

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa terjadinya banyak perubahan. Salah satu yang menonjol selama masa remaja adalah membangun diri sebagai makhluk yang otonom. (Ningsih, 2012). Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Terdapat beberapa perubahan yang sama seperti perubahan sikap dan fisik. Salah satunya adalah perubahan emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. (Hurlock, 1980)

Bagi remaja yang sangat mendambakan kemandirian, usaha untuk mandiri secara emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya merupakan tugas perkembangan yang mudah. Namun, kemandirian emosi tidaklah sama dengan kemandirian perilaku. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada peserta didik kelas X SMA Bina Dharma yang berjumlah 87 orang, sebanyak 94% peserta didik menyatakan ingin mencoba mandiri dari orang tua namun ingin tetap merasa dekat dengan orang tua. Banyak remaja

yang ingin mandiri dan juga ingin mendapatkan rasa aman yang diperoleh dari orang tua. Keinginan yang kuat untuk mandiri berkembang pada awal masa remaja dan mencapai puncaknya menjelang periode ini berakhir. Ini menimbulkan banyak konflik dengan orang tua. (Hurlock, 1980)

Dalam penelitian Gunn mengamati bahwa konflik meningkat pada masa remaja awal, dengan intensitas tertinggi pada pertengahan masa remaja. Sementara peristiwa konflik setiap harinya meningkat dan menjadi lebih intens, namun waktu yang dihabiskan remaja dengan orangtua mereka menjadi menurun. Sehingga orangtua menganggap bahwa masa remaja merupakan “tahap paling sulit” dari perkembangan remaja-remaja mereka. Peraturan mengenai jam malam, pemilihan teman, pemilihan baju, dan aturan lainnya merupakan salah satu dari terbentuknya konflik antara remaja dan orang tua. (Meichenbaum, Fabiano, & Fincham, 2002)

Tentu saja tidak semua remaja mengalami periode “badai dan stress” yang berkejolak. Faktanya, terdapat remaja dan orangtua dapat bernegosiasi dengan baik, dan bahkan mereka mampu menikmati proses negosiasi. Dalam penelitiannya, Steinberg (dalam Meichenbaum dkk, 2002) menyatakan bahwa 75% remaja di sekolah memiliki hubungan yang “bahagia dan menyenangkan” dengan orangtua mereka, dan 25% sisanya menunjukkan mereka mengalami

konflik dengan orangtuanya.

Keinginan orang tua untuk mengontrol remaja dan keengganan orang tua untuk memberikan otonomi secara penuh mengakibatkan perilaku yang dianggap mengekang bagi remaja. (Ningsih, 2012). Berdasarkan studi pendahuluan pada kelas X SMA Bina Dharma, sebanyak 77% peserta didik menyatakan bahwa orang tua mereka seringkali mempermasalahkan aturan jam malam, pakaian, pendidikan, dan pemilihan teman.

Konflik yang sering terjadi antara orang tua dan remaja yaitu mengenai prestasi akademik. Hal ini muncul karena adanya harapan yang muncul pada orang tua kepada remajanya untuk mengutamakan sekolah dan mempertahankan prestasi. Hal tersebut didukung melalui penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Asyanti (2009). Mereka meneliti bahwa sumber konflik orangtua dan remaja yang paling pertama adalah prestasi belajar dengan prosentase 83,80%, dilanjutkan dengan masalah bermain dengan prosentase 59,28%, pemanfaatan teknologi informasi dengan prosentase 53,30%, membantu tugas rumah 52,67%, keterlambatan pulang ke rumah dengan prosentase 47,55%, model pakaian dengan prosentase 39,66%, model rambut dengan prosentase 36,89%, perilaku

berpacaran dengan prosentase 34,75%, dan pemilihan teman dengan prosentase sebesar 30,70%.

Penelitian lain mengenai konflik orang tua dan remaja juga dilakukan oleh Michelle Wierson dkk (1990). Mereka melakukan penelitian mengenai perbedaan intensitas konflik antara ayah dan ibu. Dalam penelitiannya dikatakan bahwa ibu seringkali memiliki hubungan yang kurang positif dalam hal konflik dengan remaja dibandingkan dengan ayah. Hal yang kurang positif tersebut seperti mendiskusikan sebuah konflik yang intens pada remaja. Selain itu, ibu seringkali melakukan argument kepada remaja dibandingkan ayah.

