

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada umumnya keluarga yang utuh dan lengkap itu terdiri dari bapak, ibu, dan anak. Keluarga merupakan tempat terbaik untuk mempersiapkan anak-anaknya yang kelak akan menghadapi masa depan yang lebih baik. Menginjak anak lahir ke dunia, maka akan diperkenalkan tingkah laku, norma-norma dan nilai-nilai budaya yang diberikan dari orang tua di dalam lingkungan keluarga. George Murdock mengartikan bahwa keluarga itu adalah sekumpulan makhluk sosial yang tinggal bersama, lalu didalamnya didapati kerjasama dalam hal apapun termasuk ekonomi dan juga terjadinya reproduksi.¹

Sejak lahir hingga remaja, tiap individu akan mengalami perubahan pada perkembangan fisik dan emosi. Pertama, perkembangan fisik pada individu dari bayi hingga remaja, mereka akan mengalami perubahan pada fisik atau tubuh, otak, tinggi badan, berat badan, dan ketika remaja mereka akan mengalami pubertas yang dimana masa kematangan fisik berlangsung dengan cepat dan adanya perubahan hormon. Kedua, ada perkembangan emosi pada individu dari bayi hingga remaja, emosi ini ialah dimana ketika individu berada dalam situasi yang terlibat pada interaksi yang penting baginya seperti individu akan mengekspresikan emosi, memahami emosi, regulasi emosi, coping stres, dan penghargaan diri.²

¹ Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*, (Jakarta: Prenada Media Grup, 2012), hlm. 3

² John W. Santrock, *Life-Span Development : Perkembangan Masa Hidup*, (Jakarta: Erlangga, 2012), hlm. 124-434

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan berbagai aspek, yaitu aspek fisik dan aspek psikologis. Di negara barat ada istilah *adolescence* di maknai dari masa remaja yang artinya tumbuh menjadi dewasa atau dalam masa perkembangan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa.³ Fase inilah yang paling penting karena di akhir fase ini individu harus mencapai tingkat identitas ego yang cukup baik. Erikson memperhatikan bahwa fase *adolescence* ini sebagaimana fase masalah sosial yang kurang dilihat oleh masyarakat. Di fase ini individu sibuk dengan dirinya sendiri, faktor ini dilatarbelakangi pada pubertas genital yang memberi berbagai peluang konflik, baik yang berhubungan dengan seks, pekerjaan, atau keyakinan hidup.⁴

Beberapa remaja kemungkinan akan berhasil dalam menentukan perilakunya atau memahami keinginan dalam kelompok sosialnya karena dukungan sosial yang diperolehnya dari orang tua atau keluarga dan juga lingkungan sosialnya.⁵ Semasa inilah orang tua memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan secara fisik maupun psikologis pada remaja termasuk *self control*. *Self control* di definisikan sebagai kemampuan untuk mengatur, menyusun, membimbing, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat dilakukan mengarah pada konsekuensi positif.⁶

³ Samsunuwiyati Mar'at, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Pt. Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 189

⁴ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2009), hlm. 98

⁵ Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan, Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), hlm. 119

⁶ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm. 21

Self control dapat membantu anak menahan dorongan dari dalam dirinya dan berpikir sebelum bertindak sehingga ia melakukan yang benar, dan kecil kemungkinan mengambil tindakan yang berakibat buruk. Kebajikan ini membantu anak menjadi mandiri karena ia tahu bahwa dirinya bisa mengendalikan tindakannya sendiri.⁷ Remaja yang memiliki *self control* yang baik, akan memungkinkan remaja dapat mengendalikan diri dari perilaku-perilaku yang melanggar aturan dan norma yang ada disekitarnya. Remaja harus mampu menahan rangsangan yang bersifat emosional baik di dalam maupun di luar dirinya, sehingga segala sesuatu dianggap kurang baik, seperti rasa marah dan perasaan emosionalnya dapat dikendalikan. Remaja sebaiknya sudah mulai mengerti mana yang baik dan buruk. Jika remaja tidak bisa mengendalikan dirinya dapat mengakibatkan yang fatal terhadap dirinya. Namun, realitanya tidak semua remaja memperoleh dukungan dari keluarga dan lingkungan sosialnya.⁸ Misalnya, seperti mereka yang tidak tinggal bersama orang tua, remaja yang orang tuanya telah meninggal atau bercerai.

