



**KONDISI PSIKOLOGIS SISWA YANG ORANG TUANYA BERCERAI
DAN RUMUSAN PROGRAM KONSELINGNYA DI SMPN 2 SUNGAI TARAB**

SKIRPSI

*Ditulis Sebagai Syarat Penyelesaian Study (S1)
Jurusan Bimbingan dan Konseling*

OLEH:

ELSA SALFITRI
NIM. 18 301 08 024

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAHMUD YUNUS
BATUSANGKAR
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Elsa Salfitri
Nim : 1730108024
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dengan ini menyatakan bahwa SKRIPSI yang berjudul “**KONDISI PSIKOLOGIS SISWA yang ORANG TUANYA BERCERAI dan RUMUSAN PROGRAM KONSELINGNYA DI SMP N 2 SUNGAI TARAB**” adalah hasil karya saya sendiri, bukan plagiat. Apabila di kemudian hari terbukti skripsi sebaga plagiat, maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Sungai Tarab, 2 Agustus 2022



Elsa Salfitri
NIM 1730108024

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing skripsi atas nama: **ELSA SALFITRI, NIM: 1830108024**
dengan judul: **"KONDISI PSIKOLOGIS SISWA yang ORANG TUANYA
BERCERAI dan RUMUSAN PROGRAM KONSELINGNYA DI SMP N 2
SUNGAI TARAB"**, memandang bahwa skripsi yang bersangkutan telah
memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan kesidang
munaqasah

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan
sebagaimana mestinya

Batusangkar, 26 Juli 2021

Pembimbing Skripsi

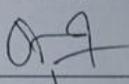


Dr. Dasril, S.Ag., M.Pd.
NIP. 19750201 200501 1 007

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi atas nama **ELSA SALFITRI**, NIM: **1830108024**, dengan judul **KONDISI PSIKOLOGIS SISWA YANG ORANG TUANYA BERCERAI DAN RUMUSAN PROGRAM KONSELINGNYA DI SMPN 2 SUNGAI TARAB**, telah diuji dalam sidang *Munaqasyah* Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar yang dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 3 Agustus 2022 dan dinyatakan telah dapat diterima sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Strata Satu (S.1) dalam Jurusan Bimbingan dan Konseling.

Demikian persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

No	Nama/ NIP Penguji	Jabatan dalam Tim	Tanda Tangan	Tanggal Persetujuan
1	Dra. Hadiarni, M.Pd., Kons NIP. 19680319 199603 2 001	Ketua Penguji		19/8-22
2	Dr. Dasril, S.Ag., M.Pd. NIP. 19750201 200501 1 007	Sekretaris Penguji		19/8-2022
3	Emeliya Hardi, M.Pd NIP. 19890622 201503 2 005	Anggota Penguji		10/8-22

Batusangkar, 19 Agustus 2022

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan




Dr. Adripen, M.Pd

NIP. 19650504 199303 1 003

ABSTRAK

ELSA SALFITRI, NIM: 1830108024 (2022) judul skripsi “**KONDISI PSIKOLOGIS SISWA YANG ORANG TUANYA BERCERAI DAN RUMUSAN PROGRAM KONSELINGNYA DI SMPN 2 SUNGAI TARAB**” Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Universitas Mahmud Yunus Batusangkar.

Pokok permasalahan dalam skripsi ini yaitu perceraian dalam suatu ikatan keluarga banyak terjadi. Tak sedikit dari perceraian tersebut berdampak negative terhadap anak. Perihal ini membuat anak menjadi korban perceraian dari orang tua. Minsalnya anak sering melamun, marah-marah, tidak percaya diri, sering merasa kesepian, kecemburuan. Tentu psikologi anak dari keluarga yang bercerai akan mengalami hambatan dalam proses perkembangan diri. Tujuan pembahasan ini untuk mengetahui bagaimana bagaimana kondisi psikologis siswa yang orang tuanya bercerai dan rumusan program konselingnya di SMP N 2 Sungai Tarab

Jenis penelitian yang penulis gunakan adalah jenis penelitian lapangan (*Field Research*), untuk mendapatkan data-data dari permasalahan yang diteliti. Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan adalah melalui wawancara dan dokumentasi. Pengelolaan data dilakukan secara deskriptif kualitatif, kemudian diuraikan serta melakukan klasifikasi terhadap aspek masalah tertentu dan memaparkan melalui kalimat yang efektif.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa psikologi anak dari keluarga bercerai mengalami dampak negatif yang cukup signifikan seperti, rendah diri terhadap lingkungannya, temperamen (mudah marah), depresi, serta rasa kecewa yang berkepanjangan terhadap orang tuanya. Rumusan program konseling yang dapat di berikan kepada anak korban perceraian orang tua yaitu konseling islam dengan menggunakan metode konseling keteladanan, pembiasaan, nasehat dan perhatian dengan fokus terapi shalat, membaca al-qur'an, zikir dan berdoa.

Kata kunci : Kondisi Psikologi, Perceraian, Rumusan Program Konseling

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	
SURAT PERSETUJUAN PEMBIMBING	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	ii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Fokus Penelitian	5
C. Sub focus	5
D. Tujuan Penelitian.....	5
E. Manfaat dan Luaran Penelitian.....	5
F. Definisi Istilah	6
BAB II KAJIAN TEORI	8
A. Landasan Teori	8
1. Perceraian.....	8
2. Kondisi Psikologis Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai.	16
a. Kecemasan.....	19
b. Emosi	28
c. Depresi	38
3. Program Pelayanan Bimbingan dan Konseling	43
B. Penelitian yang Relevan	54
BAB III METODE PENELITIAN	56
A. Jenis Penelitian	56
B. Latar dan Waktu Penelitian	57
C. Subjek Penelitian.....	57
D. Instrumen Penelitian.....	57

E. Sumber Data.....	57
F. Teknik Pengumpulan Data.....	58
G. Teknik Analisis dan Interpretasi Data.....	60
H. Teknik Penjaminan Keabsahan Data.....	60
BAB IV TEMUAN/HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	63
A. Temuan Penelitian.....	63
B. Hasil Penelitian.....	63
C. Pembahasan.....	68
BAB V PENUTUP.....	80
A. Kesimpulan.....	80
B. Implikasi.....	80
C. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Keluarga merupakan suatu lingkungan pertama bagi seorang anak dan tempat untuk membimbing serta untuk memenuhi kebutuhan baik kebutuhan secara fisik maupun kebutuhan psikis maka keluarga harus mampu memberikan suasana keluarga yang harmonis sehingga anak akan tumbuh dan berkembang dengan baik. Keluarga terbentuk karena adanya perkawinan yang sah yang di dalamnya saling mempengaruhi, saling melengkapi, saling merasakan pertautan batin dan saling mengukuhkan serta bertempat tinggal yang sama. Keluarga yang baik dan harmonis akan mengembangkan semua bagian dalam diri anaknya secara baik, dari segi akhlak, moral, dan pengetahuan. Hal ini diajarkan oleh orang tua dari masa anak – anak terutama menuju masa remaja

Masa remaja merupakan masa yang akan di lalui dan dirasakan oleh semua anak yang mana masa remaja merupakan masa anak-anak ke remaja Menurut Psikolog G. Stanley Hall dalam (Jannah, 2017)

“Adolescence is a time of “storm and stress “. Artinya, remaja adalah masa yang penuh dengan “badai dan tekanan jiwa”, yaitu masa di mana terjadi perubahan besar secara fisik, intelektual sangat menentukan psikologi anak. Jika orang tua menggambarkan kemarahan satu sama lain dan hanya sedikit hubungan antara orang tua dengan anaknya maka anak merasa tidak di hargai dan di harapkan di dalam keluarga

Berdasarkan pengertian di atas dapat dipahami bahwa masa remaja adalah masa yang penuh dengan badai dan tekanan jiwa yang artinya di mana remaja ini masa yang penuh dengan perubahan besar seperti perubahan fisik, intelektual yang sangat menentukan psikologi anak. Namun tidak semua remaja mampu mencari jati dirinya sendiri salah satunya diakibatkan kurangnya perhatian orang tua terhadap perkembangan anaknya. Kurangnya perhatian yang di dapatkan oleh anak

dari orang tua di sebabkan oleh tidak harmonisnya hubungan di dalam keluarga. Yang di tandai oleh konflik-konflik atau berbagai masalah yang tidak dapat diselesaikan yang berujung kepada perpisahan atau perceraian.

Menurut (Dariyo, A., & Esa, 2004) perceraian dapat diartikan yaitu

Sebuah fakta yang sering terjadi di tengah masyarakat kita. Perceraian seringkali tidak dapat dihindari oleh pasangan, walaupun keduanya telah berupaya secara baik-baik mengatasinya, namun tetap gagal dan menemui jalan buntu untuk menyelesaikan permasalahan. Keduanya tentu sudah memikirkan segala resiko yang harus diterima dan ditanggung bila keduanya bercerai. Mereka menjadi janda atau duda, anakanak tidak memiliki orangtua yang utuh, hidup merasa tidak bahagia dan banyak lagi hal negative yang tidak dapat terasi.

Berdasarkan paparan di atas dapat di simpukan bahwa perceraian yang terjadi di akibatkan oleh berbagai masalah atau konflik-konflik yang tidak dapat di selesaikan yang berujung kepada perceraian atau perpisahan. Tetapi mereka tidak memikirkan dampak yang terjadi jika mereka bercerai.

Perceraian seringkali menyakitkan bagi pihak-pihak yang terlibat, termasuk di dalamnya yang menjadi korban adalah anak. Perceraian juga dapat menimbulkan stress dan trauma yang sangat besar bagi anak apalagi jika anak dewasa nantinya yang akan menjadi trauma yang sangat mendalam baginya. Pada dasarnya anak yang mengalami korban perceraian tidak akan siap menerima kenyataan tersebut.

Menurut (Dahwadin et al., 2020) berdasarkan UUD menjelaskan bahwa

Undang-undang atau peraturan yang di gunakan dalam proses perceraian di pengadilan yaitu UU No. 1 Tahun 1974. Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 mengaturnya dalam Bab VIII Pasal 38 sampai Pasal 41 Tahun 1975 Pasal 14 sampai dengan Pasal 36, dan hal-hal teknis lain dalam Peraturan Menteri Agama Nomor 3 Tahun 1975. Ketentuan Pasal 38 UU No 1 Tahun 1974 menyebutkan suatu perkawinan dapat putus karena tiga hal, seperti kematian salah satu pihak, perceraian, dan atas putusan hakim

Berdasarkan papan di atas dapat di jelaskan bahwa perceraian sudah di atur di dala UUD yang menyebutkan bahwa perceraian yang terjadi dapat di sebabkan

oleh beberapa syarat yaitu perkawinan dapat putus karena tiga hal, seperti kematian salah satu pihak, perceraian, dan atas putusan hakim

Remaja yang di tinggalkan orangtuanya yang bercerai mereka akan mengalami kebingungan harus ikut siapa. Mereka tidak dapat melakukan proses identifikasi kepada orang tuanya akibatnya tidak ada contoh positif yang dapat di tiru dan secara tidak langsung mereka mempunyai pandangan yang negative (buruk) terhadap perkawinan. Perceraian juga akan mendatangkan perasaan traumatis bagi remaja.

(Ismiati, 2018) menjelaskan bahwa

Perceraian orang tua akan menimbulkan dampak yang negative terhadap anak yaitu merasa tidak aman, merasa kesepian, merasa tidak diinginkan atau di tolak oleh orang tuanya, merasa kehilangan dan merasa bersalah karena menyebabkan orang tuanya bercerai. Kondisi jiwa seperti ini mampu membentuk bentuk perilaku yang tidak wajar, seperti suka marah, agresif, mengamuk atau menjadi pendiam, dan tidak mau bergaul dengan orang yang ada di lingkungan sekitar, berprestasi di sekolah cenderung menurun.

Dari penjelasan dapat di jelaskan bahwa Perceraian dapat mengakibatkan tekanan psikologis yang sangat menyakitkan bagi anak karena mereka merasakan kepedihan yang luar biasa dan sangat mendalam. Perceraian merupakan suatu penderitaan, berbagai kepedihan dirasakan anak seperti terluka, bingung, marah, dan merasa tidak aman.

“ Kondisi psikologis anak yang orang tuanya bercerai yaitu anak merasa sedih karena kehilangan anggota keluarga, anak merasa ditolak dan dibuang dalam keadaan tidak berdaya, marah, sakit hati dan kesepian, merasa bersalah dan menyalahkan diri sendiri, cemas, depresi dan menutup diri, malu dan stress” (Masi, 2021).

Perceraian dapat mengakibatkan anak mengalami gangguan psikologis, Dampak terhadap anak bila orang tua yang bercerai yang sudah memiliki anak yaitu berdampak kepada psikologinya, misalnya akan terganggu kepada

perkembangan jiwa anak contohnya dalam bergaul dengan teman sebayanya anak merasa malu, minder dan sebagainya. Perceraian juga membawa dampak yang cukup mendalam, bisa menimbulkan stress, tekanan dan menimbulkan perubahan fisik mental.

Selanjutnya, menurut (Zuhrotunisa, 2019) dampak negatif yang dirasakan oleh anak-anak akibat perceraian orang tua yaitu :

- 1) Kesedihan karena kehilangan anggota keluarga
- 2) Ketakutan akan ditolak
- 3) Marah
- 4) Sakit hati dan sangat kesepian
- 5) Kecemasan dan penghianatan

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwasannya dampak negatif yang dirasakan oleh anak akibat perceraian orang tuannya yaitu kesedihan, ketakutan, marah, sakit hati dan kecemasan. Akibatnya, perkembangan psikologis anak tersebut menjadi terganggu. Karena secara psikologis, perceraian orang tua tersebut mengakibatkan perubahan sikap, tanggung jawab dan stabilitas emosional pada anak. Anak yang menjadi korban perceraian orang tua biasanya belum bisa menerima keadaan tersebut secara utuh anak. Anak yang mengalami korban perceraian orang tua biasanya memiliki kecemasan yang sangat mendalam.

Fenomena yang terjadi kondisi psikologis anak yang orang tuanya bercerai di SMP N 2 Sungai Tarab yaitu berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMP N 2 Sungai Tarab diperoleh data bahwa ada beberapa siswa yang berasal dari keluarga yang tidak utuh atau korban perceraian. Dari 138 siswa di SMP N 2 Sungai Tarab, terdapat 2 orang siswa yang berasal dari korban perceraian. Untuk itu anak memang membutuhkan bantuan secara psikis butuh pelayanan terhadap perkembangan individu dan perhatian penuh dari orang-orang yang lebih mengerti akan keadaan tersebut. Wawancara ini dilakukan untuk melengkapi data penulis.

Anak yang mengalami korban perceraian ketika masa dewasa awal memiliki masalah serius secara sosial, emosional atau psikologis. Dibandingkan dari anak yang orang tuanya tetap bersama.

Kasus ini menarik dan perlu untuk diteliti karena anak merupakan penerus generasi selanjutnya dan masalah-masalah yang ada pada anak akan mengakibatkan permasalahan terhadap perkembangan kejiwaan anak.

Berdasarkan fenomena di atas penulis sangat tertarik untuk meneliti lebih lanjut bagaimana psikologi siswa yang orang tuanya bercerai. Maka penulis tertarik untuk meneliti “**Kondisi Psikologis Siswa yang Orang Tuanya Bercerai dan Rumusan Program Konselingnya Di SMP N 2 Sungai Tarab**”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijabarkan di atas maka focus penelitian ini adalah “Bagaimana dampak psikologis anak yang orang tuanya bercerai dan rumusan program konselingnya”.

C. Sub focus

1. Bagaimana kondisi psikologis anak korban perceraian?
2. Bagaimana rumusan program konselingnya?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang hendak dicapai dari penelitian yaitu sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui kondisi psikologis anak korban perceraian.
2. Untuk mengetahui rumusan program konselingnya.

E. Manfaat dan Luaran Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap muncul beberapa manfaat yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Penelitian
 - a. Sebagai pembinaan dan pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.
 - b. Sebagai informasi ilmiah tentang dampak perceraian orang tua terhadap psikologis siswa di SMPN 2 Sungai Tarab

2. Luaran Penelitian.

- a. Sebagai salah satu persyaratan akademis untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar sarjana Strata (S1) di Universitas Mahmud Yunus Batusangkar

F. Definisi Istilah

1. Kondisi Psikologis

Kondisi adalah persyaratan atau keadaan (Poermdarminta, 1976). Psikologis yaitu sifat atau kejiwaan. Jadi kondisi psikologis yaitu keadaan yang bisa mempengaruhi sifat atau jiwa seseorang yang nantiya ada respon yang mendorong seseorang bertindak laku.

Menurut (Zuhrotunisa, 2019) dampak psikologis anak yang orang tuanya bercerai yaitu:

- 1) Kesedihan karena kehilangan anggota keluarga
- 2) Ketakutan akan ditolak
- 3) Marah
- 4) Sakit hati dan sangat kesepian
- 5) Kecemasan dan penghianatan

2. Perceraian

Perceraian yang dimaksud dalam peneliian ini adalah perbuatan atau langkah akhir yang dilakukan oleh pasangan suami isteri apabila hubungan rumah tangga tidak dapat di pertahankan atau di pertahankan lagi dan apabila di lanjutkan akan menimbulkan masalah baik bagi suami, isteri, anak maupun lingkungan sekitarnya (Dahwadin et al., 2020).

3. Program Pelayanan Bimbingan dan Konseling

Program bimbingan dan konseling yaitu landasan kerja utama untuk guru bimbingan dan konseling dalam pemberian layanan kepada siswa, karena program kerja merupakan rencana kegiatan yang sudah guru bimbingan dan konseling buat untuk satu tahun ajaran sekolah tanpa adanya program kerja maka layanan yang ingin dijalankan guru bimbingan dan konseling tidak akan

berjalan dengan lancar karena terlaksananya kegiatan bimbingan dan konseling dengan lancar tidak bisa lepas dari perencanaan yang baik (Daryono, 2014).

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Perceraian

a. Pengertian Perceraian

Setiap pasangan dalam sebuah ikatan perkawinan pasti menginginkan keutuhan dalam rumah tangganya, namun kenyataannya angka perceraian yang kian meningkat. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) menjelaskan hakikatnya kata cerai adalah pisah, putus hubungan antara suami dan istri. Kemudian kata “perceraian” mengandung arti perpisahan, perpecahan. Adapun kata bercerai yaitu tidak bercampur (berhubungan atau bersatu) lagi antara suami dan istri. (Ramadhan Syahmedi Siregar, n.d.).

Setiap pasangan dalam sebuah ikatan perkawinan pasti memimpikan dan menginginkan keutuhan, kebahagiaan di dalam rumah tangganya, namun kenyataannya pada saat sekarang ini angka perceraian semakin meningkat.

Pengertian perceraian menurut (Ismiati, 2018) yaitu

Perceraian adalah cerai hidup antara pasangan suami istri sebagai akibat dari kegagalan pasangan suami istri menjalankan perannya masing-masing. Dalam hal ini perceraian yaitu ketidak stabilan perkawinan, yang mana pasangan suami istri kemudia hidup terpisah dan secara resmi diakui oleh hukum yang berlaku.

