



KONSELING SEBAGAI ALTERNATIF PENANGGULANGAN PERILAKU MALADAPTIF REMAJA DEPRIVASI PARENTAL

Zaenal Abidin^{)}*

^{*)} Penulis adalah dosen tetap Jurusan Dakwah (Komunikasi) STAIN Purwokerto.

Abstract: Teenager's deprivational maladaptif is caused by broken home or death parenting among others, or the worst condition's in some families. Most of the teenagers have very hard psychological burdened after they parent was separated each other. They were lost of full affection, guidance and counseling, taken care, sense of safety, and the bright future. By these families conditions most of the teenagers are disturbed their psychological development in all their life. By this case made some teenagers lost of emotional control, even their attitudes and behaviors unfamiliar and maladaptives as balancing compensation by unfavourable condition in their families. So, to save the maladaptives teenagers, counseling activities is very needed to assist them finding some accurate alternatives in solving their daily problems. By these ways at list their burdened will be more minimize and get them to study how to be out of their problem, and study how to face the realities either those problem is very much unfavourable. And the end the teenagers have more capable and potential to face their life rationally and able to see the bright future. Keywords: Teenager's Parental deprivational, Maladaptif behavior, Parental deprivational, Counseling.

PENDAHULUAN

Kalau berbincang tentang kehidupan remaja, tentunya bukan serta-merta akan menjustifikasi mereka dengan segala kenegatifannya dan memosisikan mereka pada sudut yang negatif, melainkan berupaya untuk mencoba mengidentifikasi kehidupan mereka lebih dalam dan secara utuh. Sudah sejak zaman dahulu, masyarakat memandang remaja dalam posisi dunia kehidupan yang serba remang-remang, seram dan tidak mengesankan, dan selalu pada pihak yang selalu tidak dimanusiakan. Bahkan, persepsi seperti itu sampai saat ini masih kental di mata masyarakat. Mereka masih memberikan raport merah kepada remaja.

Memang, dalam pengamatan penulis, remaja saat ini berbeda dengan generasi sebelumnya. Pada hari ini ditemukan bahwa pada umumnya ketika seorang anak memasuki usia remaja, mereka mengalami gejala psikologis maupun sosial yang luar biasa. Gejala ini tidak jarang mendorong mereka untuk melakukan tindakan yang aneh dan bersifat destruktif. Mereka terkadang melakukan hal-hal yang merugikan diri sendiri dan tidak jarang pula merugikan orang lain.¹

Banyak modus perilaku maladaptif yang dilakukan oleh remaja, terutama remaja modern. Remaja ini adalah yang terlahir dari keluarga yang berpola kehidupan modern, berpola kehidupan yang berkiblat pada kebudayaan Barat; seperti perilaku *drugs* (obat terlarang, ekstasi, narkoba), minuman keras, pergaulan bebas, seks bebas, tawuran, mengatakan kata-kata kotor, hidup dengan geng (kelompok pertemanan yang saling bermusuhan satu sama lain), mengucilkan dan menindas teman yang lemah. Mereka kehilangan makna hidup, bersikap menantang orangtua, melawan guru, menentang aturan sekolah, berhura-hura menghabiskan waktu sia-sia, pergi ke diskotik, berpesta-pora, bermain *play station* secara berlebihan, *nongkrong* di tepi jalan sambil *ngobrol ngalor ngidul* tidak karuan sambil mengganggu orang yang lewat. Mereka juga berpola hidup meniru para selebritis yang jauh dari norma kehidupan masyarakat Indonesia.



Lebih mengejutkan lagi, dalam televisi diberitakan pada tgl 15, 16, 17 Pebruari 2009, adanya perkelahian antargeng remaja yang notabene adalah siswa-siswi di suatu sekolah di Nusa Tenggara Timur, di Sulawesi selatan. Pada 1 maret 2009, berita TVOne menayangkan kejadian kekerasan yang sama sadisnya di Polewali Mandar, Sulawesi Barat. Bahkan, dalam tayangan tersebut, tingkah antargeng ini bagaikan petinju amatiran yang dijadikan tontonan oleh remaja laki-laki. Adapun yang lebih mengerikan lagi, terutama bagi orangtua adalah berita di TV pada awal tahun 2008, tentang hasil penelitian mengenai remaja usia SLTP yang dilakukan oleh lembaga penelitian swasta bahwa 62,5% menyatakan telah pernah melakukan hubungan seks bebas. Realitas ini hanya sekadar deskripsi yang dapat direkam. Barangkali, realitas di luar itu jauh lebih besar. Pada akhir 2008, penulis mendapat keluhan dari seorang guru SLTP di pinggiran kota yang menceritakan perilaku maladaptif siswanya. Katanya, ada siswa yang baru kelas dua hamil, memergoki siswanya lagi pacaran di WC, dan mendapat laporan dari siswinya bahwa dirinya diraba dan diremas payudaranya oleh teman laki laki sekelasnya. Ada juga seorang siswa mencuri HP temannya, ada siswi yang minggat dibawa pacarnya, merokok di lokasi sekolah secara sembunyi-sembunyi, berkelahi di kelas, membawa teman geng dari luar ke sekolah untuk mengeroyok lawannya yang kebetulan sekelas gara-gara smsnya menjelek-jelekan dirinya, dan masih banyak yang lainnya. Riak-riak kecil seperti itu akan selalu muncul di tengah komunitas remaja yang masih sekolah, apalagi di luar sekolah bisa jadi lebih liar lagi. Kondisi ini akan sangat menyedihkan dan mengkhawatirkan.