Panti asuhan adalah lembaga yang berfungsi untuk anak-anak yang terlantar, anak-anak yang kurang mampu, dan anak-anak keturunan dari keluarga yang tidak utuh. Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia, bahwa panti asuhan adalah lembaga usaha yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak-anak terlantar yang membutuhkan bantuan, penyantunan, serta memberikan pelayanan dalam memenuhi kebutuhan anak-anak secara fisik, mental, dan sosial sampai

⁷ Marzuki, *Pendidikan Karakter Islam*, (Jakarta: Amzah, 2017), hlm. 56

⁸ Feby Wahyuni, “*Hubungan antara Self Control dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bengkulu*”, (Skripsi: Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Tadris Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu, 2020), hlm. 2

tercukupi secara perkembangan dan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan bagi penerus bangsa.⁹ Oleh karena itu, panti asuhan juga memiliki tanggung jawab untuk mewakilkan peran orang tua dalam mengarahkan perilaku serta memberikan dukungan sosial kepada anak-anak yang tinggal di panti asuhan.

Berdasarkan observasi, Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah ini didirikan pada tahun 1985 oleh Persyarikatan Muhammadiyah yang terletak di Desa Kerkep Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri. Sistem yang berlaku di Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah ini berbeda dengan panti asuhan lainnya. Di Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah ini, anak-anaknya wajib bersekolah di bawah naungan muhammadiyah atau sekolah yang tedekat dari panti. Kegiatan mereka dari bangun pagi, mereka melaksanakan sholat subuh berjama'ah dan membaca Al-Qur'an bersama setelah itu mereka bersiap untuk berangkat sekolah, setelah mereka pulang sekolah kegiatan selanjutnya sholat berjama'ah, mandi sore dan mereka diperbolehkan jajan diluar panti tetapi dibatasi sampai jam 5 sore, setelah itu persiapan sholat maghrib lalu tadarus Al-Qur'an bersama, belajar bersama jika ada tugas dari sekolah. Selain itu, mereka mengikuti kegiatan pengajian yang diadakan di masjid dekat panti, dan ketika libur sekolah mereka akan kerja bakti bersih-bersih panti. Seiring berkembangnya zaman khususnya teknologi yang semakin canggih, maka mereka diizinkan memiliki *smartphone* untuk belajar saat di panti maupun di sekolah. Namun berdasarkan wawancara, pengurus panti memberikan informasi bahwa

⁹ Hukul Kasim dkk, *Peran Pengasuh Panti Asuhan Yayasan Melati Al Khairat Ambon dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Anak Asuh*, Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 1, No. 1, Januari 2019

kebanyakan remaja yang tinggal di panti ini lebih banyak menggunakan *smartphone* secara berlebihan sehingga mereka tidak dapat mengontrol diri saat menggunakan *smartphone*.¹⁰

Remaja yang tinggal di panti asuhan ini juga diajarkan bagaimana cara mencari uang, jadi pengurus panti asuhan menyediakan untuk pembuatan tahu, sewa dekor hajatan atau kegiatan lainnya dan dikerjakan oleh remaja agar ketika mereka sudah keluar dari panti asuhan ini bisa menjadi anak yang mandiri dan hidupnya tidak ketergantungan khususnya pada remaja yang laki-laki. Selain itu, semua remaja yang tinggal di panti asuhan ini akan dibekali pedoman agama yang lebih baik.¹¹

Dari kejadian tersebut, peneliti memilih lokasi penelitian ini karena ada beberapa alasan, yaitu saat mereka sedang menggunakan *smartphone* mereka akan lupa waktu kapan harus belajar, istirahat atau mengikuti kegiatan panti lainnya. Peneliti menggunakan teknik konseling ialah upaya memberikan bantuan dengan cara menyampaikan arahan, bimbingan, dan dorongan untuk mempengaruhi *self control* pada remaja yang tinggal di panti asuhan agar dapat mewujudkan harapannya. Peneliti menggunakan teknik psikodrama ini agar dapat menolong remaja untuk menyesuaikan diri dan mendukung lingkungan eksternal dan internal.