Dari pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa perceraian merupakan cerai hidup yang diakibatkan kegagalan pasangan suami istri dalam menjalani kehidupan berumah tangga yang di akibatkan oleh berbagai permasalahan dan konflik yang tidak dapat di selesaikan yang akhirnya mengambil keputusan untuk bercerai.

“Pada UU No. 1 Tahun 1974, tidak disebutkan apa yang dimaksud dengan perceraian, hanya pengertian perceraian itu dijumpai dalam pasal 117 Kompilasi Hukum Islam (Instruksi Presiden Nomor 1 tahun 1990) yaitu: Talak adalah ikrar suami di hadapan sidang pengadilan agama yang mengadili salah satu sebab putusnya perkawinan dengan cara sebagaimana yang dimaksud dalam pasal 129, 130, 131 Abdullah dalam” (Oktary, 2014).

Perceraian dalam suatu perkawinan, sebenarnya jalan terakhir setelah diupayakan perdamaian. Perceraian memang dibolehkan dalam islam akan tetapi perbuatan itu sangat dibenci dan dimurkai oleh Allah. Namun pada dasarnya ditengah-tengah masyarakat banyak yang melakukan perceraian baik itu dari faktor ekonomi maupun dari faktor lainnya, seperti faktor psikologis, faktor biologis, pandangan hidup, perbedaan kecenderungan, dan lain sebagainya.

Menurut Simanjuntak dalam (Oktary, 2014), perceraian adalah “pengakhiran suatu perkawinan karena sesuatu sebab dengan keputusan hakim atas tuntutan dari salah satu pihak atau kedua belah pihak dalam perkawinan”. Adapun Perceraian dalam istilah ahli fiqih disebut “talak” atau “furqah” ialah membuka ikatan membatalkan perjanjian, sedangkan furqah artinya bercerai. Kedua kata itu dipakai oleh para ahli fiqih sebagai satu istilah yang berarti bercerai antara suami isteri. Menurut istilah Hukum Islam, talak dapat berarti :

- 1) Menghilangkan ikatan perkawinan atau mengurangi keterikatannya dengan menggunakan ucapan tertentu.
- 2) Melepaskan ikatan perkawinan dan mengakhiri hubungan suami istri.
- 3) Melepaskan ikatan perkawinan dengan ucapan talak atau yang sepadan dengan itu. Zuhri Hamid dalam (Nunung Rodliyah, 2014).

Perceraian atau putusnya perkawinan lebih di kenal dengan istilah *talaq* yaitu melepaskan ikatan (*hall al-Qoid*), pelepasan ikatan dengan menggunakan kata-kata yang sudah ditentukan. Dalam islam pada dasarnya *Thalaq* itu suatu perbuatan yang boleh (halal) meskipun juga sesuatu yang sangat dibenci (*makruh*).

Perceraian dapat diartikan sebagai berakhirnya suatu hubungan suami dan istri yang diputuskan oleh hukum atau agama (talak) karena sudah tidak ada saling ketertarikan, saling percaya dan juga sudah tidak ada kecocokan satu sama lain sehingga menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga.

Priyana (2011) di dalam (M. Yusuf, 2014) mengatakan bahwa

Psikologi menunjukkan suatu perubahan kepribadian seseorang yang berkaitan dengan mental baik normal maupun abnormal dan mencakup beberapa aspek seperti: sikap, karakter, temperamen, rasionalitas, stabilitas emosional dan sosiabilitas. Secara psikologis anak yang kedua orang tuanya bercerai mengalami resiko terhadap tumbuh kembang jiwanya.

Dari penjelasan di atas dapat di simpulkan bawa psikologi berkaitan dengan mental baik berupanormal ataupun abnormal yang mampu mempengaruhi psikologi anak yang apabila orang tuanya bercerai yang nantinya mempengaruhi perkembangan mentalnya.

b. Penyebab Perceraian

Konflik dalam keluarga dapat terjadi bila salah paham antara suami-istri, tidak adanya rasa saling memahami, menghargai satu sama lain sehingga terjadi perdebatan antara keduanya.

Pada saat terjadi konflik antara suami istri, ada upaya untuk membicarakan permasalahan yang ada diantara mereka, namun karena tidak stabilnya emosi kedua belah pihak maka pembicaraan yang awalnya bertujuan untuk menetralsir konflik tetapi malah mengakibatkan masalah semakin rumit dengan memenangkan ego masing-masing. Lama-kelamaan

masalah tersebut menumpuk, menimbulkan sakit hati dengan adanya pihak yang menyakiti dan tersakiti, lalu memilih untuk menjalani hidup dengan jalan masing-masing dengan arti kata *perceraian* menjawab semuanya.

Klasifikasi masalah keluarga yang menyebabkan perceraian (Pujoswarno, 1994) menyatakan bahwa :

- 1) Problem Seks
- 2) Problem kesehatan
- 3) Problem Ekonomi
- 4) Problem Pendidikan
- 5) Problem Pekerjaan
- 6) Problem Hubungan Inter dan Antar Keluarga
- 7) Problem Agama

Dari penjelasan di atas dapat dijelaskan bahwa ada beberapa permasalahan yang menjadi penyebab dari perceraian seperti masalah seks, kesehatan, ekonomi, pendidikan, pekerjaan, hubungan inter dan antar keluarga dan agama.

Perceraian juga merupakan dampak yang besar bagi anak, terutama yang masih sekolah, karena anak pada masa remaja ini membutuhkan kasih sayang dan perhatian penuh dari kedua orang tuanya. Hal ini sangat berpengaruh terhadap psikologis mereka karena ketidaknyamanan di lingkungan sekitarnya yang nantinya berdampak negative terhadap perkembangan psikologis mereka.

Perceraian dipengaruhi oleh beberapa factor yang terjadi dalam rumah tangga. Konflik-konflik yang terjadi dalam rumah tangga akan di selesaikan melalui pengadilan yang nantinya akan menghasilkan keputusan hukum yang sah.

Pada dasarnya ada beberapa factor yang menyebabkan terjadinya perceraian (Matondang, 2014) menyatakan bahwa :

- 1) Masalah ekonomi, yang mana masalah ini sangat kompleks dan sering terjadi pada saat sekarang ini, karena kebutuhan

terus meningkat dan penghasilan sedikit serta kebutuhan semakin bertambah.

- 2) Belum memiliki keturunan. Memiliki keturunan merupakan dambaan bagi suami istri, karena jika belum memiliki keturunan maka kebahagiaan kurang lengkap di dalam rumah tangga. Pertengkaran sering disebabkan karena pasangan belum memiliki keturunan, mereka sering menuduh salah satu dari mereka mandul. Jika pertengkaran ini sering terjadi, yang paling sering kena dampaknya adalah sang istri, yang selalu dituduh tidak mampu memberi keturunan.
- 3) Umur yang masih terlalu muda, karena usia muda hanya memikirkan yang indah-indah saja serta sifatnya terlalu emosional dalam menghadapi sesuatu hal sehingga kurang memahami arti sebuah perkawinan. Dan jika terjadi permasalahan maka tidak dapat di selesaikan secara kedewasaan.
- 4) Kurangnya pendidikan agama

Alasan-alasan yang dapat dijadikan dasar untuk perceraian (Zulkifli, 2018) menyatakan bahwa :

- 1) Salah satu pihak berbuat zina atau menjadi pemabok, pematik, penjudi dan lain sebagainya yang sukar disembuhkan
- 2) Salah satu pihak meninggalkan yang lain selama 2 (dua) tahun berturut-turut tanpa izin pihak yang lain dan tanpa alasan yang sah atau karena hal lain diluar kemampuannya
- 3) Salah satu pihak mendapat hukuman penjara 5 (lima) tahun atau hukuman yang lebih berat setelah perkawinan berlangsung
- 4) Salah satu pihak melakukan kekejaman atau penganiayaan berat yang membahayakan terhadap pihak yang lain
- 5) Salah satu pihak mendapat cacat badan atau, penyakit yang mengakibatkan tidak dapat menjalankan kewajibannya sebagai suami/isteri
- 6) Antara suami dan isteri terus menerus terjadi perselisihan dan pertengkaran dan tidak ada harapan akan hidup rukun lagi dalam rumah-tangga.

Dari beberapa faktor para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab perceraian antara lain perbedaan prinsip antara suami istri,

kekerasan dalam rumah tangga, tekanan kebutuhan ekonomi, kematian, kematian, perzinahan, perjudian, narkoba, pendidikan, usia, dan perselisihan rumah tangga. Semua faktor tersebut menciptakan suasana keruh dan merusak kehidupan dalam rumah tangga.

Beberapa faktor di atas masalah ekonomi sangat banyak sekali pemicu terjadinya perceraian. Yang mana suami tidak bertanggung jawab atau tidak mau memenuhi kebutuhan keluarga mereka. Sudah sewajarnya, seorang suami bertanggung jawab memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga.

Tidak memiliki keturunan juga merupakan faktor penyebab perceraian. Kemungkinan karena tidak mempunyai keturunan walaupun menjalin hubungan pernikahan bertahun-tahun dan berupaya kemana-mana untuk mengusahakannya, namun tetap sama gagal. Guna menyelesaikan masalah keturunan ini mereka sepakat mengakhiri pernikahan itu dengan bercerai dan masing-masing memutuskan nasib sendiri.

Pada umumnya perceraian dianggap tidak terpuji oleh kalangan masyarakat. Akan tetapi bila keadaan mereka menemui jalan buntu dan tidak menemukan jalan lain untuk dapat memperbaiki hubungan yang retak antara suami dan istri, maka keputusan perkawinan atau perceraian menjadi hal yang harus dilakukan. Kenyataan timbulnya perselisihan dikarenakan sikap egois dari masing-masing pihak baik itu pihak wanita maupun pihak laki-laki.

Menurut (Willis, 2009), faktor penyebab perceraian hancurnya pernikahan suami-istri dibagi pada faktor internal dan eksternal :

1) Faktor internal

- a) Beban psikologis ayah atau ibu yang berat, seperti tekanan di tempat kerja, konsultasi keuangan keluarga.
- b) Tafsiran dan perlakuan terhadap perilaku marah-marah dan sebagainya.
- c) Kecurigaan salah satu pihak bahwa pihak tersebut berselingkuh.

- d) Sikap egositis dan kurang demokratis, yang berdampak pada pemaksaan kehendak terhadap anggota keluarga.
- 2) Factor eksternal
 - a) Campur tangan pihak ketiga dalam masalah dan hubungan keluarga, seperti isu miring terhadap salah satu pihak.
 - b) Pergaulan yang negative dari anggota keluarga, seperti kecanduan narkoba, pergaulan bebas yang mengakibatkan terjangkit HIVAIDS.
 - c) Kebiasaan berjudi bagi si suami akan menimbulkan kehancuran pada keluarga

Dari beberapa factor di atas factor internal dan factor eksternal juga sangat mempengaruhi perceraian yang mana factor internal berasal dari dalam hubungan keluarga sedangkan factor eksternal berasal dari luar keluarga itu sendiri.

Adapun faktor -faktor penyebab perceraian menurut para ahli: Menurut George Levinger dalam (Oktary, 2014). Factor penyebab perceraian sebagai berikut:

- a. Karena pasangannya yang sering mengabaikan kewajiban rumah tangga dan anak, b. Masalah keuangan, c. Adanya KDRT, d. Pasangan mengeluarkan kata –kata kasar, e. Selingkuh, f. Ketidakcocokan dalam hubungan seksual, g. Sering mabuk, h. Adanya ikut campur tangan dari pihak kerabat pasangan, i. Muncul ketidakpercayaan pasangan, j. Jarang berkomunikasi, k. Adanya tuntutan yang berlebihan.

Dari beberapa faktor para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab perceraian antara lain perbedaan prinsip antara suami istri, kekerasan dalam rumah tangga, tekanan kebutuhan ekonomi, kematian, kematian, perzinahan, perjudian, narkoba, pendidikan, usia, dan perselisihan rumah tangga. Semua faktor tersebut menciptakan suasana keruh dan merusak kehidupan dalam rumah tangga.

Faktor penyebab perceraian adalah karena komunikasi yang buruk. Terdapat fakta bahwasannya komunikasi yang buruk menciptakan masalah yang lebih luas, seperti: salah satu pasangan tidak merasa dihargai, salah satu pasangan tidak bisa diajak berbagi, salah satu pasangan tidak ada saat dibutuhkan. Faktor ekonomi juga mempengaruhi keadaan rumah tangga pada aspek lainnya.

Dalam beberapa kasus, faktor ekonomi merembet dengan kasus perselingkuhan. Dengan ekonomi yang buruk, kepala keluarga kerap bertengkar dengan istrinya. Pertengkaran ini menyebabkan suami mencari wanita lain. Tidak jauh berbeda dengan sikap suami yang mencari wanita lain karena kerap bertengkar dengan istrinya, pihak istri pun juga mencari pria dengan segi ekonomi yang lebih baik guna menunjang kebutuhan hidup yang tidak dapat dipenuhi oleh suaminya. Dari faktor ekonomi ini, konflik dalam keluarga dapat berkembang menjadi banyak konflik yang lainnya.

Faktor ekonomi juga disebabkan karena pernikahan dini. Banyak anak muda yang termasuk ke dalam golongan remaja akhir, memutuskan untuk menikah muda. Pernikahan dini ini terjadi selain karena budaya, adalah karena para remaja ini tidak memiliki tujuan hidup serta tidak tahu harus melakukan apa selepas tamat SD (Sekolah Dasar).

Faktor penyebab perceraian adalah karena perselingkuhan. Perselingkuhan yang terjadi pun beragam, sekedar melakukan pesan teks secara daring hingga ke perilaku zina yaitu berhubungan badan.

Stres juga dapat memicu terjadinya perceraian, banyak pasangan bercerai efek dari tidak tersampainya perasaan yang dialami kepada pasangannya. Komunikasi yang buruk adalah dampak dari

ketidakmampuan seorang istri menyampaikan perasaannya. Bermula dari merasa hubungan rumah tangga diganggu oleh mertua, mendapat perlakuan buruk dari salah satu pihak keluarga (pihak suami), dan adanya tuntutan dari keluarga pasangannya (pihak suami). Hal ini yang membuat salah satu pasangan merasa stres namun tidak dapat menyampaikan kepada pasangannya. Saat memiliki kesempatan untuk menyampaikan apa yang dirasa, ternyata pasangannya sendiri cenderung menyalahkan karena tidak mampu beradaptasi.

2. Kondisi Psikologis Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai.

Anak merupakan korban yang paling terluka ketika orang tuanya memutuskan untuk bercerai. Anak dapat merasa ketakutan karena kehilangan sosok ayah atau ibu mereka, takut kehilangan kasih sayang orang tua yang kini tidak tinggal serumah. Mungkin juga mereka merasa bersalah dan menganggap diri mereka sebagai penyebabnya. Prestasi anak di sekolah akan menurun atau mereka jadi lebih sering untuk menyendiri.

Anak-anak yang sedikit lebih besar bisa pula merasa terjepit di antara ayah dan ibu mereka. Salah satu atau kedua orang tua yang telah berpisah mungkin menaruh curiga bahwa mantan pasangan hidupnya tersebut mempengaruhi sang anak agar membencinya. Ini dapat membuat anak menjadi serba salah, sehingga mereka tidak terbuka termasuk dalam masalah-masalah besar yang dihadapi ketika mereka remaja. Sebagai pelarian yang buruk, anak-anak bisa terlibat dalam pergaulan yang buruk, narkoba, atau hal negatif lain yang bisa merugikan.

Orang tua memiliki peran yang sangat besar dalam perkembangan psikologis anak. Orangtua bertanggung jawab dalam memberikan stimulus-stimulus yang dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan psikologis anak. Perkembangan psikologis yang baik serta sesuai dengan fitrahnya akan memberikan pengaruh yang sangat besar bagi kehidupan anak di masa yang

akan datang. Memberikan pengaruh pada kematangan emosi, intelektual, dan spritualnya.

Perceraian mempunyai dampak negatif terhadap perkembangan psikologi anak, karena pada umumnya perkembangan psikologi anak yang orang tuanya bercerai sangat terganggu, selain itu faktor negatif dampak dari perceraian adalah kurangnya kasih sayang dan perhatian dari kedua orang tuanya (sukmawati & Oktora, 2021).

Dibutuhkan upaya yang serius dalam mengawal perkembangan psikologis anak. Karena perkembangan psikologis anak banyak dipengaruhi oleh lingkungan tempat hidupnya. Mulai dari lingkungan keluarga, masyarakat dan bangsanya. Namun lingkungan yang paling awal dalam perkembangan psikologis anak adalah dari lingkungan keluarga dimulai dari peran kedua orangtua. Maka menjadi sebuah tugas yang sangat penting bagi orangtua memulainya dan terus mendampingi.

Ada beberapa kondisi psikologis yang dialami oleh anak setelah orang tuannya bercerai antara lain adalah :

- 1) Kesedihan karena kehilangan anggota keluarga
Perpisahan dan perceraian orang tua akan menimbulkan kesedihan & kehilangan salah satu orang tua. Respon kesedihan tersebut meliputi kebingungan, kemarahan, penolakan, depresi, ketakutan dll.
- 2) Ketakutan akan ditolak, dibuang dan dalam keadaan tidak berdaya.
Anak merasa ditolak dan menganggap bahwa salah satu orang tua meninggalkannya sebagai penolakan mereka terhadapnya. Jika orang tua tidak datang seperti yang dijanjikan, anak merasa akan ditolak dan tanda penolakan ini berupa fakta nyata bahwa memang anak tidak dicintai.
- 3) Marah
Anak menahan marah dalam proses perceraian orang tua mereka yang hanya ingin memikirkan diri mereka sendiri dan meletakkan anak ditengah -tengah konflik. Setiap anak akan mempunyai rekasi yang berbeda terhadap kemarahannya,

termasuk kejengkelan emosional, tingkah laku agresif terhadap orang lain, atau perasaan tidak berdaya terhadap situasi

4) Sakit hati dan sangat kesepian

Sakit hati dan sangat kesepian yang dialami oleh anak-anak pada umumnya yaitu anak merasa sakit hati karena orang tuanya bercerai dan tidak bersatu lagi sehingga anak merasakan kesepian dalam rumah. Seakan-akan anak merasa ada yang kurang dalam anggota keluarganya.

5) Kecemasan dan penghinaan

Anak mempunyai kesulitan untuk percaya kepada orang lain karena dikhianati oleh orang tuanya. Beberapa anak merasa malu dan menjauhi kesempatan untuk memberi dan menerima cinta yang lain takut ditolak dan telah memutuskan bahwa mereka tidak berharga dan tidak dicintai. (Zuhrotunisa, 2019).

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa dampak psikologis remaja akibat perceraian orang tua yaitu secara psikologi remaja mengakibatkan tekanan mental yang berat sehingga merasa terkucilkan dari kasih sayang orang tuanya, kehilangan rasa aman, menurunnya jarak emosional dengan salah satu orang tuanya, dan hubungannya dengan orang lain menjadi terganggu karena rasa harga diri yang cenderung inferior dan dependen.