Kalau diamati secara mendalam, kondisi tersebut bukan berarti secara mutlak potret remaja. Menurut Ashar Munandar, remaja yang berperilaku maladaptif (anti sosial) itu lebih didominasi oleh remaja yang bertipologi tak serasi, aktif destruktif;² yaitu remaja yang tidak atau kurang berhasil dalam proses perkembangan penyesuaian diri di lingkungannya, walau sudah diapayakan secara aktif. Dengan kondisi kegelisahan inilah, membuat remaja kategori ini menyangsikan nilai-nilai yang berlaku, dan menentang dengan sikap yang agresif dan destruktif. Kelompok remaja tipe ini yang sebenarnya bermasalah dan sering menimbulkan kerugian diri maupun lingkungannya akibat tindakan agresif dan destruktif mereka. Kelompok remaja bertipologi semacam ini pula yang sering memberikan citra buruk pada remaja pada umumnya. Walaupun mereka itu hanyalah sebagian kecil, namun jika dibiarkan begitu saja dapat menyeret remaja lainnya untuk mengikuti pola kehidupan mereka. Hal ini jelas akan merusak harapan orangtua dan masa depan kehidupan generasi muda. Menurut Soerjono Soekanto, perilaku maladaptif remaja tersebut muncul sebagai akibat sistem pendidikan keluarga di rumah. Berawal dari sinilah akan melahirkan remaja yang adaptif atau maladaptif, yang patuh atau menentang”³

Jadi, sumber utama yang menyebabkan remaja berperilaku maladaptif adalah kondisi pendidikan keluarga, walaupun lingkungan turut memengaruhinya. Dengan menelaah perkembangan kondisi remaja tersebut, penulis tertarik untuk mendalami dan mencari solusi, melalui pendalaman literatur, dan pengalaman pribadi penulis sebagai dosen pembimbing. Hal ini penulis lakukan sebagai wujud peran aktif bagi upaya penanggulangan terhadap perilaku maladaptif remaja deprivasional. Tulisan ini relevan dengan misi utama layanan konseling, yaitu membantu individu atau kelompok remaja untuk mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya⁴ dan manusia mandiri guna mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Tujuan ini bila dijabarkan secara detail adalah membantu individu/ kelompok untuk dapat menumbuhkembangkan dirinya sesuai dengan petunjuk dan ketentuan Allah. Hal lain adalah membantu individu maupun kelompok remaja mengatasi masalahnya sendiri dengan kemampuan dirinya sendiri, membantu agar terbebas dari berbagai masalah. Selain itu, membantu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah kondusif, baik, aman, tenteram, dan menjadi lebih baik.⁵

Manusia seutuhnya adalah manusia yang sehat secara utuh, sebagaimana standar WHO, yaitu sehat fisiologis, psikologis, sosial, dan spiritualnya.⁶ Misi layanan konseling terhadap remaja berperilaku maladaptif mengacu pada terbangunnya remaja yang sehat fisik, psikis, sosial, dan spiritualnya, sehingga benar-benar menjadi remaja yang adaptif selaras dengan norma agama dan kaidah lingkungan sosialnya.

PERILAKU MALADAPTIF REMAJA DEPRIVASIONAL



1. Pengertian Remaja

Dari sudut psikologis, masa remaja adalah masa perkembangan menuju kematangan fisik (awal remaja), kematangan emosi (remaja akhir) kemudian diakhiri dengan perkembangan intelek.