Tokoh pertama kali yang mengembangkan psikodrama adalah Jacob Levy Moreno, beliau seorang psikiater pada abad ke-20 dalam dunia konseling. Jacob Levy Moreno mengatakan bahwa dari mana kehidupan, pengalaman, dan

¹⁰ Dr. Suwito, Kepala Pengurus Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah Kabupaten Kediri, di Rumah Pengurus Panti Asuhan, 03 Juli 2023

¹¹ Ibid.

pendekatan ortodoks yang penuh warna terhadap psikodrama dan disiplin ilmu terkait muncul.¹² Selain itu, ada Kellerman juga mengatakan bahwa pada dasarnya psikodrama merupakan metode tindakan psikoterapi dan pertumbuhan pribadi yang mengandalkan spontanitas bawaan dan kreativitas manusia untuk efektivitasnya.¹³

Dengan begitu, peneliti menggunakan teknik psikodrama untuk mengetahui pengaruh *self control* pada remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah Kabupaten Kediri dengan terdapatnya teknik psikodrama ini, diharapkan menjadi suatu layanan untuk menolong remaja dalam menyesuaikan diri dan mendukung lingkungan eksternal dan internal.

B. Rumusan Masalah

1. Seberapa besar pengaruh teknik psikodrama terhadap *self control* pada remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah Kabupaten Kediri?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui dari pengaruh teknik psikodrama terhadap *self control* pada remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah Kabupaten Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Pada riset ini, yang diinginkan agar bisa membagikan manfaat secara teoritis ataupun praktis.

1. Manfaat secara teoritis hasil dari penelitian ini diharapkan bisa membagikan manfaat ilmu serta memperkaya wawasan pada bidang psikologi atau bimbingan konseling khususnya di tema Pengaruh Teknik Psikodrama

¹² Paul Wilkins, *Psychodrama*, (California: SAGE Publicatins 1999), hlm. 2

¹³ Ibid, hlm. 5

Terhadap *Self Control* pada remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah Kabupaten Kediri.

2. Manfaat secara praktis
 - a. Bagi lembaga panti asuhan, penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan atau masukan untuk pengasuh panti asuhan dalam membimbing anak-anak dengan efektif.
 - b. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini mampu menjadikan referensi kepada penelitian-penelitian selanjutnya, meningkatkan ilmu pengetahuan atau memperbanyak literatur tentang dunia konseling khususnya teknik psikodrama dan *self control* remaja.

E. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian disebut juga sebagai anggapan dasar atau asumsi yang menjadi pangkal dalil yang dianggap benar tanpa perlu membuktikannya, yaitu suatu titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh peneliti. Asumsi dasar harus dirumuskan secara jelas sebelum peneliti bertindak untuk mengumpulkan data.¹⁴ Peneliti berasumsi bahwa *self control* pada remaja adalah perilaku remaja yang dapat mengendalikan diri agar tingkah lakunya tidak menyimpang dari yang bertentangan dengan norma-norma sosial yang berlaku. Teknik psikodrama dianggap dapat mempengaruhi *self control* pada remaja.