Dalam melihat permasalahan remaja, orang tua lebih sering menggunakan pandangannya sendiri dibandingkan dengan pandangan remaja. Perspektif yang dimiliki remaja bertentangan dengan perspektif orang tua, dimana pola pikir remaja lebih konkret dibandingkan dengan pola pikir orang tua. (Sillars, Smith, & Koerner, 2010). Hal ini terbukti dari hasil studi pendahuluan di SMA Bina Dharma, sebanyak 46% peserta didik mengalami adu argumen dengan orang tua ketika berkonflik. mereka seringkali merasa sedih dan kecewa ketika orang tua tidak memahami apa yang mereka rasakan dan inginkan, hal ini terlihat dengan prosentase 75% peserta didik mengatakan hal tersebut, dan sebanyak 49% peserta didik

mengatakan bahwa orang tua merespon keinginan-keinginan mereka dengan kritik dan rasa marah.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru bimbingan dan konseling di SMA Bina Dharma, orang tua seringkali memiliki pandangan bahwa anak mereka merupakan anak yang tidak penurut dengan orang tua karena tidak mengindahkan aturan yang mereka buat di rumah. Dengan adanya konflik antara remaja dan orang tua, hal itu berpengaruh kepada prestasi akademik si remaja tersebut. Selain itu, konflik juga mengakibatkan motivasi belajar remaja menjadi turun, mereka menunjukkan sikap yang maladaptif dan terkadang ada yang sangat tertutup dengan orang sekitar.

Selain itu, hubungan orang tua dan remaja berhubungan pula dengan sistem kelekatan mereka. Kelekatan merupakan ikatan antara individu dengan figur kekekatannya. Kelekatan juga merupakan kebutuhan akan rasa aman dan nyaman. Dalam kelekatan, terdapat pola kelekatan yang akan mempengaruhi perilaku individu. Pola kelekatan yang dibangun orang tua pada masa bayi, dan akan mempengaruhi perilaku interpersonal seseorang sepanjang masa. Pola kelekatan yang berkembang selama masa kanak-kanak dalam keluarga juga akan menentukan cara remaja untuk memisahkan diri dari keluarganya selama masa puber, termasuk cara dalam memasuki

hubungan dalam pertemanan, hubungan intim, dan kelompok dengan teman sebaya.

Dalam pola kelekatan terdapat pola kelekatan *organized* dan *disorganized*, dimana *organized attachment* ini memiliki tiga pola kelekatan yaitu *secure attachment*, *insecure-avoidant attachment*, dan *insecure-ambivalent attachment*. Dan pada *disorganized attachment*, terdapat pola kelekatan *disoriented/disorganized attachment*. (Prior & Glaser, 2006)

Berdasarkan teori kelekatan, anak yang memiliki pengalaman inkonsistensi dan ketidaksensitifitas dari figur kelekatan, anak akan membangun *insecure attachment* dan anak menjadi memiliki kepercayaan bahwa orang lain akan memperlakukan mereka secara tidak adil dan tidak memiliki pendirian yang tetap dalam dirinya. Perasaan ini membuat anak akan mencoba untuk membangun dan memulai sebuah konflik (menunjukkan perilaku menentang orang lain), menentang perilaku orang lain, dan juga berperilaku agresif. Memulai sebuah konflik merupakan cara agar anak mendapatkan perhatian, keterikatan, dan juga respon dari figur kelekatan yang tidak responsif kepada sinyal yang diberikan oleh anak. (Shantz & Hartup, 1995)

Menurut Santrock (2016), Remaja yang mengalami *insecure-avoidant* pada orang tua, mereka cenderung akan mengurangi kontak yang intens terhadap orang tua, dan remaja akan cenderung menjadi

agresif dan bahkan akan menimbulkan perilaku kekerasan. Dalam situasi konflik, remaja yang mengalami pola kelekatan ini cenderung akan menanggapi secara agresif. Remaja cenderung tidak suka bergabung dalam suatu kelompok, ketika mereka bergabung dengan suatu kelompok, mereka cenderung kurang memiliki komitmen emosional karena mereka tidak mengharapkan bantuan dari kelompok. (Hughes, Bomber, & Brisch, 2009)

Remaja yang mengalami pola kelekatan *insecure-ambivalent* akan memiliki keinginan antara ingin mendapatkan rasa aman dari orang tua namun mereka memiliki kebutuhan untuk melepaskan diri, dan kebutuhan ini sulit mereka satukan. Remaja yang memiliki pola kelekatan seperti ini cenderung akan memiliki anggapan bahwa orang tua akan mencoba untuk menahan mereka untuk bereksplorasi. Remaja yang memiliki pola kelekatan ini mencoba untuk bergabung dalam kelompok teman sebayanya, namun sayangnya mereka akan sering di olok-olok karena “ketergantungan” mereka. Remaja ini akan setengah hati dalam bergabung disebuah kelompok teman sebayanya, karena mereka juga memiliki keinginan untuk menghabiskan waktu bersama orang tuanya. (Hughes, Bomber, & Brisch, 2009) Studi dari McElwain dkk (2003) juga meneliti mengenai anak yang memiliki pola kelekatan tidak aman (*insecure-ambivalent*) kepada ibu. Hasilnya

adalah anak yang mengalami *insecure ambivalent* dengan ibunya, akan menimbulkan resiko terhadap usaha mereka dalam mengeksplorasi. Mereka menjadi kurang mendapat perhatian, kurang dapat melakukan eksplorasi dengan baik, dan memiliki keyakinan yang rendah.