Masa remaja sedang, mengalami berbagai peristiwa psikologis yang menjadikan kondisi batin mengalami kegoncangan dan kebingungan.⁷ Masa tersebut akibat seringnya melakukan suatu aksi konfrontatif terhadap kebiasaan-kebiasaan di rumah, sekolah, maupun di masyarakat. Bahkan, menurut Sarwono Kusuma Atmaja dalam kutipan Alatas, dapat menimbulkan kecanggungan sosial bagi remaja dalam menyesuaikan dengan perubahan-perubahan tersebut. Proses penyesuaian diri tersebut tidak selalu dapat dilewati dengan baik, lebih lagi jika tidak ada bimbingan dan dukungan dari pihak orangtua.⁸ Di sisi lain, mulai muncul perasaan akan identitas diri (mencari identitas diri). Setelah memasuki usia remaja, berbagai pertanyaan muncul dalam dirinya. David Elkind menyebut remaja sedang mengalami "*hyper self-consciousness*" yaitu kesadaran diri yang berlebihan.⁹

Dari sisi transisi dan orientasi hidup, remaja masih berada pada suatu kehidupan transisi dan belum memiliki suatu pedoman hidup yang baru. Remaja mulai muncul perasaan akan identitas diri (mencari identitas diri). Setelah memasuki usia remaja, berbagai pertanyaan muncul dalam dirinya.¹⁰ Remaja menjadi sangat *self-centered*, menghabiskan energi dan waktu untuk memikirkan tentang dirinya. Semua pertanyaan diri itu muncul menunjukkan akan kebutuhan pencarian identitas diri. Ketika beranjak remaja, mereka mendapati banyak sumber nilai di luar rumah dan makin banyak model nilai yang ditirunya.

Di antara sumber nilai yang sangat berpengaruh pada remaja adalah teman sebayanya (*peer group*) beserta figur-figur populer yang mereka kenali lewat berbagai media massa. Bila semua teman-teman dan figur-figur tersebut menyodorkan nilai-nilai yang sama, maka upaya pencarian identitas diri tidak menjadi masalah. Akan tetapi, di saat nilai-nilai yang disodorkan itu saling bertentangan dengan nilai-nilai yang telah diperoleh dari orangtua, maka besar kemungkinan akan memunculkan konflik dalam diri remaja. Di sinilah remaja mengalami kebingungan peran (*role confusion*), menjadikan remaja memainkan peran berganti-ganti dan sulit mengkompromikan peran-peran yang dengan jelas bertentangan ke dalam satu identitas tunggal.

2. Beban Psikologis Remaja

Kondisi psikologis yang labil menjadikan remaja banyak mengalami beban psikologis yang cukup berat. Beban yang selalu menggelayut itu menurut pakar psikologis adalah sebagai berikut.

a. Perasaan Jemu dan Lelah

Banyak remaja sering mengeluh letih dan lelah, karenanya butuh waktu istirahat dan ketenangan. Dengan mengenali dan memahami setiap keluhan anak/remajanya, maka orangtua perlu memberikan waktu istirahat dan menenteramkan diri guna menghindari munculnya sikap dan perilaku kekesalan diri.

b. Sensitif dan Cengeng

Masa remaja yang sedang memiliki kecenderungan sensitivitas berlebihan akan mendahulukan emosi daripada pikiran di saat menghadapi persoalan, walau kecil persoalannya. Perasaannya diliputi oleh berbagai kekacauan seperti merasa terasing, merasa kurang diterima sebagai orang dewasa (kurang dimanusiakan) di tengah keluarga dan masyarakatnya, pendapatnya kurang diakui dan kurang mendapat respon, bahkan dianggap masih anak-anak.

c. Berjuang Mencari Jati Diri

Dalam rangka mencari jati dirinya, remaja sering bersikap dan berperilaku aneh seperti memajang foto-foto dirinya di ruang tamu, di kamarnya, dan sebagainya. Keinginan mengumumkan dirinya "inilah aku", ingin diakui dan dimanusiakan oleh orang-orang dewasa, membangkang dan kritis, meragukan nilai-nilai yang ada di lingkungannya, bahkan termasuk cinta orangtua terhadap dirinya, gemar merokok untuk menunjukkan bahwa dirinya lelaki sejati. Ia sangat memperhatikan kondisi



fisik dan penampilannya; berpakaian modis, penataan rambut yang *nyeleneh*, memakai wewangian, berusaha mencatat berbagai peristiwa dirinya dalam buku harian, dan seterusnya.

d. Mudah Bimbang dan Ragu

Problem yang cukup serius adalah remaja mudah bimbang dan ragu, dan merasa terombang-ambing dalam menghadapi kehidupan nyata ini. Remaja memandang masa depan penuh dengan harapan, tapi kadang muncul ketakutan dan tak punya harapan melihat masa depannya.¹¹

e. Banyak Khayalan

Remaja sering hanyut dalam dunia khayalan yang kadang jauh dari kenyataan. Mereka berlindung dari kehidupan nyata, dengan harapan dapat membuktikan harapannya dalam kehidupan nyata. Khayalannya ini kadangkala disebabkan oleh munculnya keinginan lari dari kenyataan yang menimpa dirinya. Hal ini juga muncul karena oleh banyaknya tekanan batin dan kekangan hidup dari keluarga. Hal ini berdampak negatif bagi remaja, dan membuat kondisi remaja menjadi diliputi oleh kesedihan, bahkan membangkang.