Remaja yang memiliki *self control*, akan memungkinkan remaja untuk mengontrol diri dari perilaku yang ada melanggar aturan dan norma yang ada disekitarnya. Remaja harus bisa menahan rangsangan emosi baik di dalam

¹⁴ STAIN Jember Press, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Jember : STAIN Jember, 2012), hal 37

maupun di luar dirinya, sehingga apapun yang dianggap kurang baik, seperti kemarahan dan perasaan emosional dapat dikendalikan. Remaja seharusnya sudah mulai memahami apa yang baik dan apa yang buruk. Jika remaja tidak bisa mengontrol sendiri bisa berakibat fatal baginya.¹⁵

Demikian asumsi dalam penelitian ini jika remaja memiliki *self control* yang baik, maka akan memungkinkan remaja dapat mengendalikan diri dari perilaku-perilaku yang melanggar aturan dan norma yang ada disekitarnya. Menurut Thompson definisi dari *self control* sebagai keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai hasil yang diinginkan melalui tindakannya sendiri, itu sebabnya perasaan dan kontrol dapat dipengaruhi oleh keadaan situasi tetapi, persepsi *self control* terletak pada orangnya, bukan situasinya. Hasil dari definisi ini adalah seseorang merasa memegang kendali ketika dia mampu mengenali apa yang dapat dan tidak dapat dipengaruhi melalui tindakan pribadi dalam suatu situasi, ketika dia memusatkan perhatian pada bagian-bagian yang dapat dikendalikan melalui tindakan pribadi dan percaya bahwa dia memiliki kendali serta kemampuan organisasi untuk perilaku sukses.¹⁶

F. Definisi Operasional

Supaya memudahkan serta menguasai isi dalam penelitian ini hingga peneliti akan membagikan uraian definisi pada bagian-bagian yang terdapat di penelitian ini. Berikut uraian definisi tersebut ialah :

¹⁵ Feby Wahyuni, “*Hubungan antara Self Control dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja Di SMA Negeri 10 Kota Bengkulu*”, (Skripsi: Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Tadris Institut Agama Islam Negeri Bengkulu, 2020)

¹⁶ Bart Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Grasindo, 1994), hlm. 38

1. *Self Control*

Self control atau kontrol diri ini ialah kemampuan untuk membimbing dan mengarahkan bentuk perilaku agar bisa menahan diri dari perilaku impulsif. Jadi *self control* itu terletak pada diri sendiri bukan karena situasinya dan berdasarkan itu, seseorang akan mampu mengenali apa yang dapat dipengaruhi dan tidak dapat dipengaruhi serta dapat mengendalikan diri melalui tindakan pribadi dalam situasi bertentangan dengan perilaku yang tidak sesuai dengan norma sosial.

2. Teknik Psikodrama

Teknik psikodrama ialah salah satu teknik konseling yang bisa digunakan oleh konselor dalam menangani masalah emosional, tidak hanya itu teknik psikodrama juga ialah sesuatu kedudukan emosional di depan para permisa tanpa dilatih terlebih dahulu dengan tujuan buat membantu anggota dalam menangani masalah-masalah individu dengan memakai permainan drama, kedudukan ataupun pengobatan aksi yang kesimpulannya hendak mengatakan perasaan-perasaan tentang konflik, kemarahan, kasar, perasaan bersalah, serta kesedihan.

3. Remaja

Remaja dalam bahasa latin ialah *adolescence* yang berarti berkembang jadi dewasa, perihal yang diartikan merupakan suatu waktu transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa perkembangan dari masa anak-anak mengarah masa dewasa yang diisyarati terdapatnya pergantian pada aspek raga, psikis, emosional, serta psikososial. Dikala remaja mengarah pada masa dewasa, remaja akan berusaha untuk

mencari identitas dirinya sendiri. Jadi bisa dikatakan bahwa masa remaja ini ialah usia masa krisis seperti badai dan stress yaitu dimana masa remaja ini merupakan masa-masa risau yang diwarnai oleh konflik serta pergantian suasana hati.