Hal ini yang seringkali menjadi masalah karena tidak adanya peran orang tua dalam mendengarkan dan menjalin komunikasi dengan remajanya. Kurang responsif nya orang tua yang mengakibatkan remaja menarik diri dan membuat remaja menjadi tidak nyaman. Hal ini ditunjukkan dengan hasil studi pendahuluan yang menyatakan bahwa hanya 68% peserta didik merasa orang tua mereka selalu memiliki waktu luang untuk mendengarkan masalah yang mereka alami. Peserta didik di SMA Bina Dharma juga menunjukkan prosentase 70% yang menyatakan bahwa mereka lebih memilih menghindar atau diam daripada harus beragumen dengan orang tua.

Semakin remaja merasa *insecure* terhadap orang tuanya, hal ini akan semakin menimbulkan konflik diantara keduanya. Rasa aman dan nyaman remaja berasal dari cara orang tua mempertahankan ikatan yang dengan mudah dapat diakses oleh remaja dan juga mampu responsif ketika melihat remajanya sedang mengalami masalah. Dengan mempertahankan ikatan, perasaan aman dapat

bertambah diantara kedua belah pihak. Ketersediaan sosok figur kelekatan adalah *set goal* dari sistem kelekatan pada remaja dan orang tua. Hal ini dibuktikan dengan 63% peserta didik yang menganggap bahwa orang tua merupakan tempat ternyaman dan teraman bagi saya untuk menceritakan semua masalah-masalah yang mereka alami. Disisi lain, sebanyak 82% peserta didik ingin orang tua mereka selalu hadir dan responsif.

Pada kenyataannya, individu sering mengalami masalah pribadi yang hadir dalam bentuk tidak terstruktur. Dalam situasi itu, individu harus memilih solusi dari masalah mereka. (Chatjoulis & Humphreys, 2007). *Problem solving* atau yang biasa kita katakan sebagai bentuk penyelesaian masalah merupakan suatu interaksi yang bersifat kompleks, baik dari segi kognitif, afektif, dan perilaku. Tujuan dari penyelesaian masalah ini adalah agar individu mampu beradaptasi dengan tuntutan dan tantangan dari eksternal maupun internal. Kemampuan *problem solving* secara positif mampu mengatasi masalah seperti depresi, rasa ingin bunuh diri, putus asa, sampai merasa memiliki kesehatan yang buruk.

Menurut Jaffee & D'Zurilla (Hotlh,2017) bahwa remaja dengan kemampuan penyelesaian masalah yang baik mampu merespon lebih adaptif dan tepat terhadap situasi dibandingkan dengan remaja yang memiliki kemampuan penyelesaian masalah yang kurang baik. Begitu

juga diasumsikan bahwa orang tua yang memiliki kemampuan menyelesaikan masalah lebih baik akan lebih mampu menangani remaja mereka dan mampu membantu remaja-remaja mereka berhasil menyelesaikan masalah secara nyata.

Pada data studi pendahuluan yang telah dilakukan, 51% peserta didik yang mengetahui cara dalam penyelesaian masalah, khususnya ketika mereka berkonflik dengan orang tua. Pada kenyataan dalam data, sekitar 54% peserta didik yang sering melakukan diskusi mengenai persepsi-persepsi diantara orang tua dan remaja yang menjadi masalah masing-masing untuk mengetahui keinginan dari masing-masing pihak, dan 46% peserta didik yang mengevaluasi kembali perilaku yang berkaitan guna memperbaiki perilaku yang salah dari masing-masing pihak.

Dalam pelaksanaannya, *problem solving* telah terbukti berguna untuk mendukung keputusan pribadi, hal ini juga digunakan dalam konseling, psikoterapi individu maupun kelompok, dan terapi keluarga. Dalam dekade terakhir, *problem solving* telah dikembangkan dalam berbagai pendekatan teoritis, termasuk teori perilaku, sistem dan teori belajar. *Problem solving* berfokus pada struktur yang jelas dalam proses konseling, menentukan peran dan fungsi klien dan terapis,

mengajarkan cara mencari solusi alternatif dan mengatasi masa depan secara efektif. (Chatjoulis & Humphreys, 2007).