f. Persoalan Pertemanan

Secara umum, anak remaja memandang persahabatan sebagai sesuatu yang suci. Bagi remaja, persahabatan lebih penting bila dibandingkan dengan saudara atau keluarganya sendiri. Oleh karena itu, mereka menjalin persahabatan seerat mungkin, bahkan dapat menghabiskan waktunya untuk selalu bersama teman-temannya.

g. Persoalan Cinta

Kebingungan dan ketidaktenangan jiwa remaja yang sedang dirasakan dapat mendorong remaja untuk menyatakan emosinya dan mencari ketenangan jiwanya melalui cinta. Hal ini sering kali diwujudkan melalui daya khayal dan asmara yang begitu tinggi, sehingga remaja akan mudah berkhayal dan bermimpi. Kondisi seperti ini dapat menimbulkan kegoncangan batin bila ternyata hubungan dengan teman lawan jenis tersebut memburuk.

h. Dorongan seksual

Kondisi remaja adalah kondisi yang sedang bergejolak dorongan seksualitasnya. Oleh karenanya, interaksi mereka dengan kekuatan barunya dapat membawa problem yang kuat bagi remaja. Dengan demikian, diperlukan pengetahuan tentang hal-hal yang berhubungan dengan seks secara bertanggung jawab, secara moral maupun agama.

Gejolak-gejolak tersebut dapat diamati dari segi gelagatnya seperti suka melihat majalah dan buku porno, suka memperhatikan foto porno, mencoba melakukan uji coba seks seperti onani, masturbasi, dan suka mendengarkan cerita atau kisah porno.¹²

i. Remaja Deprivasi Parental

Kehadiran orangtua dalam perkembangan anak remaja sangat penting. Bila anak kehilangan peran dan fungsi ibunya, maka akan mengakibatkan proses pertumbuhan dan perkembangan remaja kehilangan haknya untuk dibina, dibimbing, diarahkan, dan diberikan perhatian serta asuhan dengan penuh kasih sayang dan kehangatan. Disfungsi keluarga dapat terjadi sebagai akibat dari:

1. Kematian salah satu atau kedua orangtua (*broken home by death*);
2. Kedua orangtua berpisah atau bercerai (*broken home by separation or divorce*);
3. Hubungan kedua orangtua tidak baik (*poor marriage*) atau pisah ranjang;
4. Hubungan orangtua dengan remaja tidak harmonis;
5. Suasana rumah tangga yang tegang dan tanpa kehangatan;
6. Orangtua sibuk dan jarang dirumah (*parent's absence*);



7. Salah satu atau kedua orangtua memiliki kelainan kepribadian (gangguan kejiwaan).³

Kondisi keluarga kacau seperti itulah yang secara signifikan mendorong anak remajanya berperilaku maladaptif. Hal ini sebagai kompensasi dari kondisi di rumah, yang bagi mereka terasa seperti "*rumahku nerakaku*".

3. Perilaku Maladaptif Remaja Deprivasional

Banyak ahli menyatakan bahwa akibat kondisi keluarga yang tidak kondisional memunculkan berbagai bentuk perilaku maladaptif remaja (khususnya remaja deprivasi parental). Sikap dan perilaku tersebut dapat berupa hal-hal berikut.

a. Perilaku Seksual yang Menyimpang

Menurut Sutan Amin, berbagai perilaku menyimpang yang mereka tampilkan sebagai akibat gejala dorongan seksual remaja, adalah seperti melakukan onani, masturbasi dengan cara memanipulasikan organ seksual untuk tujuan orgasme, melakukan eksperimen homoseksual dengan teman sebayanya, melakukan eksperimen heteroseksual dengan teman wanita, mengunjungi WTS, memegang atau meraba lawan jenis, melakukan *petting*, dan melihat video porno atau gambar porno.⁴ Selain itu, muncul pula perilaku seks bebas, hidup bersama tanpa menikah, perselingkuhan, dan perilaku pelacuran.⁵

b. Perilaku Maladaptif Sosial

Adapun yang tergolong perilaku maladaptif sosial mencakup; sering membolos sekolah, dikeluarkan atau di-*skorsing* dari sekolah karena berperilaku buruk, seringkali mingsgat dari rumah, sering begadang larut malam dan jarang tidur di rumah, selalu berbohong kepada orangtua, sering mengganggu ketenteraman lingkungan masyarakat tempat remaja tinggal, sering minum minuman keras, merusak barang milik orang lain, melawan otoritas orangtua, guru, masyarakat, suka melanggar disiplin di sekolah ataupun di rumah, seringkali melakukan perkelainan, dan terlibat naza.⁶