G. Telaah Pustaka

1. Penelitian yang dilakukan oleh Zainul Anwar berjudul “Penerapan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan *Happiness* pada Remaja Panti Asuhan”.¹⁷ Tipe penelitian ini merupakan konseling kelompok dengan desain penelitian *within subject*. Bisa disimpulkan kalau hasil penelitian konseling kelompok dengan metode konseling kelompok dapat meningkatkan *happiness* pada remaja panti asuhan. Perbandingan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah jenis penelitian, desain penelitian, dan variabel. Penelitian terdahulu memakai jenis penelitian konseling kelompok, desain *within subject*, serta variabel *happiness*, sedangkan penelitian ini memakai jenis penelitian quasi eksperimen, desain *nonequivalent control group*, serta variabel *self control*. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini memakai subjek yaitu remaja.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Cici Febrianti dan Rima Irmayanti berjudul “Teknik Psikodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMA”.¹⁸ Tipe penelitian ini merupakan kajian literatur. Bisa disimpulkan kalau hasil penelitian bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dinilai efektif untuk mengatasi perilaku merokok

¹⁷ Zainul Anwar, “Penerapan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan *Happiness* pada Remaja Panti Asuhan”, Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol. 03 No. 01, (2015)

¹⁸ Cici Febrianti dan Rima Irmayanti, “Teknik Psikodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMA”, Jurnal Fokus, Vol. 2 No. 3 (2019)

siswa SMA. Perbandingan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah jenis penelitian dan variabel. Penelitian terdahulu memakai jenis penelitian kajian literatur serta variabel mengatasi perilaku merokok sedangkan penelitian ini memakai jenis penelitian quasi eksperimen serta variabel *self control*. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini memakai teknik psikodrama.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Hafiska Kurniyadi, Pradeska, Griselda Anindya Dian Ari Widyastuti, dan Arif Budi Prasetya berjudul “Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama: Strategi untuk Meningkatkan *Self Control* Penggunaan Gadget”.¹⁹ Tipe penelitian ini merupakan kajian pustaka. Bisa disimpulkan kalau hasil penelitian bimbingan kelompok dapat meningkatkan *self control* dalam penggunaan gadget. Perbandingan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah jenis penelitian. Penelitian terdahulu memakai kajian pustaka sedangkan penelitian ini memakai jenis penelitian quasi eksperimen. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini memakai variabel *self control*.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Syska Purnama Sari berjudul “Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa”.²⁰ Tipe penelitian ini merupakan quasi eksperimental. Bisa disimpulkan kalau hasil penelitian teknik psikodrama efektif dalam mengembangkan *self control* siswa kelas empat. Perbandingan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah lokasi

¹⁹ Hafiska Kurniyadi, Pradeska, Griselda Anindya Dian Ari Widyastuti, dan Arif Budi Prasetya, “Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama: Strategi untuk Meningkatkan *Self Control* Penggunaan Gadget”, Jurnal Prosiding, (2022)

²⁰ Syska Purnama Sari, “Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa”, Jurnal Fokus Konseling, Vol. 3 No. 2, (2017)

penelitian. Penelitian terdahulu di lokasi SDN 1 Lubuk Ngin sedangkan penelitian di Panti Asuhan Muhammadiyah Gurah Kabupaten Kediri. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu memakai variabel *self control*, teknik psikodrama serta jenis penelitian quasi eksperimen.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Chairani Safitri berjudul “Pengaruh Psikodrama terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII SMPN 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017-2018”.²¹ Tipe penelitian ini merupakan *pre-experimental designs* dengan desain penelitian *one group pretest-posttest designs*. Bisa disimpulkan kalau hasil penelitian Konseling Kelompok dengan Metode Psikodrama Mempengaruhi Secara Signifikan dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII SMPN 8 Bandar Lampung. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah jenis penelitian dan desain penelitian. Penelitian terdahulu memakai jenis penelitian *pre-experimental designs* serta memakai desain *one group pretest-posttest designs*, sedangkan penelitian ini memakai jenis penelitian eksperimen murni (*true experimental research*) serta memakai desain *pretest-posttest control group designs*. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu memakai teknik konseling yaitu psikodrama.

²¹ Chairani Safitri, “Pengaruh Psikodrama terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII SMPN 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017-2018”, (Skripsi: Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019)