Perasaan-perasaan tersebut dapat menyebabkan anak setelah dewasa menjadi takut gagal dan takut menjalin hubungan dekat dengan orang lain. Beberapa indikator bahwa anak telah beradaptasi adalah menyadari dan mengerti bahwa orang tuanya sudah tidak lagi bersama dan sudah tidak lagi berfantasi akan persatuan kedua orang tua. Dapat menerima rasa kehilangan, tidak marah pada orang tua dan tidak menyalahkan diri sendiri menjadi dirinya sendiri.

Dengan adanya perceraian seorang anak seringkali emosinya tidak terkontrol dengan baik sehingga mereka sering kali marah yang tidak karuan, banyak teman dekat yang menjadi sasaran amarahnya. Perihal ini dampak psikologis anak yang memiliki sifat temperamen; mudah marah karena emosinya tidak terkontrol. Ini disebabkan karena pengalamannya yang sering

melihat ayah-ibunya bertengkar, pada masa proses perceraian. Amarah dan agresif merupakan reaksi yang lazim dalam perceraian, hal itu terjadi bila orang tuanya marah di depan anaknya. Akibatnya, anak biasanya akan menumpahkan amarahnya kepada orang lain, karena tingkah laku seorang anak akan mengikuti orang tuanya. Bukan cuma psikisnya terganggu akan tetapi perilakunya juga ikut berubah, hal itu akan mengakibatkan si anak akan suka mengamuk, menjadi dan tindakanya akan menjadi agresif, menjadi pendiam, tidak lagi ceria, suka murung dan tidak suka bergaul kepada teman-temannya..

Seorang anak akan merasa nyaman dengan orang tuanya yang harmonis namun sebaliknya ia akan bersedih jika orang tua mereka berpisah atau bercerai dan saat sudah remaja merasa kehilangan. Anak-anak yang orangtuanya bercerai menampakkan beberapa gejala fisik dan stres akibat perceraian tersebut seperti insomnia (sulit tidur), kehilangan nafsu makan yang semuanya itu berasal dari kesedihan yang dialaminya.

a. Kecemasan

1) Pengertian Kecemasan

Pada dasarnya kecemasan merupakan hal wajar yang pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya.

Dampak perceraian orang tua akan mengakibatkan dampak yang negative bagi anak salah satunya yaitu kecemasan. Kecemasan atau anxiety pasti pernah dialami oleh semua orang, yang berbeda adalah bagaimana mereka menyikapi hadirnya perasaan ini. Kecemasan atau anxiety pasti pernah dialami oleh semua orang, yang berbeda adalah bagaimana mereka menyikapi hadirnya perasaan ini. Ada yang mampu mengen- dalikannya

namun tidak jarang yang justru mereka dikendalikan oleh perasaan ini sehingga mereka tenggelam di dalamnya.

Menurut (Mukholi, 2018) kecemasan (anxiety) adalah “perasaan khawatir dan takut yang ditandai dengan perasaan tegang dan kekhawatiran berlebihan yang dialami siswa selama proses belajar mengajar berlangsung”.

Menurut (Susanto, 2018) “Kecemasan yaitu suatu perasaan khawatir, tidak tenang, dan ketakutan yang tidak diketahui dimana hal ini berpengaruh juga pada respons fisik dan perilakunya”.

Selanjutnya, menurut Freud (Margarita Novita Prastiwi, 2013), kecemasan adalah “suatu keadaan perasaan yang tidak menyenangkan dan disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Freud mengemukakan bahwa ego menjadi tempat kecemasan dan hanya ego yang dapat menghasilkan dan merasakan kecemasan”.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan (anxiety) merupakan perasaan khawatir, tidak tenang, dan ketakutan, rasa takut yang akan terjadi dimasa yang akan mendatang. Remaja yang mengalami gangguan kecemasan yang secara berlebihan akan mempengaruhi kehidupan sehari-harinya.

Gangguan kecemasan akan berdampak negative kepada kehidupan nantinya. Remaja yang mengalami gangguan kecemasan akan merasa sangat khawatir terhadap berbagai hal, bahkan ketika dirinya berada dalam situasi normal. Perasaan ini muncul secara tiba tiba dan dengan intensitas yang tinggi bahkan semakin seringnya penderita akan merasa sesak, Berkeringat dingin, hingga sulit berkonsentrasi pada kehidupan sehari-hari.

2) Ciri – Ciri Kecemasan

Menurut (Jeffrey S. Nevid, 2005), dijelaskan bahwasanya ciri – ciri kecemasan sebagai berikut:

1) Ciri – Ciri Fisik Dari Kecemasan

a)Kegelisahan, kegugupan, b). Tangan atau anggota tubuh bergetar , c). Banyak berkeringat , d). Telapak tangan berkeringat, e). Pening, f). Mulut atau kerongkongan terasa kering, g). Sulit berbicara, h). Sulit bernapas, i). Bernapas pendek, j). Jantung berdebar keras atau berdetak kencang, k). Suara yang bergetar, l). Jari-jari atau anggota tubuh menjadi dingin, m). Leher atau punggung terasa kaku, n). Sensasi seperti tercekik atau tertahan, o). Sakit perut atau mual, p). Sering buang air kecil, q). Wajah terasa memerah, r). Diare.

2) Ciri – Ciri Behavioral Dari Kecemasan

a). Perilaku menghindar
b). Perilaku melekat dan dependen
c). Perilaku terguncang

3) Ciri – Ciri Kognitif Dari Kecemasan

a). Khawatir tentang sesuatu, b). Perasaan terganggu akan ketakutan atau aprehensi terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, c). Keyakinan bahwa sesuatu yang buruk atau mengerikan akan segera terjadi, tanpa ada penjelasan yang jelas, d). Terpaku pada sensasi tubuh, e). Sangat sensitif terhadap sensasi tubuh, f). Merasa terancam oleh orang atau peristiwa, g). Ketakutan akan kehilangan control, h). Ketakutan akan ketidakmampuan untuk menyelesaikan masalah, i). Berpikir bahwa dunia akan runtuh, j). Berpikir bahwa semuanya sudah tidak bisa dikendalikan, k).Berpikir bahwa semuanya sangat membingungkan tanpa bisa diatasi, l). Khawatir terhadap hal sepele, m).Berpikir tentang hal yang mengganggu yang sama secara berulang-ulang, n). Pikiran terasa campur aduk, o). Tidak mampu menghilangkan pikiran-pikiran negative, p). Berpikir akan segera mati, q). Khawatir akan ditinggalkan sendiri, r). Sulit berkonsentrasi atau memusatkan perhatian.

Dari teori di atas dapat disimpulkan bahwa orang yang mengalami kecemasan memiliki ciri- ciri, antara lain; ciri fisik yaitu kecemasan yang tampak dari individu yang mengalami kecemasan seperti tangan bergetar

dan jantung berdetak kencang, ciri behavioral yaitu kecemasan yang tampak dari individu namun dilihat dari segi perilakunya yang menghindar, ciri kognitif yaitu kecemasan yang dialami individu yang berasal dari pikirannya sendiri terhadap masa depan dirinya.

Kecemasan adalah suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Individu-individu yang tergolong normal kadang kala mengalami kecemasan yang nampak, sehingga dapat disaksikan pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental. Gejala tersebut lebih jelas pada individu yang mengalami gangguan mental. Kecemasan berasal dari perasaan tidak sadar yang berada didalam kepribadian sendiri, dan tidak berhubungan dengan objek yang nyata atau keadaan yang benar-benar ada.

Rasa takut dan cemas dapat menetap bahkan meningkat meskipun situasi yang betul-betul mengancam tidak ada, dan ketika emosi-emosi ini tumbuh berlebihan dibandingkan dengan bahaya yang sesungguhnya, emosi ini menjadi tidak adaptif. Kecemasan yang berlebihan dapat mempunyai dampak yang merugikan pada pikiran serta tubuh bahkan dapat menimbulkan penyakitpenyakit fisik.

Kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi yang sangat mengancam karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan tersebut ditandai dengan adanya beberapa gejala yang muncul seperti kegelisahan, ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, merasa tidak tenteram, sulit untuk berkonsentrasi, dan merasa tidak mampu untuk mengatasi masalah. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah, kecemasan timbul karena individu melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya, kecemasan juga terjadi karena individu merasa

berdosa atau bersalah karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani.

3) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan (Anxiety)

Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa-peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan.

Faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan, seperti pengetahuan yang dimiliki seseorang mengenai situasi yang sedang dirasakannya, apakah situasi tersebut mengancam atau tidak memberikan ancaman, serta adanya pengetahuan mengenai kemampuan diri untuk mengendalikan dirinya (seperti keadaan emosi serta fokus kepermasalahannya).

Menurut (Annisa & Ifdil, 2016) menjelaskan factor-faktor mempengaruhi kecemasan (anxiety) yaitu :

1) Pengalaman negatif

Pada masa lalu Sebab utama dari timbulnya rasa cemas kembali pada masa kanak-kanak, yaitu timbulnya rasa tidak menyenangkan mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu menghadapi situasi yang sama dan juga menimbulkan ketidaknyamanan, seperti pengalaman pernah gagal dalam mengikuti tes.

2) Pikiran yang tidak rasional

Pikiran yang tidak rasional terbagi dalam empat bentuk, yaitu:

- a) Kegagalan ketastropik, yaitu adanya asumsi dari individu bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya. Individu mengalami kecemasan serta perasaan ketidakmampuan dan ketidaksanggupan dalam mengatasi permasalahannya.
- b) Kesempurnaan, individu mengharapkan kepada dirinya untuk berperilaku sempurna dan tidak memiliki cacat. Individu menjadikan ukuran kesempurnaan sebagai sebuah target dan sumber yang dapat memberikan inspirasi.
- c) Persetujuan.

- d) Generalisasi yang tidak tepat, yaitu generalisasi yang berlebihan, ini terjadi pada orang yang memiliki sedikit pengalaman.

Dari beberapa factor di atas dapat di simpulkan bahwa factor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu pengalaman negative yang pernah di alami oleh seseorang, serta pikiran yang tidak rasional mampu mempengaruhi kecemasan seseorang.

Bagi seseorang yang sedang mengalami masalah kehidupan yang berat dan dirinya tidak memiliki kemampuan untuk mengantisipasi dan memecahkannya, seseorang akan merasakan suatu kecemasan yang kuat, ia akan sangat khawatir bila problemnya akan berdampak negatif dan serius terhadap diri ataupun keluarganya.

Kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal ini, terutama jika dirinya menekan rasa marah atau frustasi dalam jangka waktu yang sangat lama. Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

Ada beberapa penyebab dari kecemasan yaitu rasa cemas akibat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas dalam pikiran. Seperti contoh anak yang mengalami korban perceraian orang tua akan merasa takut dan cemas ketika orang tuanya berpisah karena yang ditakutkan anak yaitu takut kekurangan kasih sayang dari kedua orang tuanya.

4) Macam-macam Kecemasan

Sigmund Freud dalam (Hayat, 2017) mengemukakan, bahwa kecemasan adalah keadaan tegang yang memaksa untuk berbuat sesuatu. Ada tiga jenis kecemasan, yaitu; kecemasan realita (rality anxiety), kecemasan neurotik (neurotic anxiety), dan kecemasan moral (moral anxiety).

- 1) Kecemasan realita (rality anxiety), adalah rasa takut akan bahaya yang datang dari dunia luar, dan derajat kecemasan semacam itu sesuai dengan tingkat ancaman yang nyata.
- 2) Kecemasan neurotik (neurotic anxiety), adalah rasa takut kalau-kalau insting akan keluar jalur dan menyebabkan seseorang berbuat sesuatu yang akan menyebabkan ia dihukum.
- 3) Kecemasan moral (moral anxiety), adalah rasa takut terhadap hati nuraninya sendiri. Orang dengan hati nuraninya yang cukup berkembang cenderung untuk merasa bersalah apabila mereka berbuat sesuatu yang bertentangan dengan kode moral mereka atau dengan introyeksi ibu bapa mereka.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa Sigmund Freud menjelaskan bahwa Ada tiga jenis kecemasan, yaitu; kecemasan realita (rality anxiety), kecemasan neurotik (neurotic anxiety), dan kecemasan moral (moral anxiety). Kecemasan adalah unsur kejiwaan yang menggambarkan perasaan, keadaan emosional yang dimiliki seseorang pada saat ia menghadapi suatu kenyataan atau kejadian dalam hidupnya. Kecemasan timbul dari reaksi ketegangan-ketegangan intern dari tubuh atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat saraf yang otonom, biasanya jantung akan bergerak lebih cepat, nafas menjadi sesak, mulut menjadi kering dan telapak tangan berkeringat. Orang yang dilanda kecemasan ini juga bisa merasakan tegang, takut, khawatir, resah dan gelisah, gugup, bingung, dan perasaan ngeri.

Kecemasan realita merupakan kecemasan yang datang dari luar. Kecemasan yang di alami oleh anak korban perceraian, kecemasan ketika ada orang baru masuk ke dalam kehidupannya seperti salah satu dari orang tuannya menikah lagi maka ada orang baru juga masuk dala kehidupannya. Anak akan merasa takut jika orang tuanya bakalan berubah dan kasih sayang bakalan berubah.

5) Aspek-aspek kecemasan

Menurut Calhoun dan Acocella (Setyawan, 2020) mengemukakan aspek aspek kecemasan ada tiga, yaitu:

- 1) Reaksi Emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, kesedihan, mencela diri sendiri atau orang lain.
- 2) Reaksi kognitif, yaitu ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berfikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya.
- 3) Reaksi fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Seperti timbul jantung yang berdetak lebih kets, nafas yang lebih cepat dan tekanan darah meningkat.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa aspek yang mempengaruhi aspek kecemasan yaitu Reaksi Emosional, Reaksi kognitif, Reaksi fisiologis.

Ketiga kecemasan diatas sangat mempengaruhi anak korban perceraian orang tua. Di lihat dari ciri-ciri kecemasan di atas anak yang korban perceraian orang tua akan merasakan kesedihan yang mendalam, dan akan menimbulkan khwatiran. Seperti contoh anak akan merasakan kwatir akan tinggal bersama siapa ketika orang tuanya bercerai dan anak akan mengkhawatirkan bagaimana kehidupan mereka selanjutnya jika orang tuanya bercerai.

Menurut Greenberger dan Padesky (Kholisin, 2014) aspek kecemasan di tandai oleh empat keadaan yaitu :

- 1) Reaksi fisik yaitu telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdegup kencang, pipi merona, dan pusing-pusing.
- 2) Reaksi perilaku yaitu menghindari, meninggalkan, dan menjauhi hal yang menjadikan cemas.

- 3) Reaksi pemikiran yaitu memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap diri sendiri tidak mampu mengatasi masalah, dan khawatir keburukan akan terjadi.
- 4) Suasana hati yaitu gugup, jengkel, dan panik.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa aspek kecemasan timbul karena adanya reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran dan suasana hati. Reaksi perilaku yaitu ditandai dengan seseorang akan menghindari jika terjadi masalah. Mereka berfikir jika mereka bisa menghindari masalah, masalah tersebut akan terselesaikan.

Orang sering mengatakan stress ketika mereka merasa cemas, banyak juga yang mengatakan stress ketika mengalami pertukaran antara kejadian atau situasi yang menyebabkan ketidaknyamanan tersebut, baik dari perasaan yang di hasilkan, pikiran, dan tingkah laku yang timbul.

6) Tingkat Kecemasan (Anxiety)

Kecemasan (Anxiety) memiliki tingkatan menurut Stuart dalam (Annisa & Ifdil, 2016), tingkat kecemasan diantaranya:

1) Ansietas ringan

Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, ansietas ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya. Ansietas ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas.

2) Ansietas sedang

Memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Ansietas ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

3) Ansietas berat

Sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.

4) Tingkat panic

Berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Hal yang rinci terpecah dari proporsinya karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan arahan. Panik mencakup disorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa setiap individu mempunyai tingkat kecemasan yang berbeda-beda tergantung tergantung dari cara individu tersebut untuk dapat menyesuaikan diri dengan keadaan yang memicu kecemasan. Jika penyesuaian yang dilakukan baik maka kecemasan tersebut dapat diatasi namun berbeda jika sebaliknya, maka kecemasan dapat menjadi menghambat dalam kegiatan sehari –hari.

Gangguan perasaan yang ditandai dengan rasa sedih yang berkepanjangan yang dapat mengganggu kondisi fisik dan kehidupan sosial disebut dengan depresi. Beberapa contoh gejala depresi yang paling sering terjadi pada remaja adalah perasaan mudah tersinggung, merasa tertekan, ketakutan, tidak memiliki semangat.

b. Emosi

a. Pengertian Emosi

Emosi mempunyai peran penting dalam kehidupan, karena emosi mempunyai pengaruh terhadap penyesuaian pribadi dan sosial seseorang. Emosi merupakan suatu bentuk komunikasi, karena dalam emosi terjadi perubahan mimik wajah dan fisik yang menyertai emosi, seseorang dapat mengungkapkan perasaan yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan, serta mendorong interaksi sosial. Melalui emosi seseorang dapat mengubah perilaku agar dapat menyesuaikan diri dari tuntutan dan aturan yang ada.

Menurut Sarlito Wirawan (Syamsu, 2009) emosi adalah “setiap keadaan pada diri seseorang yang di sertai warna afektif baik pada tingkat lemah maupun tingkat yang luas”. Sedangkan menurut Crow dan Crow (Sunarto, 2006) emosi merupakan “ pengalaman efektif yang disertai penyesuaian dari dalam diri individu tentang keadaan mental dan fisik dan terwujud suatu tingkah laku yang tampak”.

Dari beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa emosi merupakan perasaan atau afeksi yang melibatkan kombinasi antara gejala fisiologi seperti denyut jantung yang cepat dan perilaku yang tampak seperti senyuman atau ringisan.

b. Pengertian Kematangan Emosi

Menurut (Walgito, 2004) kematangan emosi dapat diartikan “sebagai kemampuan individu untuk mengadakan tanggapan-tanggapan emosi secara matang dan mampu mengontrol serta mengendalikan emosinya sehingga menunjukkan suatu kesiapan dalam bertindak”. Orang yang emosinya matang mampu mengadakan penyesuaian antara yang diinginkan dan kenyataan yang dihadapi. Kematangan emosi dan pikiran akan saling berkaitan. Seseorang dikatakan matang emosinya apabila telah dapat mengendalikan emosinya, maka individu akan berfikir secara matang, berfikir secara baik, dan berfikir secara objektif. Remaja yang emosinya matang akan memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari emosi ke suasana hati lain

Seseorang yang telah mencapai kematangan emosi mampu berorientasi pada lingkungan serta mampu meredam emosinya dalam menghadapi masalah-masalah yang dihadapinya dan dapat menerima kritik dan saran dari orang lain serta dapat bertanggung jawab dan mampu beradaptasi dengan lingkungan yang baru untuk mencapai tujuan-tujuan diharapkan dalam menjalani hidup bermasyarakat. Menurut (Chaplin,

2006) kematangan emosi adalah “suatu keadaan atau kondisi mencapai tingka kedewasaan dari perkembangan emosional dan oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi anak-anak. Istilah kematangan atau kedewasaan seringkali membawa implikasi adanya control emosi.