C. Konseling Perilaku Maladaptif Remaja Deprivasi Parental

1. Terapi Konseling Keluarga

- a. Penyesuaian dan penekanan kepada keluarga tentang pentingnya menciptakan kehidupan beragama dalam keluarga (walau *single parent*). Hal ini harus segera diciptakan kembali, karena di dalam agama terdapat nilai-nilai akhlak yang tinggi, yang menjadi ruh kehidupan bagi setiap individu.⁷ Realitas kehidupan di negara-negara modern adalah bahwa krisis keluarga muncul sebagai akibat adanya ketidakpastian fundamental akan nilai-nilai moral, etika, dan agama dalam sebuah keluarga atau rumah tangga. Semua itu sebenarnya tidak akan terjadi jika hidup dilandasi dengan agama, moral, dan etika.

- b. Penyesuaian kepada orangtua untuk mendidik dan membina putra-putrinya dengan membiasakan melaksanakan ajaran agama dalam keluarga, melalui berbagai latihan amal ibadah dan keagamaan lainnya dalam kehidupan sehari-hari serta perilaku yang bernilai akhlakul karimah di setiap sikap dan tindakan. Sistem pembiasaan dalam keluarga akan sangat berdampak positif bagi perkembangan anak sehingga akan tercermin dalam segala tindakan anak di dalam keluarga maupun di luarnya.⁸

- c. Menyediakan waktu yang cukup untuk bersama keluarga. Seringkali, orangtua sibuk semua, terus anak bagaimana? Anak akan lari ke teman dan mungkin sekali mendapat pengaruh negatif. Sesibuk-sibuknya ayah atau ibu, harus ada waktu untuk anak-anaknya. Artinya, orangtua (walau *single parent*) perlu mengatur waktu untuk melakukan aktivitas dan komunikasi bersama keluarga.

- d. Membangun interaksi yang intensif antara orangtua dengan anak, walau suami-istri sudah hidup terpisah, karena tidak ada istilah mantan anak atau bekas anak. Dengan demikian, keluarga harus menciptakan *hubungan yang baik* antara orangtua dengan anak yang harmonis, demokratis, timbal balik dan seimbang. Oleh karenanya, anak tidak akan terlalu berbeda dalam suasana di saat berada di tengah keluarga yang utuh dan saat terpisah. Akhirnya, segala beban mental akibat perpisahan orangtua dapat diminimalisir secara lebih intensif dan merasa ada masih pelindungnya.



e. Sebagai penguat keutuhan keluarga, Islam lebih jauh mewajibkan setiap keluarga untuk menjaga dan melestarikan hubungan silaturahmi ke jaringan yang lebih luas lagi, yaitu antara;

1. Orangtua (walau *single parent*) dengan anak;
2. Anak dengan kedua orangtua;
3. Saudara dengan saudara;
4. Seseorang dengan kerabat dan sanak famili;
5. Seorang dengan tetangga;
6. Teman dengan sesama teman;
7. Seseorang dengan pembantu rumah tangga; dan lainnya.¹⁹

f. Walau keluarga *single parent*, butuh membangun hubungan yang *erat* dan *kuat*. Hal ini guna membangun kembali tulang yang sudah berserakan ini bersama anak-anaknya menuju ikatan keluarga baru yang lebih kuat dan tahan banting. Bila hal ini tidak terjadi, keutuhan keluarga *single parenting* akan menjadi lebih berantakan dan anak kehilangan segalanya.²⁰ Orangtua (ayah atau ibu sebagai *single parenting*) harus lebih siap menjadi konsultan yang bijaksana bagi putra-putrinya. Artinya, bila Sang Anak remaja sedang mendapatkan masalah, maka orangtua berusaha membantu menyelesaikan permasalahan anaknya dengan cara yang bijaksana, mencari alternatif jalan keluar yang bisa dilaksanakan oleh putranya. Dengan begitu fungsi orangtua akan dirasakan dan dibutuhkan oleh anak kapan saja.

g. Orangtua selalu berdoa, setidaknya setelah selesai ibadah shalat, demi menjadikan anak yang sholeh atau shalihah. Sebagaimana dituntunkan oleh surat al-Furqon ayat 74, yang artinya:

Dan orang-orang yang berkata: "Ya Tuhan kami, anugerahkanlah kepada kami isteri-isteri kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati (Kami), dan jadikanlah kami imam bagi orang-orang yang bertakwa.