Problem solving juga digunakan sebagai terapi yang efektif karena dapat membantu orang menangani kesulitan dan masalah yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Sejumlah bukti ilmiah menunjukkan bahwa peristiwa negatif yang menimbulkan stress merupakan penyumbang signifikan terhadap gangguan kesehatan mental seseorang. Dalam penelitian Robin (1979) mengatakan bahwa melatih *problem solving* menghasilkan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan komunikasi *problem solving* secara verbal. Pelatihan *problem solving* menghasilkan penurunan yang signifikan dalam perselisihan komunikasi negatif yang terjadi di rumah.

Bimbingan dan konseling memiliki layanan yang bertujuan untuk membantu individu dalam menyelesaikan masalahnya, layanan tersebut adalah konseling kelompok. Dalam kegiatannya, layanan konseling kelompok berguna untuk membantu peserta didik. pertama, konseling kelompok merupakan bentuk intervensi yang lebih efisien dibandingkan dengan individual, karena konselor dapat bertemu dengan lebih banyak peserta didik sekaligus. Kedua, bila dipandang dari perspektif perkembangan dan pedagogik, seringkali cara yang terbaik bagi peserta didik dalam belajar adalah dengan belajar dari

satu sama lain. Berkaitan dengan hal tersebut, kekuatan kelompok sebaya dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan yang positif di bawah kepemimpinan yang terampil dari seorang konselor. (Rusmana, 2009) Dalam kegiatan layanannya, konseling kelompok terdapat enam tahapan menurut Corey, yaitu tahap pembentukan, tahap orientasi dan eksplorasi, tahap transisi, tahap kegiatan, tahap konsolidasi dan terminasi, dan tahap evaluasi dan tindak lanjut.

Dalam penelitian ini, peneliti berfokus pada penerapan *problem solving* untuk peserta didik ketika menghadapi konflik dengan orang tua. Menurut Walker & Shea (Komalasari dkk, 2011) manusia dipandang sebagai individu yang mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, mengatur serta dapat mengontrol perilakunya, dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi perilaku orang lain.

Sehubungan dengan hal tersebut, konseling kelompok dapat dijadikan sebagai sarana untuk membantu peserta didik menghadapi krisis situasional dan konflik, berjuang dengan masalah-masalah kehidupan pribadi atau antar pribadi, mengalami kesulitan dengan transisi kehidupan, atau mencoba mengubah tingkah laku yang merusak diri sendiri (Corey, 2012). Terapi pemecahan masalah dengan layanan konseling kelompok dirancang untuk membantu

individu mengatasinya lebih efektif dengan masalah kehidupan yang penuh dengan tekanan dan dapat mengurangi kesulitan secara psikologis dan emosional, serta dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang. Diharapkan, peserta didik dapat mempelajari cara pemecahan masalah dan menerapkannya ketika mengalami konflik dengan orang tua sehingga level intensitas konflik dapat berkurang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian sebagai berikut:

1. Apa saja langkah-langkah dalam konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk mengatasi konflik antara remaja yang memiliki *insecure attachment* dengan orang tua?
2. Bagaimana penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* dalam upaya mengatasi konflik antara remaja yang memiliki *insecure attachment* dengan orang tua?
3. Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* berpengaruh dalam mengatasi konflik antara remaja yang memiliki *insecure attachment* dengan orang tua?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka peneliti membatasi masalah mengenai pengaruh layanan konseling kelompok dengan

teknik *problem solving* untuk mengatasi konflik antara remaja yang memiliki *insecure attachment* dengan orang tua di SMA Bina Dharma Jakarta Timur

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diidentifikasi dan dibatasi oleh peneliti, maka perumusan masalah yang akan dibahas mendalam oleh peneliti adalah untuk melihat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk mengatasi konflik antara remaja yang memiliki *insecure attachment* dengan orang tua

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis, manfaat tersebut antara lain:

1. Kegunaan Teoritis

Secara teoritis, diharapkan penelitian ini mampu memberikan sumbangan informasi, acuan, dan referensi yang berkaitan dengan pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk mengatasi konflik antara remaja yang memiliki *insecure attachment* dengan orang tua

2. Kegunaan Praktis

- a. Manfaat bagi peserta didik diharapkan mampu membantuk peserta didik dalam mengatasi konflik dengan orang tua dan peserta didik mampu menyelesaikan masalah dengan baik dengan orang tua.
- b. Manfaat bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian terkait isu ini dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi tambahan.