Mencapai kematangan emosional merupakan tugas perkembangan yang sangat sulit bagi remaja. Proses pencapaiannya sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, dalam arti kondisinya diwarnai oleh hubungan yang harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka remaja cenderung dapat mencapai kematangan emosionalnya. Sebaliknya, apabila kurang di perispkan untuk memahami peran-perannya dan kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua atau pengakuan teman sebaya, mereka cenderung akan mengalami kecemasan, perasaan tertekan atau ketidaknyamanan emosional.

Menurut (Yusuf, 2009) “dalam menghadapi ketidak nyamanan emosional tersebut, tidak sedikit remaja yang mereaksinya secara defensif, sebagai upaya untuk melindungi kelemahan dirinya”. Reaksi itu tampil dalam tingkah lau manusia seperti, agresif, melawan, keras kepala, bertengkar, berkelahi dan senang mengganggu dan melarkan diri dari kenyataan, melamun, pendiam, senang menyendiri, dan meminum minuman keras dan obat-obat terlarang.

Berdasarkan uraian-uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi yaitu suatu keadaan dimana seseorang dapat berfikir secara realistis, objektif dan dapat mengendalikan emosinya. Seseorang yang telah matang emosinya dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik, stabil, dan tenang secara emosional. Tercapainya kematangan emosi

ditandai dengan dapat menghadapi kenyataan seperti yang sesungguhnya terjadi, mau menerima keadaan orang lain sebagaimana adanya, dapat menyalurkan emosinya dengan baik dan rasional, serta dapat mengontrol emosinya dan ekspresi emosinya secara tepat dan wajar.

Kematangan emosi membuat remaja mampu mengembangkan hubungan yang sehat dengan lingkungan sosialnya. Dalam hubungan yang sehat ini, remaja akan dapat mengelolah emosinya, berusaha menyesuaikan diri dengan suasana orang lain, dan mencari keharmonisan dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Jika kematangan emosi belum tercapai, maka remaja kemungkinan besar tidak mampu mengendalikan emosinya secara efektif yang pada gilirannya akan menghambat hubungan sosialnya dengan orang lain.

c. Ciri-ciri Emosi pada Remaja

Masa remaja biasanya dianggap ketika anak secara seksual menjadi matang. Remaja sering berusaha mengatasi ketakutan yang muncul dari persoalan kehidupan. Dengan bertambahnya umur menyebabkan terjadinya perubahan emosi.

Menurut Biehler (Hartono, 2006) “membagi ciri-ciri emosional pada remaja menjadi dua, yaitu usia 12-15 tahun dan 15-18 tahun. Ciri-ciri emosional remaja usia 12-15 tahun:

- 1) Pada usia ini seorang siswa cenderung banyak murung dan tidak dapat diterka
- 2) Siswa mungkin bertingkah laku kasar untuk menutupi kekurangan dalam hal rasa percaya diri.
- 3) Ledakan-ledakan kemarahan mungkin bisa terjadi.
- 4) Cenderung tidak toleran terhadap orang lain dan membenarkan pendapatnya sendiri yang disebabkan kurangnya rasa percaya diri

Ciri-ciri emosional remaja usia 15-18 tahun yaitu :

- 1) Pemberontakan remaja merupakan pernyataan-pernyataan atau ekspresi dari perubahan yang universal dari masa kanak-kanak ke dewasa.
- 2) Karena bertambahnya kebebasan mereka, banyak remaja yang mengalami konflik dengan orang tua mereka.
- 3) Siswa pada usia ini sering melamun, memikirkan masa depan.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri emosi pada remaja antara lain yang cenderung banyak murung, emosi yang meledak-ledak, melampiaskan emosi dengan pemberontakan, tidak mempunyai toleransi terhadap orang lain dan merasa dirinya paling benar.

Emosi yang sedemikian memiliki pengaruh terhadap perkembangan seseorang individu mengharuskan individu mampu mengelola gejala emosinya. Individu harus mampu mengekspresikan setiap emosi yang sedang dirasakannya dengan tepat dan sesuai. Ketepatan dan kesesuaian anak dalam mengekspresikan emosinya menunjukkan tingkat kematangan emosinya. Jika kematangan emosi belum tercapai, maka remaja kemungkinan besar tidak mampu mengendalikan emosinya secara efektif yang pada gilirannya akan menghambat hubungan sosialnya dengan orang lain.

d. Ciri-ciri Kematangan Emosi

Ciri-ciri kematangan emosi merupakan hal yang dapat dilihat, sehingga mampu untuk membedakan seseorang yang matang emosinya dan tidak matang emosinya dan tidak matang emosinya. Menurut (Walgito, 2004) yaitu :

- 1) Orang yang matang emosinya dapat menerima baik keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti apa adanya, sesuai dengan keadaan orang lain seperti apa adanya, sesuai dengan keadaan objektifnya.

- 2) Orang yang matang emosinya pada umumnya tidak bersifat impulsif. Ia akan merespon stimulus dengan cara berfikir baik, dapat mengatur pikirannya, untuk memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya.
- 3) Orang yang telah matang emosinya dapat mengontrol emosinya dengan baik, dapat mengontrol ekspresi emosinya. Walaupun seseorang dalam keadaan marah, tetapi kemarahan itu tidak ditampakan keluar.
- 4) Orang yang telah matang emosinya dapat berfikir secara objektif, maka orang yang telah matang emosinya akan bersifat sabar, penuh perhatian dan pada umumnya cukup mempunyai toleransi yang baik.
- 5) Orang yang matang emosinya akan mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa orang yang matang emosinya dapat dan mampu mengontrol emosinya dengan baik. Seseorang yang matang emosinya ia dapat mengelola emosinya dengan baik.

Seseorang disebut matang emosinya jika ia telah mampu belajar melatih seni penggunaan emosi sedemikian rupa sehingga akan dapat membantu semua aspek kehidupan, keluarga, relasi sosial, dan kesesuaian dirinya dengan dunia secara umum, dalam kaitannya dengan kehidupan keluarga, kematangan emosi mengajarkan individu tentang cara memainkan peran secara tepat diiringi cinta dan efisiensi, meredam perselisihan dan pertengkaran serta membuat anggota keluarga menjadi bahagia, membuat individu bersikap tegas bila memang hal itu dibutuhkan atau mengabaikan sesuatu yang memang harus diabaikan.

e. Dampak Perceraian Terhadap Kondisi Kematangan Emosi Anak

Perceraian memang tidak hanya menimbulkan gangguan emosional bagi pasangan yang bercerai tetapi juga anak-anak akan terkena

dampaknya. Dampak perceraian terhadap anak lebih berat disbanding pada orang tua. Terkadang anak akan merasa terperangkap di tengah-tengah saat orang tua bercerai. Rasa marah, sedih, takut, cemas akan berpisah, sedih dan malu merupakan reaksi-reaksi bagi kebanyakan anak dari dampak perceraian.

Peristiwa perceraian dapat menimbulkan ketidakstabilan emosi, mengalami rasa cemas, tertekan dan sering marah-marah pada anak. Peristiwa perceraian juga menimbulkan berbagai akibat terhadap orang tua dan anak, tercipta perasaan yang tidak menentu.

Perceraian yang terjadi pada suatu keluarga memberikan dampak yang mempengaruhi jiwa dan kondisi anak. Anak mengalami hambatan dalam pemenuhannya terkait rasa cinta dan memiliki orang tua harus menghadapi kenyataan bahwa orang tuanya telah bercerai. Anak mendapatkan gambaran buruk tentang kehidupan keluarga. Dalam perasaan anak, perceraian adalah suatu kekurangan yang memalukan. Perceraian hamper selalu membuat anak bersedih, pmarah dan lemah jiwanya. Anak merasa terasing di antara masyarakat yang kebanyakan terdiri atas keluarga yang bersatu.

Perceraian yang berarti terpisahnya antara ayah, ibu, anak-anak apapun penyebabnya, bisa memberi dampak buruk bagi anak. Karena sebuah keluarga tidak lagi utuh, dan umumnya yang terjadi adalah ibu bersama anak-anak di satu pihak, dan ayah yang hidup sendiri. Akibatnya, anak kehilangan salah satu tokoh identifikasi mereka.

Umumnya sikap anak-anak terhadap perceraian adalah kaget shock dan menghindari kenyataan bahwa perpecahan keluarga tak terjadi pada dirinya. Banyak yang merasa cemas dan takut, ada pula yang marah dan uring-uringan dan juga membangkang. Anak akan merasakan kepedihan

yang luar biasa dan sangat mendalam tidak jarang anak malah akan menyalahkan dirinya sendiri serta menganggap bahwa mereka penyebabnya.

Menurut (Agoes, 2008) “anak-anak yang ditinggalkan orang tuanya yang bercerai juga merasakan dampak negative”. Mereka mengalami kebingungan harus ikut siapa. Mereka tidak dapat melakukan proses identifikasi pada orangtua. Akibatnya, tidak ada contoh positif yang bisa ditiru. Secara tidak langsung mereka mempunyai pandangan negative terhadap pernikahan. Namun yang jelas perceraian orang tua akan mendatangkan perasaan traumatis bagi anak.

Perceraian merupakan suatu penderitaan, suatu pengalaman traumatis bagi anak. Anak memperoleh banyak tekanan, dalam arti suasana rumah yang kurang harmonis, kehilangan ayah,. Juga lingkungan yang mengharuskannya mengadakan penyesuaian diri dan perubahan-perubahan penyesuaian diri. Karena tekanan dan keadaan lingkungan yang mengharuskannya mengadakan penyesuaian lingkungan sebagai akibat perceraian kedua orang tuanya, menyebabkan anak merasa dirinya sebagai akibat perceraian kedua orang tuanya, menyebabkan anak merasa dirinya tidak aman, dipandang berbeda oleh masyarakat, mengalami diskriminasi sosial dari lingkungannya, merasa tidak mempunyai tempat hangat dan aman di dunia ini dan tidak mempunyai kepercayaan diri.

Padahal, anak pada masa sekolah adalah anak yang merasa takut diejek, takut tercela, takut kehilangan miliknya, takut akan penyakit dan takut akan gagal sekolah anak pada masa ini memiliki motivasi yang tinggi terhadap karya dan kerjasama diantara teman-temannya.

Menurut (Willis S. S., 2011) “anak korban perceraian akan mengalami krisis kepribadian, sehingga prilakunya sering salah suai. Mereka mengalami gangguan emosional dan neurotic”. Kasus anak korban perceraian ini sering di temui di sekolah, seperti anak malas belajar,

menyendiri, agresif, membolos, dan suka menentang guru karena anak melihat bagaimana perlakuan orang tuanya di rumah maka anak akan melakukan hal tersebut.

Peristiwa perceraian akan menimbulkan ketidakstabilan emosi, mengalami rasa cemas, tertekan dan sering marah-marah. Perceraian juga setidaknya dapat menimbulkan kekacauan jiwa meski mungkin tidak terlalu jauh.

Peran keluarga yang di jalankan dan dibebani kepada satu orang saja akan menjadi jauh lebih sulit jika dibandingkan oleh dua orang. Keadaan yang tidak menentu ini cenderung membuat anak memilih tinggal di rumah baru, ingin hidup menyendiri, menjauhi temannya. Perasaanya sering dilipui kecemasan dan rasa aman pun terancam.

Menurut Hurlock dalam (Syamsu, 2004) dampak remaja korban perceraian orang tua yaitu :

- 1) Mudah emosi (sensiti)
- 2) Kurang konsentrasi belajar
- 3) Tidak peduli lingkungan dan sesama
- 4) Tidak tahu sopan santun
- 5) Tidak tahu etika bermasyarakat
- 6) Senang mencari perhatian orang lain
- 7) Ingin menang sendiri
- 8) Susah diatur
- 9) Suka melawan orang tua
- 10) Tidak memiliki tujuan hidup
- 11) Kurang memiliki daya juang
- 12) Berprilaku nakal
- 13) Mengalami depresi
- 14) Kecendrungan terhadap obat-obatan terlarang

Dari penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa banyak dampak negatif yang di rasakan oleh anak jika orang tuanya bercerai. Anak akan merasakan kepedihan yang luar biasa dan sangat mendalam. Tidak jarang

anak akan menyalahkan dirinya sendiri serta menganggap bahwa merekalah penyebab perceraian kedua orang tuanya.

Remaja yang diasuh dalam sebuah keluarga yang lengkap dimana kedua orang tuanya menjalankan peran yang efektif besar kemungkinan akan lebih mampu mencapai kematangan emosi daripada remaja yang berasal dari keluarga tidak lengkap. Beberapa penelitian menunjukkan pengaruh kondisi keluarga tidak utuh terhadap perkembangan anak.

Keberadaan figur ayah dan ibu yang berfungsi secara tepat dalam sebuah keluarga karena itu menjadi penentu awal perkembangan emosi anak. Ketiadaan salah satu figur tersebut membuat fungsi keluarga menjadi tidak lengkap atau sempurna, dan dapat berdampak pada terhambatnya anak mencapai kematangan emosi.

Pada keluarga single parent, orang tua berperan ganda dalam menjalankan kewajibannya sebagai orang tua sehingga dapat menghambat hubungan antara anak dan orang tua. Orang tua maupun anak biasanya kurang mampu beradaptasi dan menerima keadaan tersebut. Keadaan seperti ini dapat menimbulkan konflik antar anggota keluarga, sehingga memunculkan masalah baik dari pihak orang tua maupun anak terutama ketika berusia remaja. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi perkembangan remaja menuju tahap kematangan emosi.

Remaja yang hidup dalam sebuah keluarga dengan orang tua tunggal kemungkinan besar akan mengalami pola pengasuhan yang tidak lengkap yang akan berdampak pada kematangan emosinya seperti kecenderungan menjadi pemarah, suka melamun bahkan suka menyendiri. Namun tidak semua remaja yang berada dalam keluarga seperti ini akan mengalami dampak psikologis yang sama.

c. Depresi

a. Pengertian Depresi

Saat ini, banyak orang yang mengalami stress, kecemasan, galau dan kegelisahan yang berlarut-larut. Namun, sebagian besar orang berpikir dan beranggapan bahwa stress dan depresi, bukanlah benar-benar suatu gangguan mental. Mereka menganggap bahwa depresi adalah sesuatu yang sepele dan bisa hilang dengan sendirinya, padahal sebenarnya depresi adalah bentuk suatu gangguan yang lebih dari sekadar perubahan emosi sementara.

Menurut Iyus Yosep (2007) dalam (Dirgayunita, 2016) depresi adalah salah satu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan (afektif, mood) yang ditandai kemurungan, kesedihan, kelesuan, kehilangan gairah hidup, tidak ada semangat, dan merasa tidak berdaya, perasaan bersalah atau berdosa, tidak berguna dan putus asa.

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, dimana pada masa ini remaja mulai terjadi banyak perubahan-perubahan. Remaja harus bisa berusaha untuk beradaptasi dengan perubahan, tetapi tidak semua remaja mampu untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Jika remaja tersebut tidak berhasil beradaptasi dengan perubahan yang terjadi, sehingga remaja tersebut menimbulkan rasa tidak percaya diri, merasa kecewa, merasa gagal ataupun merasa tertekan karena tidak mampu untuk mengatasi suatu masalah yang terjadi pada dirinya. Jika hal ini terjadi secara terus menerus dan remaja terus menyalahkan dirinya sendiri, sehingga memicu terjadinya depresi. Depresi ini dipengaruhi jenis kelamin dan umur.

Depresi ini lebih sering terjadi pada jenis kelamin perempuan karena jika terjadi suatu masalah perempuan lebih memikirkannya sehingga menjadi beban sendiri berbeda dengan laki-laki yang lebih tidak memikirkan suatu masalah. Selain itu juga umur mempengaruhi depresi,

biasanya terjadi pada umur remaja tengah karena saat umur tersebut remaja dalam kondisi tidak stabil sehingga terkadang emosi yang di munculkan tidak sesuai. Sehingga depresi tersebut dapat memicu munculnya gejala mudah putus asa, tidak percaya diri, merasa tertekan, dan memikirkan hal-hal yang tidak baik. Sehingga membuat remaja tersebut merasa harga dirinya rendah karena tidak mampu menyelesaikan masalah, mengisolasi diri dari lingkungan, serta memicu munculnya pemikiran-pemikiran negatif salah satunya pemikiran mengakhiri hidup atau ide bunuh diri.

Menurut Kaplan, Sadock, & Grebb (2010) dalam (Kusuma, 2020) depresi merupakan satu masa terganggunya fungsi manusia yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih dan gejala penyertanya, termasuk perubahan pada pola tidur dan nafsu makan, psikomotor, konsentrasi, anhedonia, kelelahan, rasa putus asa dan tidak berdaya, serta bunuh diri.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa depresi merupakan gangguan emosional atau suasana hati yang buruk yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti. Sehingga seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) tersebut dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari maupun pada hubungan interpersonal.

Depresi bukanlah kondisi yang bisa diubah dengan cepat atau secara langsung. Setiap orang pasti mengalami berbagai masalah dan rintangan dalam hidupnya. Jika seseorang dalam hidupnya mudah putus asa dan tidak kuat menghadapi masalah hidupnya, orang tersebut bisa mengalami depresi bahkan bisa menjadi stress. Depresi bukan saja dialami oleh orang dewasa tetapi anak-anak juga bisa mengalami depresi yang tidak mengenal kelas sosial. Banyak faktor yang menyebabkan seseorang menjadi depresi dan

terpuruk. Depresi merupakan salah satu penyebab utama kejadian bunuh diri (suicide).

Gangguan depresi pada umumnya dicetuskan oleh peristiwa hidup tertentu. Namun perlu di garis bawahi, bahwa setiap orang mempunyai perbedaan yang mendasar yang memungkinkan suatu peristiwa yang dihadapi secara berbeda, dapat memunculkan reaksi yang berbeda antara satu orang dengan yang lain. Depresi memiliki beberapa penyebab, dan salah satu yang terkuat adalah stres. Sementara stress dapat terjadi pada semua usia, ada data yang menunjukkan bahwa dewasa awal adalah masa kerentanan khusus untuk mengalami kegelisahan dan depresi, mungkin karena tuntutan atau mengalami kesulitan dalam fungsi sosial, pekerjaan dan kehidupan sehari-hari.