Akhirnya, dapat disimpulkan apabila masing-masing ayah atau ibu (*single parent*) dapat berfungsi dan berperan sebagaimana mestinya, dan tetap berpegang teguh pada nilai-nilai agama yang dianut keluarga. Oleh karena itu, pada gilirannya ketentraman, rasa aman dan damai antara anak dan orangtua akan dapat mendorong perkembangan remaja menuju masa depan yang positif.

h. Pemenuhan kebutuhan mental ruhaniah remaja. Dalam membangun dan menciptakan kembali keutuhan dan kebersamaan orangtua (*single parent*), terlebih dahulu harus mampu memberikan kembali secara utuh kebutuhan pokok psikologis sang anak, yaitu dengan pemenuhan akan rasa agama, rasa kasih sayang, rasa kekeluargaan, rasa aman, harga diri, penyesuaian diri, rasa akan kebebasan, pengendalian diri, dan penerimaan sosial.

i. Bimbingan dan pengarahan terhadap pelaksanaan tugas tugas perkembangan remaja. Sesuai dengan rekomendasi Robert Y. Havighust, dalam kutipan Panut Panuju bahwa tugas perkembangan remaja yang harus dipenuhi adalah:

1. Mencapai hubungan sosial yang matang dengan teman sebayanya, baik dengan teman sejenis maupun lawan jenis;
2. Dapat menjalankan peran sosialnya sesuai dengan jenis kelamin masing-masing;
3. Menerima realitas jasmaniah dan menggunakannya seefektif mungkin dengan perasaan yang memuaskan;
4. Mencapai kebebasan emosional dari orangtua dan orang dewasa. Ia bukan anak-anak lagi dan dapat membebaskan diri dari ketergantungan terhadap orangtua dan orang lain;
5. Mencapai kebebasan ekonomi. Ia sanggup hidup atas kemampuan diri, upaya sendiri, terutama bagi laki laki;
6. Memilih dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan atau belajar memilih suatu jenis pekerjaan sesuai bakat dan minatnya serta keterampilannya;
7. Mempersiapkan diri untuk melaksanakan perkawinan dan hidup berumah tangga. Selain itu, mampu mengembangkan sikap yang positif terhadap kehidupan keluarga dan memiliki anak, yang dilengkapi dengan pengetahuan dan keterampilan hidup berumah tangga;
8. Mengembangkan kecakapan intelektual serta konsep yang diperlukan untuk kepentingan hidup bermasyarakat. Mampu berperilaku sosial yang dapat dipertanggungjawabkan serta turut aktif berpartisipasi dalam kegiatan sosial di tempat tinggalnya serta patuh dan taat pada norma kehidupan yang berlaku di masyarakatnya;



9. Mendapatkan sejumlah norma sebagai pedoman hidup dalam bersikap dan berperilaku. Norma yang berhasil diinternalisasi tersebut secara sadar ditumbuhkembangkan dan diaplikasikan dalam tata-hubungan dengan sesama dan Tuhan YME, lingkungan alamnya, serta berupaya menjaga harmonisasi dan kelestariannya;²¹ dan
10. Bila remaja berhasil melaksanakan tugas-tugas perkembangannya, maka remaja akan memiliki pondasi yang matang dan kokoh dalam memasuki dunia kedewasaan nanti.
 - j. Sikap menekankan kepada orangtua untuk menyadari dan mengambil posisi sebagai tempat bergantung, tempat yang dapat dipercayai dan dihormati oleh anak-anaknya.
 - k. Orangtua sudah semestinya selalu merefleksikan rasa harga menghargai terhadap remajanya dan memberikan kepercayaan kepada remajanya sebagai wujud proses pembelajaran untuk bertanggung jawab dalam bersikap dan bertindak dalam menjalankan tugas perkembangannya.
 - l. Sudah selayaknya orangtua memberikan hak remaja untuk bergaul dengan yang lainnya, dalam batas kontrol nilai yang berlaku bagi adat, budaya, dan agamanya.
 - m. Orangtua sudah semestinya meninggalkan kebiasaan terlalu intervensi terhadap masalah masalah remaja yang sifatnya sepele.
 - n. Orangtua terlebih dahulu menjadi tauladan dalam menjaga antara tindakan dengan segala ucapannya. Artinya, tindakan dan ucapannya selalu sinkron, tidak bertentangan sehingga membuat remaja menaatinya.
 - o. Dalam waktu tertentu, orangtua melepas remajanya untuk berinteraksi dengan dunia luar keluarga, jangan terlalu diproteksi.²² Orangtua mesti menunjukkan kepada putra-putri bahwa orangtua sangat memahami apa yang sedang terjadi dalam kehidupan sehari-harinya, pikiran dan perasaannya, dengan penuh empati dan simpati terhadapnya. Dengan begitu, akan membuat remaja merasa tidak sendirian dalam menghadapi kerisauan batinnya. Ia merasa memiliki sandaran di setiap saat mengalami gejolak batin.
 - p. Orangtua layak bertindak sebagai konsultan bagi putra-putrinya di saat mereka sedang menghadapi persoalan dalam kehidupan sehari-hari. Orangtua sangat bijak apabila mendengarkan, memahami, menampung, dan merespon setiap ungkapan perasaan dan keluh kesah remaja. Dengan demikian, secara otomatis dapat mengendorok segala ketegangan fisik maupun psikologisnya karena suasana perasaan yang membebani dapat terhempas keluar secara melegakan.
 - q. Berupaya mendekatkan remaja dengan kegiatan keagamaan. Orangtua lebih mendorong remaja untuk selalu shalat berjamaah dengan orangtua ke masjid, turut dalam setiap aktivitas keagamaan di masyarakat atau yang diadakan di sekolah, ataupun melalui kegiatan yang diadakan oleh rohis (keruhanian Islam).

