

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Awal masa remaja berlangsung di usia 15 sampai dengan 18 tahun. Pada masa ini, remaja mengalami masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami berbagai konflik yang semakin kompleks seiring dengan perubahan pada berbagai dimensi kehidupan dalam diri remaja, seperti perubahan fisik, psikis, sosial, dan moral. Permasalahan yang terjadi dalam diri remaja dapat berhubungan dengan orang lain atau masalah pribadi dalam diri remaja itu sendiri.

Masalah pribadi dalam diri remaja merupakan yang berhubungan dengan situasi dan kondisi di rumah, di sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai. Adanya permasalahan tersebut memungkinkan remaja berperilaku yang mengundang risiko dan berdampak negatif pada remaja. Contoh perilaku yang mengundang risiko pada masa remaja misalnya berhubungan dengan lawan jenis atau bisa disebut dengan pacaran.

Dalam Islam, cinta atau suka kepada lawan jenis hanya dibenarkan ketika diantara mereka berdua sudah jelas dengan ikatan pernikahan, maka pada hakikatnya hal tersebut bukan lah cinta, melainkan nafsu syahwat dan ketertarikan sesaat.<sup>1</sup> Dalam QS. Al-Isra' Ayat 32 disebutkan bahwa :

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّوْجَ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴿٣٢﴾

Artinya: “Dan janganlah kamu mendekati zina: (zina) itu sungguh suatu perbuatan keji, dan suatu jalan yang buruk”. QS. Al-Isra' Ayat 32.

Ayat tersebut menjelaskan tentang janganlah mendekati zina, menjalin hubungan dengan lawan jenis atau pacaran merupakan salah satu contoh perbuatan zina. Dan hal tersebut dapat dikatakan perbuatan keji, dan jalan yang buruk untuk kehidupan kedepannya.

Dalam sebuah hubungan pacaran *toxic relationship* ada beberapa bentuk-bentuk dari kekerasan yang muncul seperti kekerasan fisik, psikis, seksual, maupun kekerasan ekonomi. Bentuk-bentuk dari kekerasan *toxic relationship* ialah:

---

<sup>1</sup>Abdurrahman Al mukaffi Muk, *No Title, Pacaran dalam Kacamata Islam* (Jakarta: Media Dakwah, 2012).

1. Kekerasan fisik, dalam berwujud seperti perlakuan menyerang beberapa dari anggota tubuh yang dapat mengakibatkan rasa sakit dari yang luka ringan ataupun luka berat.
2. Kekerasan psikis, merupakan perilaku yang berakibat keresahan, adanya ancaman yang diberikan kepada individu, hilangnya rasa percaya diri, adanya sikap yang memermalukan atau menjelek jelekan, hilangnya kepercayaan diri didepan orang, hal tersebut mengakibatkan individu mengalami penderitaan psikis.
3. Kekerasan seksual, dalam wujud paksaan melakukan hubungan seksual terhadap orang yang tinggal di dalam lingkup rumah tangga ataupun mempunyai hubungan khusus dengan tujuan menguntungkan.
4. Kekerasan ekonomi, dalam wujud perilaku yang berakibat kepada individu mengalami kerugian ekonomi ataupun finansial (memeras dan memanfaatkan pasangan).<sup>2</sup>

Dari beberapa bentuk-bentuk kekerasan yang terjadi dalam sebuah hubungan toxic relationship, sangat berdampak pada diri maupun konflik batin penderita. Hal tersebut disebabkan karena individu mendapatkan bayang-bayang dari pasangannya sehingga dapat menimbulkan konflik batin yang mengarah pada depresi ataupun kecemasan. Selain itu, berdampak juga terhadap kehidupannya kesulitan untuk hidup dengan produktif dan sehat. Dijelaskan juga di berita yoursay.id bahwa tidak hanya kesehatan fisik, kesehatan mental juga menjadi hal yang perlu di perhatikan, karena faktor risikonya adalah depresi berat.<sup>3</sup>