Depresi merupakan salah satu jenis gangguan psikologis. Kondisi ini terjadi akibat adanya gangguan mood yang serius, jauh lebih serius dibanding perasaan sedih yang berlarut-larut. Ada banyak pemicu yang bisa menyebabkan seseorang mengalami depresi, salah satunya adalah perceraian orangtua. Depresi sendiri ada banyak jenisnya dengan gejala yang berbeda-beda pula.

b. Gejala-gejala Depresi

Menurut (Dianovinina, 2018) orang di katakan depresi apabila terjadapat gejala sebagai berikut :

1. Adanya penurunan minat dan kesenangan di hampir sebagian besar kegiatan dan hampir setiap hari
2. Adanya perubahan berat badan atau nafsu makan yang signifikan
3. Adanya perubahan tidur: menjadi insomnia atau hipersomnia,
4. Adanya perubahan aktivitas
5. Merasa kelelahan dan kehilangan energy
6. Munculnya perasaan bersalah atau tidak berharga yang berlebihan dan sebenarnya tidak pantas muncul
7. Mengalami penurunan konsentrasi

8. Memiliki pikiran berulang tentang kematian (tidak hanya takut mati), adanya keinginan bunuh diri berulang tanpa rencana spesifik, usaha bunuh diri, atau rencana spesifik untuk melakukan bunuh diri.

Gejala depresi ini muncul dalam berbagai perilaku, ada yang menunjukkan tidak bersemangat ketika di sekolah, tidak mau berinteraksi dengan teman-teman sebaya, menangis tanpa sebab, ataupun menjadi sangat sensitif dan mudah marah.

Depresi dapat menyebabkan seseorang kehilangan minat dalam segi apapun. Depresi juga membuat seseorang tidak memiliki nafsu makan atau minum, yang akan menyebabkan individu tersebut sakit. Banyak sekali dampak negative dari depresi, depresi akan membuat seseorang berfikir untuk melakukan bunuh diri karena mereka berfikir bahwa permasalahan yang mereka hadapi tidak akan selesai, dan mereka memilih untuk bunuh diri untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang mereka hadapi.

Remaja yang mengalami depresi akan terus berpikir dan mengembangkan pikiran negative serta menyimpang. Remaja cenderung akan selalu menyalahkan dirinya sehingga akan menyebabkan terjaidnya penyimpangan kognitif baik terhadap dirinya, lingkungan maupun masa depannya. Hal tersebut akan membuat remaja dengan depresi akan selalu menafsirkan hal-hal yang terjadi di sekitarnya secara negative serta mengambil keputusan yang tidak tepat.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Depresi

Menurut (Santrock, 2003) menyatakan bahwa faktor-faktor penyebab depresi tersebut antara lain :

- 1) Penyebab biogenetis dan lingkungan sosial
- 2) Faktor keluarga, seperti ketidakhadiran orang tua secara emosional atau terjadinya konflik perceraian orang tua
- 3) Terbatasnya antara hubungan sahabat/teman yang sebaya

- 4) Learned helplessness, adalah munculnya perasaan tidak berdaya akibat penekanan dari diri sendiri, kemandirian, serta menurunnya penekanan terhadap hubungan keluarga dan agama.

Menurut Brogan dalam (Dianovinina, 2018 : 71), mengatakan faktor-faktor penyebab depresi yaitu :

- 1) Faktor genetik
- 2) Faktor biologi
- 3) Faktor lingkungan
- 4) Faktor psikologis

Berdasarkan ketiga faktor dapat disimpulkan bahwa adanya gangguan multifaktor yaitu faktor keluarga, seperti ketidakhadiran orang tua secara emosional atau terjadinya konflik perceraian orang tua, faktor genetik, faktor lingkungan. Berpikiran untuk menyalahkan diri sendiri dan gangguan mood.

Banyak faktor penyebab depresi seperti salah satunya faktor genetik yang artinya bahwa salah satu faktor yang diketahui memiliki andil dalam risiko seseorang mengalami depresi. Para ahli menyebutkan bahwa sekitar 40% penderita depresi juga memiliki keluarga yang depresi, sementara 60% nya mengalami depresi karena faktor lingkungan dan faktor lainnya.

Depresi sering kali dipicu oleh situasi kehidupan yang sangat menegangkan atau peristiwa lain seperti kematian orang yang dicintai, pindah sekolah, perceraian, kesulitan keuangan atau kehilangan pekerjaan.

Pikiran negatif dalam pikiran seseorang bisa menjadikan faktor psikologis penting yang menumbuhkan depresi. Terutama saat dia harus melalui berbagai situasi sulit yang membuatnya menderita secara emosional.

Gejala-gejala dari depresi pada remaja sering ditandai dengan perasaan mudah tersinggung, tertekan, takut, tidak bersemangat, sedih, konflik dengan teman, dan konflik dengan keluarga. perilaku remaja yang

mengalami depresi juga berubah, jika sebelumnya remaja senang bermain dengan teman-temannya namun sekarang remaja lebih suka menyendiri atau tidak dapat bersosialisasi dengan lingkungan.

3. Program Pelayanan Bimbingan dan Konseling

a. Pengertian Program Bimbingan dan Konseling

Agar pelayanan dan konseling di sekolah dapat terlaksana secara efektif dan efisien serta tujuannya dapat tercapai secara efektif dan efisien maka harus disusun programnya secara terencana dan sistematis. Dengan kata lain yaitu pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah perlu direncanakan dan dinilai secara sistimatis sehingga manfaatnya bisa di rasakan oleh semua pihak.

Adapun pengertian program bimbingan dan konseling menurut (sukardi, 2003) “ merupakan rencana kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling yang aka dilaksanakan pada periode waktu tertentu, seperti bulanan, semesteran atau tahunan.

Selanjutnya (Tohirin, -) juga mengemukakan bahwa program bimbingan dan konseling adalah “suatu rangkaian kegiatan bimbingan dan konseling yang tersusun secara sistimatis, terencana, terkoordinasi selama periode tertentu.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan dipahami bahwa program bimbingan dan konseling adalah suatu rencana yang sistimatis untuk melaksanakan kegiatan bimbingan dan konseling yang akan dilaksanakan pada periode tertentu. Program bimbingan dan konseling yang dirumuskan oleh guru pembimbing merupakan pedoman kerja dan acuan dalam mencapai tujuan pelayanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa.

Pembuatan program bimbingan dan konseling yaitu salah satu tugas pokok dari seorang guru bimbingan dan konseling yang akan dilakukan

dapat berjalan dengan efektif sesuai dengan kebutuhan siswa. (Daryono, 2014) menyatakan bahwa :

Program bimbingan dan konseling yaitu landasan kerja utama untuk guru bimbingan dan konseling dalam pemberian layanan kepada siswa, karena program kerja merupakan rencana kegiatan yang sudah guru bimbingan dan konseling buat untuk satu tahun ajaran sekolah tanpa adanya program kerja maka layanan yang ingin dijalankan guru bimbingan dan konseling tidak akan berjalan dengan lancar karena terlaksananya kegiatan bimbingan dan konseling dengan lancar tidak bisa lepas dari perencanaan yang baik.

Untuk membentuk program layanan bimbingan dan konseling yang berkualitas dan baik perlu adanya landasan atau dasar untuk merumuskan program yang sesuai dengan kebutuhan siswa, maka dari perlu adanya tahapan perencanaan, penyebaran asesment kebutuhan siswa, dan audit program sebelum dijalankan untuk mengetahui sejauh mana program tersebut sudah terlaksana dan mencapai tujuan yang dicapai. Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen dalam keseluruhan sistem pendidikan khususnya disekolah. Program bimbingan dan konseling sekolah yang disusun dan digunakan belum melalui analisis kebutuhan, sehingga pelayanan yang diberikan tidak berdasarkan kebutuhan siswa, selain itu pelayanan yang diberikan bersifat kuratif, insidental, belum terstruktur dan sistematis.

Program bimbingan dan konseling adalah rencana yang sistematis untuk melaksanakan kegiatan bimbingan dan konseling yang akan dilaksanakan pada periode tertentu. Program bimbingan dan konseling yang dirumuskan oleh guru pembimbing merupakan pedoman kerja atau acuan dalam mencapai tujuan pelayanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa.

b. Tujuan Program dalam Bimbingan dan Konseling

Program yang dibuat oleh guru pembimbing tidak terlepas dari kebutuhan siswa karena tujuan dari bimbingan dan konseling itu sendiri adalah terentasnya masalah-masalah yang dialami siswa.

Menurut (sukardi, 2003) tujuan program bimbingan dan konseling itu sendiri yaitu :

a. Tujuan umum program pelayanan bimbingan dan konseling

Setelah para siswa memperoleh pelayanan bimbingan dan konseling, maka tujuan yang ingin dicapai adalah:

- 1) Agar para siswa dapat mengembangkan pengertian dan pemahaman diri untuk mencapai kemajuan di sekolahnya. Artinya pelayanan bimbingan dan konseling yang di susun hendaknya mampu memfasilitasi siswa, agar siswa yang menjadi sasaran pelayanan mampu mengembangkan pengertian dan pemahaman dirinya baik itu kekuatan maupun hubungan sosial dalam lingkungan sekolah.
- 2) Agar siswa mengembangkan pengetahuan tentang dunia kerja, kesempatan kerja serta tanggung jawab dalam meraih peluang dan memilih suatu kesempatan kerja tertentu sesuai dengan tingkat pendidikan dan keterampilan yang disyaratkan. Artinya program pelayanan bimbingan dan konseling yang disusun hendaknya mampu mengembangkan pengetahuan siswa dalam berbagai hal tentang dunia kerja dan peluang serta kesempatan yang ada. Serta bagaimana meraih peluang kerja yang ada dan memilih suatu kesempatan kerja tertentu sesuai dengan tingkatan pendidikan dan keterampilan yang disyaratkan.
- 3) Agar siswa dapat mewujudkan penghargaan terhadap kepentingan diri dan orang lain, artinya program pelayanan yang disusun diharapkan tidak hanya membantu siswa dalam memahami dirinya dan juga dalam mewujudkan dirinya.
- 4) Agar siswa dapat mengembangkan kemampuan untuk memilih dan mempertemukan pengetahuan tentang dirinya dengan informasi tentang peluang dan kesempatan yang ada secara tepat dan bertanggung jawab.

b. Tujuan khusus program pelayanan bimbingan dan konseling

Adapun tujuan khusus program pelayanan bimbingan dan konseling yang harus di capai adalah:

- 1) Agar para siswa memiliki kemampuan untuk mengatasi kesulitan dalam memahami dirinya sendiri.
- 2) Agar para siswa memiliki kemampuan untuk mengatasi kesulitan dalam memahami lingkungan, termasuk lingkungan sekolah, keluarga, dan kehidupan masyarakat yang lebih luas
- 3) Agar para siswa memiliki kemampuan untuk mengatasi kesulitan dalam mengidentifikasi dan memecahkan masalah yang dihadapinya baik itu menyangkut masalah yang dihadapinya baik itu menyangkut masalah masalah pribadi, sosial, belajar, karier, keluarga, atau masalah keberagamaan.

Tujuan program bimbingan dan konseling di atas menjelaskan bahwa setelah siswa memperoleh pelayanan bimbingan dan konseling yang ingin dicapai adalah supaya siswa dapat memahami diri sendiri, berhubungan sosial yang baik serta dapat mengetahui dunia kerja yang akan dipilih sesuai dengan kondisi diri. Selain itu siswa juga diharapkan dapat menyelesaikan dan mengatasi kesulitan-kesulitan yang dialami baik itu memahami diri sendiri, hubungan dalam keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, masalah pribadi, sosial, belajar dan karir serta siswa dapat mengembangkan potensi yang dimiliki seoptimal mungkin. Program bimbingan dan konseling juga dapat mengetahui apa yang menjadi sasaran dan ruang lingkup bimbingan dan konseling itu sendiri sendiri tidak terjadi kesalahpahaman terhadap bimbingan dan konseling yang selama ini terjadi di dunia pendidikan.

Menurut (Kosasi, 2007) bahwa program bimbingan dan konseling yang disusun dengan baik dan rinci akan memberikan banyak keuntungan, seperti:

- 1) Memungkinkan para petugas menghemat waktu, usaha, biaya dengan menghindari kesalahan-kesalahan dan usaha coba-coba yang tidak menguntungkan.
- 2) Memungkinkan siswa untuk mendapatkan layanan bimbingan secara seimbang dan menyeluruh, baik dalam hal kesempatan ataupun dalam jenis layanan bimbingan yang diperlukan.

- 3) Memungkina setiap petugas untuk mengetahui dan memahami perannya masing-masing dan mengetahui bagaimana dan di mana mereka harus melakukan upaya secara tetap
- 4) Memungkinkan para petugas untuk menghayati pengalaman yang sangat berguna untuk kemajuannya sendiri dan untuk kepentingan siswa yang dibimbingnya.

Kutipan di atas menegaskan bahwa program bimbingan dan konseling memiliki manfaat yang cukup besar, baik itu dari segi guru pembimbing maupun dari segi siswa. Bagi guru pembimbing program bimbingan dan konseling memiliki manfaat dapat menghemat waktu dan biaya serta dapat memahami peran dan tugas masing-masing. Sedangkan bagi siswa dengan adanya program bimbingan dan konseling siswa mendapatkan layanan bimbingan dan konseling yang efektif dan sesuai kebutuhan mereka.

c. Macam-Macam Program dalam Bimbingan dan Konseling

Departemen pendidikan nasional (Naskah pengembangan bimbingan dan konseling Sekolah Menengah Atas) menjelaskan bahwa, ada beberapa jenis atau macam program yang dapat disusun oleh guru pembimbing, (depdiknas, 2005) menyatakan bahwa :

- 1) Program tahunan adalah program yang dilaksanakan secara penuh untuk kurun waktu satu tahun, yang merupakan akumulasi, sinkronisasi dan rekapitulasi dan seluruh kegiatan konseling selama satu tahun untuk masing-masing sekolah.
- 2) Program semesteran adalah program yang dilaksanakan secara penuh untuk kurun waktu satu semester tertentu dalam satu tahun ajaran, yang merupakan jabaran dari progam tahunan.
- 3) Program bulanan yaitu program yang dilaksanakan secara penuh untuk kurun waktu satu bulan dalam satu semester, yang merupakan jabaran dari program semesteran.
- 4) Program mingguan merupakan program yang dilaksanakan secara penuh untuk kurun waktu satu minggu tertentu dalam sau bulan, yang merupakan jabaran dari program bulanan.

- 5) Program harian, yaitu program yang langsung dilaksanakan hari-hari tertentu dalam satu minggu. Program harian ertuang dalam Satuan Layanan (SATLAN) dan satuan kegiatan pendukung (SATKUNG)

Dapat di jelaskan bahwa program konseling terdiri dari program tahunan, program semesteran, program bulanan, program mingguan dan program harian. Program konseling dilakukan secara continue dari waktu ke waktu sesuai dengan program yang sudah dibuat.

d. Langkah-langkah Pembuatan Program

Suatu program bimbingan dan konseling disusun berdasarkan pada suatu kerangka berfikir tertentu, yang dapat mempengaruhi pola dasar yang dipegang dalam mengatur kegiatan-kegiatan konseling yang diadakan oleh berbagai pihak. Untuk membuat program bimbingan dan konseling sebaiknya guru pembimbing atau guru BK memperhatikan hal-hal yang dapat menunjang dalam pembuatan program tersebut. Menurut (sukardi, 2003) penyusunan program layanan bimbingan dan konseling hendaknya memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Program bimbingan dan konseling hendaknya disusun oleh seluruh staf bimbingan dan konseling dengan memperhatikan personal sekolah (guru, wali kelas, staf tata usaha, dan staf sekolah lainnya) serta disetujui oleh kepala sekolah.
- 2) Program bimbingan konseling harus disusun sesuai dengan kebutuhan sekolah.
- 3) Penyusunan program bimbingan dan konseling hendaknya menunjang program sekolah.
- 4) Program bimbingan dan konseling hendaknya disusun secara sederhana dan memiliki unsur keterlaksanaan.
- 5) Program bimbingan hendaknya disusun setiap awal tahun ajaran baru.

Berdasarkan uraian di atas, dapat di cermati bahwa ada banyak hal yang mesti diperhatiakn dalam penyusunan sebuah program pelayanan bimbingan dan konseling, di antaranya adalah: program pelayanan

bimbingan dan konseling yang dirumuskan melibatkan seluruh guru pembimbing dengan memperhatikan personal sekolah yang terkait dan disetujui oleh kepala sekolah. Di samping itu program pelayanan bimbingan dan konseling yang disusun disesuaikan dengan tujuan sekolah, keadaan personil-personil yang terkait di lingkungan sekolah, kondisi murid dengan segala kesulitan dan kebutuhannya, lingkungan sekolah dan sebagainya.

Program pelayanan bimbingan dan konseling yang dirumuskan disusun secara sederhana dan memiliki unsur keterlaksanaan, maksudnya dalam penyusunan program pelayanan bimbingan dan konseling, guru pembimbing dapat memperhatikan apakah program tersebut dapat dijalankan dengan baik atau tidak. Oleh karena itu dalam penyusunan program pelayanan, guru pembimbing perlu memperhatikan efektifitas dan efisiensi dari program tersebut, serta penyusunan program bimbingan dan konseling sebaiknya dilakukan pada awal tahun ajaran baru.

Selain itu dalam pembuatan program bimbingan dan konseling dibutuhkan kerjasama antara guru pembimbing dengan personil-personil sekolah yang lain agar program bimbingan dan konseling yang dibuat dapat efektif dan tujuan bimbingan dan konseling dapat di capai. Setelah guru pembimbing memperhatikan beberapa pertimbangan dalam pembuatan program maka guru pembimbing dapat menyusun program bimbingan dan konseling.

Program pelayanan bimbingan dan konseling yang dirumuskan disusun secara sederhana dan memiliki unsur keterlaksanaan, maksudnya dalam penyusunan program pelayanan bimbingan dan konseling, guru pembimbing dapat memperhatikan apakah program tersebut dapat dijalankan dengan benar atau tidak. Oleh karena itu penyusunan program pelayanan, guru bimbingan perlu memperhatikan efektifitas dan efisiensi

dari program tersebut, serta penyusunan program bimbingan dan konseling sebaiknya dilakukan pada awal tahun ajaran baru.

Selain itu dalam pembuatan program bimbingan dan konseling dibutuhkan kerjasama antara guru pembimbing dengan personil-personil sekolah sehingga program bimbingan dan konseling yang dibuat dapat efektif dan tujuan bimbingan dan konseling dapat tercapai dengan baik. Dalam penyusunan program bimbingan dan konseling perlu ditempuh langkah-langkah yang dapat dilakukan oleh guru pembimbing dalam merancang program pelayanan bimbingan dan konseling yaitu : (sudianto, 2005) menyatakan bahwa :

- 1) Analisis kebutuhan dan permasalahan
- 2) Adanya penentuan tujuan program layanan bimbingan yang hendak dicapai.
- 3) Analisis situasi dan kondisi sekolah.
- 4) Penentuan jenis-jenis kegiatan yang dilakukan.
- 5) Penetapan metode dan teknik yang akan digunakan dalam kegiatan.
- 6) Penetapan personil-personil yang akan melaksanakan kegiatan-kegiatan yang telah ditetapkan.
- 7) Persiapan fasilitas dan biaya pelaksanaan kegiatan bimbingan yang dilaksanakan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa dalam merancang program pelayanan bimbingan dan konseling yang efektif mesti memperhatikan langkah-langkah sebagai berikut : pertama, analisis kebutuhan dan permasalahan, maksudnya guru pembimbing sebelum merancang program pelayanan bimbingan dan konseling terlebih dahulu melaksanakan studi kebutuhan. Banyak cara yang dapat dilakukan oleh guru pembimbing dalam menganalisis kebutuhan siswa, di antaranya: tes IQ, mengadministrasikan AUM Umum, AUM PTSDL, ITP, Sosiometri, angket, leger siswa, absen siswa dan lainnya.