2. *Terapi Konseling Remaja*

- a. Pemberian Pemahaman dan Peneguhan diri dengan pendekatan keagamaan.

Dalam situasi dan kondisi apapun, orangtua adalah yang mengandung, melahirkan dan memelihara dan mendidiknya, maka sebagai seorang remaja muslim yang shalih/shalihah tetap wajib menghormati, menghargai, dan membangun hubungan lahir maupun batin secara baik. Hal ini karena perkembangan kehidupan anak ada di tangan ridha orangtua, karena ridha orangtua adalah ridha Allah SWT. Kewajiban ini tertulis dalam surat al-Isra' ayat 23:

Artinya:

Hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya, jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, Maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia.

- b. Penyadaran kepada remaja bahwa masalah seks adalah sesuatu yang selalu berkaitan dengannya. Hal itu adalah alami dan manusiawi, yang mesti terjadi pada setiap manusia. Oleh karena itu, tidak perlu malu atau tabu untuk bertanya atau berkonsultasi kepada orangtua atau orang lain yang lebih tahu atau lebih ahli.



c. Pemberian pemahaman kepada remaja, baik langsung maupun tidak langsung, bahwa potensi dorongan seksual dalam diri manusia merupakan pemberian Tuhan guna meneruskan keturunan dan membangun sejarah manusia, yang akan melangsungkan tugas mulia, yaitu menjadi khalifah dan memakmurkan dunia.

d. Pemberian pemahaman kepada remaja bahwa yang membedakan antara identitas manusia dengan hewan adalah dari sisi pengendalian dorongan seksual manusia dengan akal pikirannya dan syariat-Nya. Hubungan seks adalah suatu hubungan yang suci di mata ajaran Allah SWT melalui syariat-Nya.²³

e. Bila remaja mengalami berbagai persoalan hidup, selayaknya senantiasa berkonsultasi dengan orangtua, guru pembimbing, konselor, atau orang lain yang bersedia menerima curahan hati dan membantu memberikan solusi. Hal ini akan jauh lebih menyelamatkan diri daripada berkompensasi ke dalam perilaku yang menyimpang, yang justru akan menghancurkan masa depan.

f. Orangtua perlu mengingatkan bahwa pilihan hidup ada di tangan diri sendiri, dan jalan hidup yang dipilih akan dilalui sendiri oleh dan untuk diri sendiri. Oleh sebab itu, jangan sampai salah melangkah. Sekali terjerumus, diri ini akan menanggung derita sendiri. Diri ini adalah menjadi tanggung jawab penuh diri sendiri. Renungkan baik-baik dan arahkan diri ke masa depan yang didambakan.

g. Berusaha agar cita-cita mulia masa depan itu tidak terkubur habis dengan sikap dan perilaku yang jelas tidak dibenarkan oleh hati nurani. Perilaku yang maladaptif adalah perilaku yang hanya memberikan kepuasan emosi sesaat dan setelah itu akan menjerat diri ke dalam kesengsaraan yang tiada tara.

h. Berusaha menyibukkan diri dengan kegiatan yang bersifat kelompok (kegiatan positif), seperti organisasi, olahraga, beladiri, kegiatan sosial, kegiatan keagamaan, dan sebagainya, yang mungkin di dalamnya terdapat anggota berbeda jenis. Dengan adanya interaksi sosial ke berbagai arah, dapat menganulir setiap gejala emosi maupun libido. Hal ini setidaknya dapat membantu upaya pencegahan diri dari terjerumus ke dalam pergaulan yang negatif.

