pemikiran