Kedua, sebelum merancang program pelayanan bimbingan dan konseling guru pembimbing mempertimbangkan tujuan yang akan dicapai dalam program pelayanan yang dibuat, maksudnya sebelum merancang program pelayanan bimbingan dan konseling, terlebih dahulu guru pembimbing membuat tujuan-tujuan yang akan dicapai dengan adanya program tersebut. Guru pembimbing dalam merumuskan tujuan program pelayanan bimbingan dan konseling juga mesti mempertimbangkan visi, misi sekolah dan tujuan pendidikan nasional.

Ketiga, analisis situasi dan kondisi sekolah, maksudnya sebelum merancang program pelayanan bimbingan dan konseling guru pembimbing mesti melakukan analisis terhadap lingkungan sekolah tempat guru pembimbing berada. Adapun yang perlu dianalisis oleh guru pembimbing adalah sarana dan prasarana yang tersedia, dana yang ada dan lainnya.

Keempat, jenis-jenis kegiatan yang dilakukan, maksudnya sebelum merancang program pelayanan bimbingan dan konseling guru pembimbing mesti memperhatikan jenis-jenis kegiatan yang akan dilakukan. Apakah jenis kegiatan tersebut bisa dilaksanakan atau tidak. Hal ini merupakan analisis dengan sendirinya guru pembimbing bisa mencocokkan jenis kegiatan yang dapat dilakukan.

Ketima, metode dan teknik yang akan digunakan dalam kegiatan, maksudnya adalah dalam merancang program pelayanan bimbingan dan konseling, guru pembimbing mesti menetapkan metode dan teknik yang cocok berkaitan dengan pelayanan yang akan diberikan. Adapun contoh-contoh metode yang dapat dilakukan oleh guru pembimbing adalah metode ceramah, diskusi, teknik drama, studi banding atau langsung pada objek layanan dan lainnya.

Keenam, penetapan personil-personil yang akan melaksanakan kegiatan-kegiatan yang telah ditetapkan, maksudnya adalah setelah

ditetapkan metode atau teknik yang akan digunakan maka tahap selanjutnya guru pembimbing dalam merancang program mesti menetapkan personil-personil atau ahli lain yang akan diikuti sertakan dalam pelaksanaan layanan nantinya. Contohnya: dari kepolisian sekaitan dengan materi obat-obat terlarang dan kenakalan remaja, dari kedokteran berkaitan dengan materi jasmani dan kesehatan siswa dan pihak-pihak lainnya.

Ketujuh, persiapan fasilitas dan biaya pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan, maksudnya adalah setelah ditentukan metode yang digunakan dan pihak atau ahli lain yang akan melaksanakan layanan, maka tahap selanjutnya guru pembimbing mesti mempersiapkan fasilitas yang dibutuhkan untuk pelaksanaan layanan tersebut serta biaya yang diperlukan untuk memberikan layanan tersebut.

Kedelapan, setelah guru pembimbing memperhatikan aspek-aspek di atas tahap selanjutnya guru pembimbing mesti memikirkan hambatan-hambatan yang akan ditemui dan guru pembimbing mesti memikirkan hambatan-hambatan tersebut, sehingga program yang akan dirancang bisa dilaksanakan dengan baik, efektif dan tepat sasaran.

Adapun menurut (Prayitno, 1997) syarat-syarat dari program bimbingan dan konseling itu sendiri yaitu :

- 1) Berdasarkan kebutuhan
Program bimbingan dan konseling yang dirancang hendaknya sesuai dengan kebutuhan dan kondisi siswa.
- 2) Lengkap dan menyeluruh
Program yang dirancang guru BK hendaknya memuat unsur-unsur konseling seperti fungsi konseling, layanan dan kegiatan pendukung, serta memenuhi prinsip dan asas-asas konseling. Kelengkapan program ini disesuaikan dengan kebutuhan siswa.
- 3) Sistematis
- 4) Terbuka dan luwes

Demi kelancaran dan kesempurnaan program konseling yang dibuat guru bk, maka guru bk mampu menerima masukan yang di berikan.

5) Kerjasama dengan berbagai pihak

Agar program konseling berjalan dengan baik dan efektif hendaknya ada kerja sama antara guru bk dengan anggota sekolah lainnya.

6) Menyelenggarakan penilaian

Penilaian tersebut dilakukan untuk melihat perkembangan peserta didik setelah mendapatkan layanan dari guru BK serta tindak lanjut yang dapat dilakukan berkenaan dengan layanan yang telah diberikan

e. Ciri-ciri Program Konseling yang Efektif

Bimbingan dan konseling yaitu bagian integral dan tidak dapat di pisahkan dari proses pendidikan dan memiliki kontribusi terhadap keberhasilan proses pendidikan di sekolah.

Program bimbingan dan konseling yang baik ialah suatu bentuk program apabila dilaksanakan di sekolah memiliki efisiensi dan efektifitas yang optimal. Ciri-ciri program konseling yang efektif yaitu:

- 1) Program tersebut hendaknya dikembangkan secara berangsur-angsur atau bertahap dengan tetap melibatkan semua unsur atau staf sekolah dala perencanaannya (wali kelas, guru mata pelajaran, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya).
- 2) Program tersebut harus memiliki tujuan yang ideal dan realitas dalam perencanaannya.
- 3) Program tersebut harus mencerminkan komunikasi yang kontiniu antara semua unsur atau staf sekolah yang bersangkutan.
- 4) Program tersebut hendaknya menyediakan atau memiliki fasilitas yang di perlukan.

- 5) Program tersebut hendaknya memberikan layanan kepada semua peserta didik.
- 6) Program tersebut menunjukkan peranan yang penting dalam menghubungkan sekolah dan masyarakat.
- 7) Program tersebut hendaknya menjamin keseimbangan dalam pelayanan. (sukardi, 1993) menyatakan bahwa :
 - a) Pelayanan kelompok dan individual
 - b) Pelayanan yang diberikan oleh berbagai jenis petugas bimbingan
 - c) Studi perorangan dan konseling perorangan
 - d) Penggunaan instrumentai atau teknik pengumpulan data yang objektif dan subjektif.
 - e) Pemberian jenis-jenis layanan
 - f) Pemberian layanan bimbingan dan konseling dan bimbingan kelompok.
 - g) Pemberian bimbingan tentang berbagai program sekolah.
 - h) Penggunaan sumber-sumber dari dalam maupun di luar sekolah bersangkutan.
 - i) Kebutuhan individu dan kebutuhan masyarakat secara luar.
 - j) Kesempatan berfikir merasa dan berbuat

Penyusunan program pelayanan bimbingan dan konseling yang efektif dan baik, ada banyak hal yang perlu diperhatikan oleh guru pembimbing. Program dapat dikatakan efektif apabila di dalam program tersebut dapat dikembangkan secara bertahap dan memperhatikan semua unsur yang bersangkutan, program pelayanan bimbingan dan konseling.

B. Penelitian yang Relevan

Berdasarkan tinjauan karya tulis yang relevan, dapat dilihat dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh beberapa ahli sebelumnya yaitu:

1. Kondisi psikologi anak dari keluarga yang bercerai (the conditions of child psychology toward family divorced), merupakan Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa 2014 jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu

Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Jember (UNEJ) oleh Wasil Sarbini, Kusuma Wulandari, S. Sos, M. Si.

Permasalahan yang terdapat di dalam penelitian ini ialah bagaimana kondisi psikologis siswa yang berasal dari keluarga yang orang tuanya telah berpisah (bercerai). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, sedangkan penentuan informan menggunakan teknik snowball sebagai penentuan informan karena databersifat menyebar dengan kriteria informan adalah anak yang sudah berumur 6-17 tahun yang ditinggalkan keluarganya bercerai.

2. Pengaruh perceraian orangtua bagi psikologis anak. Merupakan Artikel Ilmiah hasil penelitian dari IAIN Metro Lampung oleh Uswatun Hasanah.

Persamaan peneliti terdahulu dengan yang saya teliti adalah terletak pada yang akan diteliti dan model penelitiannya. Perbedaannya yaitu penelitian yang akan dilakukan sebelumnya untuk meneliti tentang Pengaruh perceraian orangtua bagi psikologis anak. Sedangkan peneliti sendiri ingin kondisi psikologis siswa yang orang tuanya bercerai dan rumusan program konselingnya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif dengan melakukan penelitian lapangan (*field research*). Penelitian ini memberikan gambaran yang factual tentang keadaan dan fenomena yang ada pada subjek penelitian.

Penelitian kualitatif adalah riset yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis dengan pendekatan induktif. Penelitian kualitatif proses penelitian dan landasan teori dilakukan sesuai dengan fakta di lapangan. Pendekatan kualitatif menekankan pada makna, penalaran, definisi suatu situasi tertentu (dalam konteks tertentu), serta lebih banyak meneliti hal-hal yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari (Rukin, 2019).

Penelitian kualitatif yaitu bersifat data dan alamiah yang dihasilkan berupa deskriptif. Pada pendekatan ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Penelitian ini memusatkan diri secara intensif pada satu objek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus. Data studi kasus dapat memperoleh dari semua pihak yang bersangkutan.

Objek penelitian kualitatif adalah seluruh bidang atau aspek kehidupan manusia, yakni manusia dan segala sesuatu yang di pengaruhi manusia. Objek itu di ungkapkan kondisinya sebagaimana adanya atau dalam keadaan sewajarnya, mungkin berkenaan dengan aspek atau bidang kehidupannya yang di sebut ekonomi kebudayaan, hokum, admisnistrasi, agama dan sebagainya. Penelitian kualitatif lebih penelitian yang dilakukan dalam *setting* tertentu yang ada dalam kehidupan riil dengan maksud mengidentifikasi dan memahami fenomena: apa yang terjadi, mengapa terjadi dan bagaimana terjadi (Luthfiyah, 2017).

Berdasarkan beberapa kutipan di atas penulis melakukan penelitian tentang bagaimana kondisi psikologi siswa yang orang tuanya bercerai. di SMP N Sungai Tarab yang mana penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang mana penulis mengumpulkan data dengan wawancara dan observasi. Penelitian kualitatif berusaha membuktikan fenomena dan mengumpulkan data sesuai dengan hasil wawancara dilapangan tentang pelaksanaan konseling individu dalam menangani dampak perceraian orang tua terhadap psikologis siswa di SMP N Sungai Tarab.

B. Latar dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dilaksanakan di SMP N 2 Sungai Tarab yang di fokuskan kepada siswa yang mengalami dampak perceraian orang tua.

C. Subjek Penelitian

Subjek dari penelitian ini adalah Guru BK dan siswa yang mengalami korban perceraian orang tua di SMP N 2 Sungai Tarab.

D. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kualitatif ini yang menjadi instrument atau alat penelitian yaitu peneliti sendiri sehingga peneliti harus membuat instrument untuk di validasi.

E. Sumber Data

Sumber data yaitu sesuatu yang menjadi tempat atau objek data yang diperoleh. Sumber data primer merupakan sumber data yang memberikan data kepada pengumpulan data.

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer yaitu sumber data utama yang memperikan data informasi secara langsung, serta sumber data tersebut memiliki masalah pokok penelitian sebagai bahan informasi yang dicari. Sumber data primer ini yaitu 2 orang siswa yang menjadi korban perceraian orang tua di SMP N 2 Sungai Tarab.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder yaitu data yang dijadikan sebagai pendukung atau data tambahan yang dapat memperkuat data pokok. Data dikatakan tidak langsung karena diperoleh dari pihak-pihak yang terlibat di dalamnya seperti orang tua, teman, guru BK, dan orang tua.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yaitu langkah utama dalam penelitian, dengan teknik pengumpulan data, penelitian akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang di tetapkan. Teknik yang penulis gunakan yaitu teknik observasi, wawancara dan dokumentasi.

1. Pengamatan

Pengamatan dengan sistematis terhadap gejala yang mantap pada objek penelitian. Metode pengamatan atau observasi digunakan untuk mengetahui psikologi siswa yang orang tuanya bercerai di SMP N 2 Sungai Tarab.

2. Wawancara

Wawancara yaitu salah satu teknik yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Metode wawancara atau *interview* dilakukan dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden atau orang yang akan di wawancara.

Wawancara bertujuan mencatat opini, perasaan, emosi yang berkaitan dengan individu atau responden. Dengan melakukan wawancara peneliti mampu memperoleh data yang banyak sehingga peneliti mampu mengetahui hal-hal yang tidak diketahui oleh si peneliti.

Penelitian ini menggunakan wawancara secara terstruktur dan tidak terstruktur. Menurut (Sugiono, 2010) “Langkah-langkah yang dilakukan peneliti adalah menetapkan kepada siapa wawancara ini akan dilakukan, menyiapkan pokok-pokok yang akan dibicarakan, menulis hasil wawancara ke dalam catatan lapangan, dan mengidentifikasi tindak lanjut wawancara yang

telah diperoleh”. Hasil wawancara akan dirubah dalam bentuk verbatim dengan cara menuliskan setiap kata per kata percakapan dalam wawancara. Peneliti telah menyiapkan panduan wawancara terstruktur

Tabel 1
Kisi-Kisi Wawancara

NO	FOKUS	Sub Fokus	Indikator
1.	Kondisi Psikologis Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai Dan Rumusan Program Konselingnya	Kecemasan	a. Gejala Fisik <ol style="list-style-type: none"> 1. Sedih 2. Mudah Marah (Sensitif) 3. Psikosomatik
			b. Gejala Behavioral <ol style="list-style-type: none"> 1. Perilaku Menghindar 2. Perilaku Terguncang 3. Perilaku Menarik Diri Dari Hubungan Interpersonal
			c. Gejala Kognitif <ol style="list-style-type: none"> 1. Khawatir tentang sesuatu, 2. Takut
		Emosi <ol style="list-style-type: none"> a. Marah b. Takut c. Khawatir 	
		Depresi <ol style="list-style-type: none"> a. Rasa putus asa dan tidak berdaya b. Takut 	

G. Teknik Analisis dan Interpretasi Data

Analisis data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi, wawancara dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang sedang diteliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan bagi orang lain (Rijali, 2018).

Analisis data kualitatif yaitu salah satu prinsip utama memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan termasuk di bidang pariwisata. Jenis data yang diperoleh dalam penelitian kualitatif (dalam bentuk kata atau kalimat) menuntut peneliti untuk mampu mereduksi, mengorganisir dan menginterpretasi data tersebut (junaid, 2018).

Data yang diperoleh dalam penelitian kualitatif dengan menggunakan model analisis data. Tahap analisis dilakukan berulang-ulang sampai data tersebut selesai dikumpulkan pada setiap tahap. Tahap analisis tersebut adalah sebagai berikut.

1. Menelaah seluruh data yang dikumpulkan. Penelaah data yang telah terkumpul baik melalui pengamatan maupun secara wawancara. Kegiatan penelaah dilakukan secara menyeluruh sejak awal data dikumpulkan.
2. Reduksi data atau penyerdehan data dan pengklasifikasian.
3. Semua data terkumpul dikelompok-kelompokkan dan diseleksi, data yang relevan dianalisis dan tidak relevan di buang.
4. Menyimpulkan.

H. Teknik Penjaminan Keabsahan Data

Untuk menetapkan keabsahan (trustworthiness) data penulis menggunakan teknik triangulasi. Teknik triangulasi adalah pengecekan dengan cara pemeriksaan ulang. Pemeriksaan ulang bisa dan biasa dilakukan sebelum dan sesudah data dianalisis. Pemeriksaan dengan cara triangulasi dilakukan untuk meningkatkan derajat dan kepercayaan dan akurasi data. Triangulasi dilakukan dengan tiga triangulasi sumber, metode, dan waktu (Sugiyono,

2016:254).

Triangulasi adalah suatu cara mendapatkan data yang benar-benar absah dengan menggunakan pendekatan metode ganda. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data dengan cara memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu sendiri, untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Triangulasi ada beberapa macam yaitu :

1. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber berarti membandingkan mengecek ulang derajat kepercayaan satau informasi yang diperoleh melalui sumber yang berbeda. Misalnya membandingkan hasil pengamatan dengan wawancara, membandingkan antara apa yang dikatakan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi, membandingkan hasil wawancara dengan hasil observasi.

2. Triangulasi teori

Triangulasi teori adalah memanfaatkan dua teori atau lebih untuk diadu atau dipadu. Untuk itu diperlukan rancangan penelitian pengumpulan data dan analisis data yang lebih lengkap, dengan demikian akan dapat memberikan hasil yang lebih komprehensif.

3. Triangulasi waktu

Triangulasi waktu digunakan untuk validitas data yang berkaitan dengan perubahan suatu proses dan prilaku manusia, karena perilaku manusia mengalami perubahan dari waktu ke waktu. Untuk mendapatkan data yang sah melalui observasi, peneliti perlu mengadakan pengamatan tidak hanya satu kali pengamatan saja.

4. Triangulasi peneliti

Triangulasi peneliti adalah menggunakan lebih dari satu peneliti dalam mengadakan observasi atau wawancara. Karena masing-masing peneliti mempunyai gaya,sikap,sikap, dan persepsi yang berbeda dalam mengamati fenomena yang sama. Pengamatan dan wawancara dengan menggunakan

dua atau lebih pengamat atau pewawancara akan dapat memperoleh data yang lebih absah. Sebelumnya tim peneliti perlu mengadakan kesepakatan dalam menentukan kriteria atau acuan pengamatan dan wawancara.

5. Triangulasi metode

Triangulasi metode adalah usaha mengecek keabsahan data, atau mengecek keabsahan temuan penelitian. Triangulasi metode dapat dilakukan dengan menggunakan lebih dari satu teknik pengumpulan data untuk mendapatkan data yang sama. Pelaksananya juga dapat dengan cara cek dan recek.(Bachri :2010:56).

Dari lima macam cara triangulasi diatas maka penulis hanya menggunakan satu cara saja yaitu triangulasi sumber.

BAB IV

TEMUAN/HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Penelitian

Jenis dan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk menjelaskan dan menggambarkan fenomena-fenomena yang terjadi dilapangan, sebagaimana adanya maka peneliti akan menggambarkan peristiwa-peristiwa yang terjadi dilapangan sesuai dengan data yang diperoleh secara kualitatif. Peneliti mendeskripsikan tentang fenomena kondisi psikologis siswa yang orang tuanya bercerai dan rumusan program konselingnya di SMPN 2 Sungai Tarab. Subjek penelitian ini adalah 1 orang siswa korban perceraian orang tua di SMPN 2 Sungai Tarab.