PENUTUP

Pada prinsipnya, pernikahan terwujud atas dasar adanya ikatan rasa cinta kasih secara murni dari pasangan suami-istri, yang akan bersatu mewujudkan mahligai rumah tangga yang bahagia, yang diridhai Allah. Namun, kadangkala harapan tersebut di tengah jalan terjadi gonjang-ganjing, yang dengan terpaksa rumah tangga menjadi tidak utuh.

Ketidakutuhan keluarga bisa terjadi karena perceraian, cerai hidup atau mati, atau pisah hidup yang berjauhan dan berkepanjangan. Kondisi seperti itu dapat membuat sebuah keluarga tidak utuh (posisi *single parent*), baik dalam menjalankan roda rumah tangga, maupun dalam mendidik dan mengasuh putra-putrinya. Kondisi seperti itu membuat kehidupan anaknya menjadi pecah, bercerai-berai. Bisa jadi, anak menjadi kehilangan keutuhan dan kehangatan keluarga, kehilangan keutuhan kasih sayang, perlindungan, bimbingan, arahan, dan idola dari keluarga. Beban berat ini kadang mendorong anak bersikap dan berperilaku maladaptif sebagai salah satu jalan mencari kompensasi keseimbangan di luar rumah. Hal ini sangat merugikan diri dan bahkan masa depan mereka. Dengan kondisi perilaku maladaptif remaja dari keluarga yang terpisah ini, tentunya gerakan layanan konseling menjadi amat sangat peduli, demi menyelamatkan remaja tersebut agar kembali pada jalur sikap dan perilaku yang wajar, realistis dalam menghadapi kesulitan dan beban hidup akibat ulah orangtuanya.

ENDNOTE

¹ Alwi Alatas, *Remaja Gaul Ngga Mesti Ngawur* (Jakarta: Mizan, 2004), hal. 7.

² Ashar Suryana Munandar, hal. 20.

³ Soerjono Soekanto dkk, *Mengenal dan Memahami Masalah Remaja* (Jakarta: Pustaka Antara, 1996), hal. 14.

⁴ Musnamar, 1992, hal. 34.

⁵ *Ibid*.

⁶ Dadang Hawari, hal. 624.



- ⁷ Panut Panuju, dkk, *Psikologi Remaja* (Yogyakarta: Tiara Wacana 1999), hal. 12.
- ⁸ Alwi Alatas, *Remaja Gaul*, hal. 44.
- ⁹ *Ibid.*, hal. 43.
- ¹⁰ *Ibid.*
- ¹¹ Muhammad Syarif Ash-Shawwat, *ABG Islami: Kiat Kiat Mendidik Anak dan Remaja* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2003), hal. 240.
- ¹² Dadang Hawari, 2004, hal. 649.
- ¹³ Soerjono Soekanto dkk, *Mengenal dan Memahami Masalah Remaja* (Jakarta: Pustaka Antara, 1996), hal. 98.
- ¹⁴ Dadang Hawari, 2004, hal. 679.
- ¹⁵ *Ibid.*, hal. 758.
- ¹⁶ *Ibid.*, hal. 805.
- ¹⁷ Zakiah Daradjat, *Problematika Remaja di Indonesia* (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), hal. 77.
- ¹⁸ Hanna Jumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), hal. 140.
- ¹⁹ Dadang Hawari, hal. 805-808.
- ²⁰ Panut Panuju, dkk, *Psikologi Remaja*, hal. 23-25.
- ²¹ Muhammad Syarif Ash Shawwat, *ABG Islami*, hal. 255.
- ²² *Ibid.*, hal. 249.

DAFTAR PUSTAKA

- Alatas, Alwi, 2004, *Remaja Gaul Ngga Mesti Ngawur*. Jakarta: Penerbit MIZAN.
- Ash Shawwat, Muhammad Syarif. 2003. *ABG Islami Kiat Kiat Mendidik Anak dan Remaja*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Bastaman, Hanna Jumhana. 1995. *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Brammers, Lawrence. *Therapeutic Psychology Fundamentals of Counseling And Psychotherapy*. New Jersey: Prentice Hall Inc. Englewood Cliff.
- Daradjat, Zakiah. 1974. *Problematika Remaja di Indonesia*. Jakarta: Bulan Bintang
- Hakim, Lukman. 2007. *Seri Pengembangan Pribadi Remaja*, Solo: Era Intermedia
- Yatimin. 2003. *Etika Seksual dan Penyimpangannya Dalam Islam (Suatu Tinjauan Psikologi Pendidikan dan Islam)*. Pekanbaru: Penerbit AMZAH.
- Panju, Panut dkk, 1999. *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Soekanto, Soejono dkk, *Mengenal dan Memahami Masalah Remaja*. Jakarta: Pustaka Antara.