B. Hasil Penelitian

Teknik penelitian menggunakan wawancara langsung yang bertujuan untuk memperoleh suatu hasil dari penelitian tentang kondisi psikologis siswa yang orang tuanya bercerai dan rumusan program konselingnya di SMPN 2 Sungai Tarab. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini penulis menggunakan metode wawancara (interview). Pengumpulan data dengan metode wawancara penulis lakukan ialah menggunakan pedoman wawancara terstruktur sebagai panduan untuk menanyakan aspek yang akan diungkapkan terkait dengan judul penelitian yang peneliti lakukan. Subjek penelitian ini adalah 1 orang siswa korban perceraian orang tua.

Sebelum penulis menguraikan lebih lanjut, penulis memaparkan terlebih dahulu beberapa sub fokus yang terkait dengan kondisi psikologis siswa yang orang tuanya bercerai dan rumusan program konselingnya di SMPN 2 Sungai Tarab, sebagai berikut :

1. Kondisi psikologis siswa yang orang tuanya bercerai
2. Rumusan program konselingnya

Hasil penelitian ini diperoleh dari wawancara kepada informan penelitian tentang bagaimana gambaran kondisi psikologis anak yang menjadi korban perceraian orang tuanya.

1. Gambaran kondisi psikologis anak korban perceraian sebelum terjadinya perceraian

Banyak dampak negative yang terjadi pada anak-anak akibat perceraian orang tua. Anak adalah korban yang paling terluka ketika ayah ibunya memutuskan untuk bercerai. Anak merasakan ketakutan, ketika orangtua bercerai, anak takut tidak akan mendapatkan kasih sayang ayah ibunya yang tidak tinggal satu rumah. Banyak factor yang melatar belakangi alasan terjadinya perceraian orang tua, peneliti mencoba menanyakan kepada informan apa yang melatar belakangi terjadinya perceraian orangtuanya.

Saya tidak tahu kak, yang saya tahu orang tua saya sering bertengkar ketika di rumah kak. Terkadang juga meributkan tentang masalah ekonomi kak.

Alasan yang melatarbelakangi terjadinya perceraian orangtua informan karena adanya permasalahan ekonomi. Setelah terjadinya perceraian orang tua, RA menjadi kurang terbuka terhadap orang lain menyangkut perceraian orangtuanya termasuk kepada guru di sekolah dan juga teman-temannya. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang di sampaikan oleh guru BK RA.

Selama ini dia orangnya agak tertutup, jadi menyangkut masalah kedua orangtuanya yang bercerai dia tidak mau menceritakannya.

Menurut (Dariyo, 2008) perceraian yaitu peristiwa yang sebenarnya tidak direncanakan dan dikehendaki kedua individu yang sama-sama terikat perkawinan. Perceraian merupakan terputusnya keluarga karena salah satu atau kedua pasangan memutuskan untuk saling meninggalkan sehingga mereka berhenti melakukan kewajibannya sebagai suami isteri. RA menjadi kurang terbuka

terhadap permasalahan perceraian orang tuanya, karena itu bukan sesuatu yang dikehendaki oleh orang tua maupun oleh RA. Sehingga RA merasa orang tuanya gagal menjalankan kewajibannya sebagai orang tua yang utuh.

Lalu peneliti menanyakan bagaimana perasaan RA ketika orang tuanya masih bersatu sebelum memutuskan bercerai. Hal ini nampak pada pernyataan RA yaitu

Bahagia sekali kak, saya bisa melihat ayah sama ibu setiap hari, berbeda dengan sekarang kak (RA)

RA sebenarnya anak yang ceria kak, sebelum orang tuanya bercerai dia jarang sekali menunjukkan sikap yang murung. Dia juga memiliki empati yang tinggi sebelumnya (teman RA)

Kondisi emosi dibagi menjadi beberapa bagian antaranya mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri dan mengenali emosi orang lain. Informan cukup mengenali emosi orang lain. Apabila informan sedang mempunyai masalah informan berusaha untuk menyelesaikannya. Walaupun informan pendiam tetapi informan termasuk anak periang dan ceria.

2. Gambaran kondisi psikologi anak setelah orang tuanya memutuskan untuk bercerai

Informan merupakan anak kedua, ekspresi emosi informan tampak kacau semenjak orang tuanya memutuskan bercerai. Seperti dicerminkan oleh rasa takut, tidak berani memandang, tidak berani bicara kalau tidak didesak untuk berbicara dan penuh rasa curiga. Kondisi traumatis yang muncul pada diri informan akibat perceraian orang tua mengakibatkan informan mengalami gangguan dalam beraktivitas menjalankan kehidupan sehari-hari dalam kehidupannya.

Sikap pendiam lebih mendominasi perilaku RA sehari-hari di sekolah. RA mengenali emosi yang terjadi dalam dirinya akan tetapi tidak ada keinginan untuk mengubahnya. Seperti contohnya pada saat

RA bergabung dengan teman-teman sebayanya RA hanya diam saja. RA terlalu larut dalam perasaannya, sehingga mengakibatkan yang terlalu mendalam dalam diri RA. Hal ini nampak dalam pernyataan RA yaitu

Saya sangat sedih sekali kak, waktu itu ibu saya mengatakan akan bercerai dengan ayah saya. Saya sampai tidak tahu harus berbuat apa waktu itu kak.

Sedih kak, kadang saya iri kak melihat teman-teman saya memiliki keluarag yang utuh.

RA kurang sekali dalam mengelola emosi bahkan kecendrungan tidak mampu mengelola emosi bahkan kecendrungan tidak mampu megelola emosi dengan baik. Teman RA mengatakan bahwa RA sering terlihat menyendiri. Hal ini nampak pada pernyataan teman RA yaitu

RA menjadi berubah, RA menjadi lebih suka menyendiri dan sering murung kak

RA susah untuk berhubungan dengan orang lain, RA merupakan anak yang pasif, baik dirumah maupun di sekolahnya RA selalu menunjukkan sikap diamnya tanpa ekspresi apapun kecuali murung. RA hanya bisa memperhatikan saja keberadaan teman-temannya pada saat jam istirahat. RA tidak bisa bersosialisasi dengan teman-temannya, RA kurang bisa menjaga hubungan baik dengan teman-temannya. Dalam berteman RA memilikih teman-teman yang benar-benar cocok sesuai menurutnya. Hal ini nampak pada pernyataan guru BK yaitu

Iya ada, perubahannya sangat terlihat jelas. Sekarang anaknya menjadi tertutup dengan orag lain

Semanjak orang tuanya bercerai dia menjadi lebih pendiam, yang saya tahu dari teman-temannya kalau ada yang bercerita tentang keluarga dia lebih banyak diam

Dari pernyataan dari teman dan guru BK informan di ketahui bahwa informan semenjak orang tuannya bercerai menjadi pendiam dan lebih tertutup. Dampak negative yang di alami anak ketika orang tuanya

bercerai salah satunya anak akan lebih pendiam. Begitu juga yang dialami oleh informan, dua informan merupakan anak yang ceria, mudah bersosialisasi dengan orang teman-temannya.

3. Dampak yang akan terjadi pada anak terhadap kasus perceraian orang tuanya.

Informan menunjukkan perasaan sedih ketika berhadapan dengan orang lain, yang di cerminkan dari sikap dan prilakunya dalam berhubungan dengan teman-teman sebanya dan lingkungan sosialnya. Informan mengalami kesulitan dalam beradaptasi, tidak bisa menyesuaikan diri dalam lingkungan sosialnya dan kegagalan dalam menjalin hubungan dengan teman-teman sebayanya. Proses adaptasi yang dilakukan anak mengalami masalah. RA akhirnya menarik diri, baik pergaulan di sekolah maupun di lingkungan rumahnya. Informan menjadi minder dan malu untuk bergaul dengan teman-temannya karena berasal dari keluarga yang tidak utuh. Tentunya ini juga mengakibatkan RA tidak memiliki keceriaan seperti anak-anak lain yang seusia dengannya. Hal ini nampak pada pernyataan teman RA dan guru BK sebagai berikut

Dia sekarang menjadi susah bergaul kak, lebih menutup diri dan tidak mau aktif keluar rumah kak. Mungkin dia malu kak kalau ada yang menanyakan tentang ibunya (teman RA)

Iya, saat ini dirinya mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan menyesuaikan diri dalam lingkungan sosialnya. Dirinya menjadi malu bergaul dengan teman-temannya karena keluarganya sudah tidak utuh (guru BK)

Terjadinya ketidak berfungsinya keluarga menyebabkan RA kehilangan perhatian, kasih sayang dan semangat hidupnya, secara tidak langsung RA yang duduk di bangku sekolah menjadi malas mengerjakan aktifitas kesehariannya, sehingga dapat mengganggu konsentrasi belajar anak yang berakibat pada prestasi RA di sekolah yang cenderung menjadi rendah. Hal ini juga di dukung oleh teman subjek dan guru BK yaitu

Saat ini dia lebih suka diam kak, memang dia rajin mengumpulkan tugasnya tetapi kalau ada yang dia tidak mengerti dia lebih suka diam, jadi sekarang prestasinya di kelas agak menurun (teman RA)

Sekarang prestasinya menurun drastis semenjak orang tuanya bercerai, anaknya sekarang lebih suka diam dan pasif selama di kelas, jadi prestasinya sekarang agak menurun (guru BK)

Perceraian yang dirasakan anak merupakan tekanan batin yang sangat menyakitkan, karena pada umumnya setiap anak menginginkan hidup dalam keluarga yang utuh, adanya kehadiran orang tua di sepanjang perjalanan kehidupannya. Anak yang orang tuanya bercerai mengalami hidup yang tidak sehat secara mental dan tidak bahagia. Perceraian merupakan suatu penderitaan, suatu pengalaman traumatis bagi anak. Berbagai kepedihan dirasakan anak seperti terluka, bingung, marah, dan merasa tidak aman. Kondisi traumatis yang muncul pada diri anak akibat perceraian orang tua mengakibatkan anak-anak mengalami gangguan dalam beraktivitas menjalankan kehidupan sehari-hari, kesulitan beradaptasi, tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dan kegagalan dalam menjalin hubungan dengan teman-teman sebayanya. Proses adaptasi yang dilakukan anak mengalami masalah. Anak akan menarik diri, baik di pergaulan di sekolah maupun pergaulan di lingkungan rumahnya. Anak menjadi minder dan malu untuk bergaul dengan teman-teman karena berasal dari keluarga yang tidak utuh yang tentunya ini pula mengakibatkan anak tidak memiliki keceriaan seperti anak-anak lain yang seusia dengannya.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian seperti diuraikan diatas dapat disimpulkan perceraian seringkali berakhir menyakitkan bagi pihak-pihak yang terlibat, termasuk di dalamnya adalah anak. Perceraian dapat menimbulkan stress, murung, dan trauma untuk memulai hubungan baru dengan lawan jenis.

Berdasarkan analisis data terkait dengan kondisi Psikologis Anak yang Orang Tuanya bercerai

1. Kondisi Psikologis Anak yang Orang Tuanya bercerai

Pada umumnya orang tua lebih siap menghadapi perceraian tersebut dibandingkan anak-anak mereka. Hal tersebut karena sebelum mereka bercerai biasanya proses berpikir dan pertimbangan yang panjang, sehingga sudah ada suatu persiapan mental dan fisik. Namun tidak demikian halnya dengan anak, ia tiba-tiba saja harus menerima keputusan yang telah dibuat oleh orangtua, tanpa sebelumnya punya ide atau bayangan bahwa hidup mereka akan berubah. Dampak yang dirasakan anak ketika orang tuanya bercerai yaitu :

a. Sedih

Seorang anak akan merasa nyaman dengan orang tuanya yang harmonis namun sebaliknya ia akan bersedih jika orang tua mereka berpisah atau bercerai dan saat sudah remaja merasa kehilangan. Anak-anak yang orangtuanya bercerai menampilkan beberapa gejala fisik dan stres akibat perceraian tersebut seperti insomnia (sulit tidur), kehilangan nafsu makan yang semuanya itu berasal dari kesedihan yang dialami. Sebab fase anak yang berumur 6-17 tahun merupakan fase belajar menyesuaikan diri dan lingkungannya. Namun, perceraian orangtua tetap menorehkan luka batin yang menyakitkan bagi mereka. Sehingga anak tersebut menjadi 'penyedih' atas apa yang dilakukan oleh orang tuanya; yang bercerai.

Berdasarkan temuan lapangan dan hasil wawancara yang telah penulis lakukan dengan RA, teman RA dan juga guru BK mengenai kondisi psikologis anak yang korban perceraian maka di tarik kesimpulan anak mengalami kesedihan yang mendalam ketika mengetahui orang tuanya bercerai, ana juga menjadi murung dan suka menyendiri.

Menurut (Hasanah, 2019), “Perceraian yang terjadi menimbulkan banyak hal yang tidak menyenangkan dan kepedihan yang dirasakan semua pihak, termasuk kedua pasangan, anak-anak, dan kedua keluarga besar dari pasangan tersebut”. Kesedihan yang muncul bagi anak yang menjadi korban perceraian keluarganya antara lain, orang tua sudah tidak menghiraukan anaknya lagi dan biasanya anak tersebut di asuh oleh kakek/nenek dari pihak ayah atau ibu.

Dengan begitu, sangat wajar sekali, anak akan merasa sedih dengan yang dialaminya. Kesedihan yang dialami anak-anak akan berpengaruh terhadap kehidupannya di masa mendatang. Kesedihan yang dialami anak akan berdampak pada interaksi sosialnya, yang mana anak-anak tersebut akan mengalami masa trauma di kehidupan remajanya, misalnya malu (minder) dengan teman sejawatnya ataupun dengan lain jenis.

b. Marah

Dengan adanya perceraian seorang anak seringkali emosinya tidak terkontrol dengan baik sehingga mereka sering kali marah yang tidak karuan, banyak teman dekat yang menjadi sasaran amarahnya.

Berdasarkan temuan lapangan dan hasil wawancara yang telah penulis lakukan dengan RA, teman RA dan juga guru BK mengenai kondisi psikologis anak yang korban perceraian maka di tarik kesimpulan bahwa RA sulit untuk mengontrol emosinya seperti sering menyalahkan dirinya penyebab perceraian orang tuanya. Anak yang sering kali mudah marah, temperamental dan emosinya tidak terkontrol Ini disebabkan karena pengalamannya yang amarah dan agresif merupakan reaksi yang lazim dalam perceraian, hal itu terjadi bila orang tuanya marah di depan anaknya. Akibatnya, anak biasanya akan menumpahkan amarahnya kepada orang lain, karena tingkah laku seorang anak akan

mengikuti orang tuanya. Bukan cuma psikisnya terganggu akan tetapi perilakunya juga ikut berubah, hal itu akan mengakibatkan si anak akan suka mengamuk, menjadi dan tindakanya akan menjadi agresif, menjadi pendiam, tidak lagi ceria, suka murung dan tidak suka bergaul kepada teman-temannya. Rata-rata informan dalam penelitian mengalami psikologis seperti itu. Menurut (Feldman,2008) “sifat marah (temperamen) anak yang menjadi korban perceraian dari keluarganya akan selalu terekam oleh pikiran bawah sadarnya karena perilaku orang tuanya yang sering bertengkar di depan anak, dan mengakibatkan anak mempunyai temperamen yang sulit dikendalikan”.

c. Kesepian

Seorang anak tentunya akan merasa kesepian tanpa ada belaian kasih sayang dari kedua orang tuanya. Seorang anak sangat membutuhkan belaian dan bimbingan orang tuanya untuk masa selanjutnya. Misalnya anak yang baru menempuh pendidikan sekolah dasar, biasanya anak membutuhkan orang tuanya untuk membimbingnya dalam mengerjakan tugas. Tapi berbeda, dengan anak yang ditinggalkan oleh kedua orang tua yang bercerai, anak tersebut akan merasa kesepian, meskipun anak tersebut di asuh oleh handai-taulan dari pihak ayah/ibu, bahkan diasuh oleh salah satu pihak: ayah atau ibu, sebagai *single parent*.

Berdasarkan temuan lapangan dan hasil wawancara yang telah penulis lakukan dengan RA, teman RA dan juga guru BK mengenai kondisi psikologis anak yang korban perceraian maka di tarik kesimpulan bahwa RA merasa kesepian semenjak orang tuanya bercerai terlebih lagi sekarang RA tinggal bersama dengan ayahnya dan jauh tinggal dari ibunya.

d. Menyalahkan diri sendiri

Perasaan menyalahkan diri sendiri merupakan gejala *disorder personality*, yang mana faktor tersebut dipengaruhi oleh rasa tidak

aman, adanya rasa penolakan dari keluarga, mudah marah/temperamen, sedih yang berkepanjangan dan merasa kesepian dan semua faktor ini diakibatkan dari pola asuh yang salah. Sebab dalam pola asuh ada tiga golongan yang kuat dalam menentukan karakter anak, salah satunya adalah *significant others* yaitu orang tua dan saudara yang menjadi faktor utama dalam pola pengasuhan anak.

Berdasarkan temuan lapangan dan hasil wawancara yang telah penulis lakukan dengan RA, teman RA dan juga guru BK mengenai kondisi psikologis anak yang korban perceraian maka di tarik kesimpulan bahwa RA sering kali menyalahkan dirinya sendiri penyebab perceraian orang tuanya adalah dirinya.

Lebihnya lagi, apabila golongan *significant others* salah dalam mengasuh anak, misalnya perceraian dilakukan saat anak masih belum menginjak dewasa, seperti yang dialami oleh informan dalam penelitian ini, maka akan berdampak pada psikologi anak misalnya anak akan sering murung dan sering berfikir sehingga banyak diam dan melamun, jarang berkomunikasi (*rigorously communication*) dengan orang lain, tidak nyaman berada di tengah komunitas sosialnya.

2. Implikasi kondisi Psikologis Anak yang Orang Tuanya bercerai terhadap layanan konseling

Permasalahan kondisi psikologis anak korban perceraian orang tua perlu mendapatkan perhatian dari konselor atau guru BK. Sebagaimana fungsi bimbingan dan konseling yang bersifat kuratif, dimana fungsi BK bukan hanya sekedar pengembangan tugas-tugas perkembangan secara optimal melainkan pengentasan masalah termasuk masalah pribadi sosial. Layanan yang dirasa cocok untuk menangani kasus kondisi Psikologis Anak yang Orang Tuanya bercerai yaitu Konseling Islam.

Menurut (Rohman, 2016) bahwa

Bimbingan Konseling Islam yang mempunyai arti bantuan yang diberikan kepada siswa dalam rangka upaya penemuan pribadi, mengenal lingkungan dan merencanakan masa depan dalam hal membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah dengan cara memberdayakan (empowering) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan oleh Allah kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan Rasulnya, agar fitrah yang ada pada individu berkembang dengan benar dan kokoh sesuai dengan tuntunan Allah SWT, sehingga proses pemberian bantuan yang terus-menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian.

Dari paparan di atas dapat dijelaskan bahwa bimbingan konseling islam adalah pemberian bantuan yang diberikan kepada siswa dalam upaya penemuan pribadi mengenal lingkungan dan merencanakan masa depan dalam hal mengembangkan fitrahnya. Tujuan bimbingan konseling islam adalah mengentaskan permasalahan klien agar ia dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya dan membuat klien menjadi mandiri serta dapat mengantisipasi permasalahan yang sama sehingga dapat dicegah.

Problem atau masalah yang menimpa anak korban perceraiaan orang tuanya, tentu harus mendapatkan perhatian secara intensif dari kalangan akademisi dan praktisi yang menekuni bidang kejiwaan. dari itu, sebagaimana tugas konseling islam ditujukan untuk merubah keadaan yang bermasalah, stress ataupun gangguan kejiwaan lainnya untuk mengembalikan anak sesuai fitrahnya sebagai mahluk Allah Swt, sehingga kemudian tingkahlaku, emosi dan cara berpikir anak tersebut menjadi lebih baik, sehingga dapat merasakan kebahagiaan dan tentunya mendapatkan ridha dari Allah swt.

Proses komunikasi yang dibangun dalam komunikasi konseling bagi anak, mengupayakan pemindahan atau perubahan sikap. adapun proses perubahan dalam tahapan komunikasi menurut (Suroso, 2004), berlangsung melalui “tiga tahapan perubahan sikap yakni pertama Fokus

untuk memberikan Perhatian terhadap problem yang dialami oleh anak, kedua memberikan pemahaman kepada anak dan ketiga penerimaan anak atas komunikasi yang dilakukan”.

Berdasarkan tahapan perubahan itu, maka digunakan berbagai alternatif dalam metode konseling islam solusi untuk anak korban perceraian diantaranya:

a. Metode Keteladanan

Pemberian keteladanan kepada anak-anak dalam hal ini adalah orang-orang yang ada dilingkungan sekitar dimana anak melakukan interaksi sosial baik itu guru, orang tua atau bahkan teman sebaya yang terlebih dahulu dikondisikan oleh seorang konselor atas problematika yang sedang dihadapi oleh anak. Memberikan keteladanan diharapkan memberikan pengaruh bagi anak karena memang pada dasarnya keteladanan dapat memberikan pengaruh yang besar dari pada nasehat melalui komunikasi dalam bentuk verbal langsung. Hal itu sejalan dengan sifat yang dimiliki oleh anak yakni cenderung untuk meniru apa yang mereka lihat. Sehingga anak kemudian mudah untuk menentukan apa yang harus mereka lakukan Karena anak memiliki sifat yang cenderung mencontoh apa yang mereka lihat. Dampak dari yang dilakukan anak ini dapat membentuk kepribadian anak menjadi lebih baik.

b. Metode Pembiasaan

Metode pembiasaan dimaksudkan agar anak terbiasa melakukan sesuatu hal yang bersifat positif sehingga membentuk karakteristik positif bagi anak dan juga membiasakan anak berpikir tentang hal-hal positif menjauhkan mereka dari pikiran-pikiran yang dapat mengganggu kejiwaan mereka. pembiasaan ini kegiatan yang positif membantu anak dalam menemukan membangun karakter yang baik bagi ini, ketika terbiasa melakukan atau

bersikap dan berpikir yang baik maka itu menjadi energi yang positif bagi anak dan ketika terbiasa melakukan hal yang baik dan berdampak baik maka tentunya sulit bagi untuk meninggalkannya.

Adapun beberapa bentuk pembiasaan yang diterapkan kepada anak menurut (Ramayulis, 2005) antara lain:

- 1) Pembiasaan dengan akhlak yaitu berupa pembiasaan bertingkah laku baik
- 2) Pembiasaan dalam ibadah
- 3) Pembiasaan dalam keimanan yaitu berupa pembiasaan agar anak beriman dengan sepenuh hati, dengan membawa anak untuk memperhatikan alam semesta, mengajak anak untuk merenungkan dan memikirkan tentang seluruh ciptaan di langit dan di bumi dengan secara bertahap.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pembiasaan yang dapat diberikan kepada anak yaitu pembiasaan dengan bertingkah laku baik, pembiasaan dalam ibadah yang bertujuan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

c. Metode nasehat

Setelah mereka diberikan contoh nyata bagaimana bertingkah laku yang baik melalui keteladan dan membiasakan mereka melakukan hal yang baik. Maka selanjutnya diberikan pemahaman kerangka berpikir yang baik, meluruskan cara pandang atau konsep berpikir yang keliru melalui nasehat. Selain itu nasehat ini dimaksud juga dapat membukakan mata anak-anak pada hakekat sesuatu luhur, dan menghiasinya dengan akhlak yang mulia, dan membekalinya dengan prinsip-prinsip.

d. Metode pemberian perhatian

Metode pemberian perhatian ini sebagai pelengkap dari berbagai metode yang telah dilakukan sebelumnya, perhatian dimaksudkan agar konselor benar-benar fokus melihat untuk mengevaluasi dan kemudian melakukan follow up terhadap perkembangan anak atas apa yang telah diberikan. selain itu juga,

perhatian ini sebagai upaya untuk membentuk anak agar bahwa kehidupan ini tidak akan berahir suram walaupun orang tua bercerai, namun masih banyak orang yang perduli. konselor bisa berposisi sebagai pengganti orang tua dan memberikan penguatan dengan melalui kolaborasi metode yang sebelumnya.

Berdasarkan uraian metode di atas sebagai tindak lanjut proses konseling Islam untuk implementasi solusi bagi anak korban perceraian maka dimasukkan terapi islam dalam proses treatment atau memberikan efek langsung, pembiasaan bersikap, pemahaman. adapun terapi yang harus dilakukan yakni :

1) Terapi shalat

Shalat sebagai upaya mendidik anak menjadi muslim yang memiliki karakteristik orang islam yang baik dan patuh. Shalat dapat memberikan manfaat secara fisik sebagai media menggerakkan tubuh agar tidak kaku dan dapat memudahkan aliran darah keseluruh tubuh, sehingga sirkulasi itu semua dapat menjadi solusi bagi fisik lebih sehat, kemudian shalat membiasakan pikiran untuk berfokus kepada sang pemilik kehidupan agar sadar bahwa hidup itu tidak hanya konteks dunia. Shalat dapat memberikan terapi rasa gundah, galau dan stress. Selain itu shalat juga dapat menghapus dosa mendoakan orang tua agar dapat kembali bersama atau dapat menemukan kebahagiaan.

2) Terapi Berzikir dan Berdoa

Berzikir dalam upaya mengingat kebesaran tuhan menjadikan manusia terhindar dari perbuatan sia-sia dan merusak hati dan pikiran. Ketika manusia berfokus mengingat allah maka menemukan esensi manusia sebagai mahluk dan dapat menemukan ketenangan. Berdizkir juga dapat membentuk karakter bagi manusia. Apalagi kegiatan zikir ini disertai dengan berdoa agar ketidakberdayaan yang dimiliki dapat

terpenuhi, manusia memiliki harapan untuk dikabulkan. Selain itu berdoa ini juga sebagai salah satu cara manusia untuk mengungkapkan isi hati yang sedang dialami, ketika manusia manusia tidak bisa mencurakan isi hati kepada manusia lainnya maka bisa menjadi solusi yakni manusia dapat berkeluh kesah atas permasalahannya ketika berdoa kepada Allah SWT. Sehingga permasalahan yang terpendam didalam diri manusia dapat terurai dan menimbulkan efek kelegaan, ketenangan bagi diri karena beban telah dilepaskan dari diri manusia.

3. Strategi Layanan

a. Layanan Konseling individu

Layanan konseling perorangan atau individu yaitu layanan BK yang memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah pribadi yang di deritanya. Layanan yang membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah pribadinya.

Pengentasan dalam mengatasi dampak psikologis remaja akibat perceraian orang tua salah satunya dalam yaitu dengan melakukan layanan konseling individual. Menurut Hallen dalam (Syafaruddin, 2019) bahwa:

Layanan konseling individual yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik mendapat layanan langsung tatap muka dengan guru BK. Lebih lanjut ditegaskan bahwa Layanan Konseling Individu adalah merupakan salah satu pemberian bantuan secara perorangan dan secara langsung. Dalam cara ini pemberian bantuan dilakukan secara face to face relationship (hubungan muka ke muka, atau hubungan empat mata) antara konselor dengan individu yang terjadi ketika seorang konselor bertemu secara pribadi dengan klien untuk tujuan konseling. Ini adalah interaksi antara konselor dan konseli dimana banyak yang berfikir bahwa ini adalah esensi dari pekerjaan konselor.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwasanya konseling individual adalah proses pemberian bantuan dari seorang konselor atau guru BK kepada seorang klien atau siswa secara tatap muka dalam mengatasi permasalahan klien yang ada pada dirinya untuk dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Layanan ini dilaksanakan untuk seluruh masalah siswa secara individu (dalam berbagai bidang bimbingan, yaitu bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir).

Selain itu konseling individual juga mempunyai tujuannya yaitu “memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya dan dapat diterima dilingkungannya, mengetahui potensi dirinya, mengetahui banyak hal, meningkatkan semangat klien, mengurangi tekanan emosionalnya, menambah kapasitas diri klien, dan memperkuat hubungan interpersonal” Prayitno dalam (Zulamri, 2019) . Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling individual adalah mengentaskan permasalahan klien agar ia dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya dan membuat klien menjadi mandiri serta dapat mengantisipasi permasalahan yang sama sehingga dapat dicegah.

4. Rumusan Program Konseling

Dampak psikologis yang dialami anak korban perceraian	Indikator	Strategi Layanan
Sedih	Siswa merasa sedih karena tidak dapat bersama dengan kedua orang tuanya, walaupun dia sudah memiliki orang tua pengganti	Konseling Individu
Marah	Siswa merasa sakit hati dan marah terhadap orang tuanya yang memutuskan untuk melakukan perceraian, karena dia ingin tetap bersama kedua orang tuanya	Konseling Individu
Kesepian	Siswa merasa kesepian karena anak tidak lagi bisa tinggal bersama kedua orang tuanya.	Konseling Individu
Menyalahkan diri sendiri	Siswa merasa bahwa perceraian orang tuanya merupakan kesalahan dirinya.	Konseling Individu

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kondisi Psikologis Siswa yang Orang Tuanya Bercerai dan Rumusan Program Konselingnya Di SMP N 2 Sungai Tarab diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran kondisi psikologis anak sebelum orang tuanya bercerai menunjukkan bahwa anak berperilaku positif, memiliki semangat yang tinggi dan baik-baik saja.
2. Gambaran kondisi psikologis anak setelah orang tuanya bercerai menunjukkan bahwa anak sering murung, susah bersosialisasi dan susah mengendalikan emosinya.
3. Dampak perceraian orang tua terhadap anak yaitu berdampak negatif terhadap psikologis anak. Dampak yang dirasakan seperti susah untuk mengontrol emosinya.
4. Rumusan program konseling yang dapat di berikan kepada anak korban perceraian orang tua yaitu Konseling Islam dengan menggunakan metode konseling keteladanan, pembiasaan, nasehat dan perhatian dengan fokus terapi shalat, membaca al-qur'an, zikir dan berdoa.

B. Implikasi

Implikasi dari hasil di atas adalah sebagai berikut:

1. Teoritis

Dapat menjadi ilmu dan wawasan tambahan terkhusus bagi ilmu Bimbingan dan Konseling terkait Kondisi Psikologis Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai Dan Rumusan Program Konselingnya .

- a. Praktis Dapat digunakan oleh individu untuk gambaran Kondisi Psikologis Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai Dan Rumusan Program Konselingnya di masa yang akan datang.

- b. Menjadi wawasan baru bagi orang tua bahwa bahaya perceraian bagi psikologi anak.
- c. Memberikan manfaat kepada pembaca agar tercapai hasil yang diharapkan dalam membimbing dan mendidik anak-anak nantinya.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Hendaklah memberikan perhatian dan motivasi terhadap anak-anak yang memiliki masalah dalam keluarganya dan memberikan perhatian yang penuh kepada anak agar anak tidak merasa sendiri lagi.

2. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua hendaklah memberikan perhatian dan kasih sayang kepada anak-anak walaupun dalam keadaan sudah berpisah atau menjadi orang tua tunggal.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Dahwadin, D., Syaripudin, E. I., Sofiwati, E., & Somantri, M. D. (2020). Hakikat Perceraian Berdasarkan Ketentuan Hukum Islam Di Indonesia. *YUDISIA : Jurnal Pemikiran Hukum Dan Hukum Islam*, 11(1), 87. <https://doi.org/10.21043/yudisia.v11i1.3622>
- Dirgayunita, A. (2016). Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.33367/psi.v1i1.235>
- Hayat, A. (2017). Kecemasan dan Metode Pengendaliannya. *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 12(1), 52–63. <https://doi.org/10.18592/khazanah.v12i1.301>
- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 243–256. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Jeffrey S. Nevid, D. (2005). *Psikologi Abnormal*. Erlangga.
- junaid, I. (2018). *Analisis Data Kualitatif Dalam Penelitian Pariwisata*. 10(01), 59–74. <https://doi.org/10.31219/osf.io/npvqu>
- Kholisin, K. (2014). Kecemasan Berbicara Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 34(1), 77. <https://doi.org/10.21580/jid.v34.1.65>
- Margarita Novita Prastiwi. (2013). *KECEMASAN PADA ANAK DARI KELUARGA BERCERAI Skripsi Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi*. Yogyakarta.
- Mukholi. (2018). *KECEMASAN DALAM PROSES BELAJAR Mukholil **. *Kecemasan Dalam Proses Belajar*, 8.
- Nunung Rodliyah. (2014). *Akibat hukum perceraian berdasarkan undang-undang*

nomor 1 tahun 1974 tentang perkawinan. 5(1).

- Setyawan, M. (2020). Pelatihan Syukur Untuk Mengurangi Kecemasan Siswi Madrasah Mu'Allimat Muhammadiyah Yogyakarta Dalam Menghadapi Ujian Nasional. *JEC (Jurnal Edukasi Cendekia)*, 4(2), 1–11. <https://www.jurnal-umbuton.ac.id/index.php/JEC>
- Dariyo, A., & Esa, D. F. P. U. I. (2004). Memahami psikologi perceraian dalam kehidupan keluarga. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 94–100.
- Daryono, ; dkk. (2014). Model Program Bimbingan Dan Konseling Komprehensif Di Sma. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2), 123–129.
- Dianovinina, K.. 2018. *Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya*. Jurnal Psikogenesis. Vol 6 No. 1 Hal : 70
- Depdiknas.1990. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*.Jakarta:Balai Pustaka.
- Depdiknas. 2005. *Naskah Pengembangan Program Bimbingan dan Konseling SMA. Jakarta : Pusat Pengembangan Penataran Guru Keguruan.*
- Fitrah dan Luthfiyah. 2017. *Metodologi Penelitian; Penelian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. Sukabumi : CV Jejak.
- Ismiati, I. (2018). Perceraian Orangtua Dan Problem Psikologis Anak. In *At-Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam* (Vol. 1, Issue 1). <https://doi.org/10.22373/taujih.v1i1.7188>
- Jeffrey S. Nevid, D. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Junaid, I. (2018). *Analisis Data Kualitatif Dalam Penelitian Pariwisata*. 10(01), 59–74. <https://doi.org/10.31219/osf.io/npvqu>.
- Juntika, ahmad nurihsan dan akur sudianto. 2005. *Manajemen Bimbingan dan Konseling di SMA*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Karwati, Euis dan Donni juni Priansa.2014. *Manajemen Kelas*. Bandung: Alfabeta.
- Ketut, dewa sukardi. 2003. *Manajemen Bimbingan dan Konseling di sekolah*. Bandung: Alfabeta.
- Ketut, dewa sukardi. 1993. *Seri Bimbingan Organisasi Administrasi Bimbingan dan*

Konseling di Sekolah. Surabaya : Usaha Nasional.

- M. Yusuf, M. (2014). Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak. *Jurnal Al-Bayan*, 20, 33–44.
- Maryam, M. (2016). Pengaruh Motivasi dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*, 4(2), 8897. <https://jurnal.arraniry.ac.id/index.php/lantanida/article/download/1881/1402%0Ahttps://media.neliti.com/media/publications/287678-pengaruh-motivasi-dalam-pembelajaran-dc0dd462.pdf>
- Masi, L. M. (2021). Analisis Kondisi Psikologis Anak dari Keluarga Tidak Utuh pada Siswa SMA PGRI Kupang. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 7(1), 214. <https://doi.org/10.33394/jk.v7i1.2968>.
- Matondang, A. (2014). Faktor-faktor yang Mengakibatkan Perceraian dalam Perkawinan. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Dan Sosial Politik*, 2(2), 141–150.
- Muzakir, Ahmad dan Joko Surisno. 1997. *psikologi Pendidikan*. Bandung : Pustaka Karya.
- Octavia, A. Shilphy. 2020. *Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja*. Yogyakarta: Deepublish.
- Oktary, N. (2014). *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Cerai Gugat di Kota Pekanbaru Baru*. Universitas Riau.
- Prayitno. 1997. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling (SMU)*. Padang.
- Poermdarminta ,WJS. 1976. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Rijali, A. (2018). *Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin*. 17(33), 81–95.
- Rukin. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif*. Takalar : Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Saraita (2016). *Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik Di Mts Ddi Bilajeng (Kasus Pada 5 Keluarga Di Kelurahan Kassa Kecamatan Batulappa Kabupaten Pinrang)*. Makassar : Uin Alauddin Makassar.

- Santrock, J. W. 2003. *Perkembangan Remaja*. Jakarta : Penerbit Erlangga
- Sukmawati, berlia, & Oktora, N. Dela. (2021). Dampak Perceraian Orang Tua Bagi Psikologis Anak. *SETARA: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 3(2), 24–34.
<https://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/jsga/article/view/3801>
- Sunarto, dan A.Hartono.2006. *Perkembangan Peserta Didik*. Jkarta: Rineka Cipta.
- Susanto, ahmad. 2018. *Bimbingan dan Konseling di seolah Konsep. teori dan aplikasinya*. Jakarta : Prenadamedia Group.
- Seonarto dan Hartono Agung. 1994. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta.
- Soeparwoto dkk. 2004. *Psikologi Perkembangan* : Semarang.
- Syardiansah. (2016). Hubungan motivasi belajar dan minat belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa mata kuliah pengaturan manajemen. *Jurnal Manajemen Dan Keuangan*, Vol.5(1),440–448.
<https://jurnal.unsam.ac.id/index.php/jmk/article/view/50>.
- Titik, Endang Lendang. 2020. *Cara Praktis Meningkatkan Motivasi Sekolah Dasar*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Tohirin. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Pt. Raja Grafindo Persada.
- Trygu. 2021. *Teori Motivasi Abraham H. Maslow dan Hubungannya dengan Minat Belajar Matematika Siswa* : Guepedia.
- Walgito, Bimo.2004. *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Yusuf, Syamsu.2009. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zuhrotunisa. (2019). Dampak Psikologis Perceraian Bagi Anak dan Istri Di Desa Sentul Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang dan Solusinya Perspektif Bimbingan dan Konseling Keluarga Islam. In *Universitas Islam NegeriWalisongo*.