Keluar dari hal tersebut memang tidak mudah, dijelaskan dalam berita tempo.co kebanyakan korban yang mengalami akan mencoba mengakhiri atau memutuskan jalinan asmara yang dialami. Ada juga beberapa orang kerap mengalami trauma menjalin hubungan kembali dengan orang lain. Bahkan ada juga yang sulit untuk membangun relasi baru dikarenakan dampak fisik dan psikologis yang muncul.<sup>4</sup>

---

<sup>2</sup> Christina Pattiradjawane dan Sutarto Wijono, Jacob Daan Engel, “*Uncovering Violence Occurring in Dating Relationships: an Early Study of Forgiveness Approach*”, Journal Psikodimensia, Volume 18, No. 1, Januari – Juni 2019, hlm. 10.

<sup>3</sup> Sari Novita, “5 Dampak Toxic relationship bagi Kesehatan Mental”, Arkadia digital media, 25 Oktober 2022, (diakses pada tanggal 9 januari 2023 di laman <https://yoursay.suara.com/lifestyle/2022/10/25/203810/5-dampak-toxic-relationship-bagi-kesehatan-mental>.)

<sup>4</sup> Widiarti yayuk, “Tanda dan Cara Keluar dari Toxic relationship”, Tempo.co, 2 desember 2022, (diakses pada tanggal 9 januari 2023 di laman <https://gaya.tempo.co/read/1663701/tanda-dan-cara-keluar-dari-toxic-relationship>.)

Banyak remaja mengatakan mereka pernah mengalami *toxic relationship*, sampai saat ini beberapa remaja ada yang memilih mengakhiri hubungan mereka, tetapi banyak juga yang memilih untuk bertahan dalam suasana dan situasi hubungan yang tidak nyaman dan merugikan dirinya, dengan alasan mencintai pasangannya. Mereka menyadari akan ketidaknyamanan dalam hubungan, namun takut kehilangan dan cinta dijadikan sebagai alasan sehingga memilih untuk tetap bertahan. Sebenarnya *toxic relationship* sangat memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental seseorang. Semakin lama berada dalam hubungan *toxic*, maka akan semakin besar kemungkinan seseorang mengalami stres, depresi, dan gangguan kecemasan.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK, peserta didik di SMK Kesuma Margoyoso tidak sedikit yang masih menjalin hubungan pacaran. Namun, perjalanan hubungan pacaran tidak sepenuhnya bisa berjalan dengan mulus akan ada konflik-konflik yang muncul diantara kedua individu dimana penyelesaiannya tidak selalu berjalan dengan baik, tidak jarang penyelesaian konflik tersebut diwarnai dengan adanya tindakan kekerasan yang bisa berbentuk verbal, fisik, dan seksual. Guru BK tersebut menyampaikan bahwa beberapa peserta didik merasakan hal tersebut karena pasangan mereka mengekang mereka, kecemburuan yang berlebihan, dan keegoisan dari pasangan berupa ada yang merasa terkekang sampai mereka merasa terancam.<sup>5</sup>

Ciri-ciri *toxic relationship* antara lain ada kecemburuan yang berlebihan, keegoisan dari pasangan, tidak adanya kejujuran, sikap merendahkan, memberi komentar atau mengkritik negatif, dan adanya rasa tidak aman dalam menjalani hubungan, serta melakukan *silent treatment* terhadap pasangannya. *Toxic relationship* dapat membahayakan karena pada masa tersebut remaja belum mampu untuk mengontrol perasaannya, dimana dalam masa remaja pelampiasan emosi/perasaan akan merujuk ke stress atau depresi dan akan melakukan sikap negatif karena tidak mampu untuk manajemen stress.

Guru BK diharapkan dapat membantu mengentaskan permasalahan peserta didik. Pendekatan *client centered* dapat digunakan guru BK untuk mengatasi permasalahan ini. Pendekatan *client centered* merupakan pendekatan yang berperan adalah konseli sendiri. Konseli dibiarkan untuk menemukan solusi masalah yang

---

<sup>5</sup> Wawancara dengan ibu Putri selaku guru BK di SMK Kesuma Margoyoso pada tanggal 22 November 2022.

sedang mereka alami. Pendekatan konseling *client centered* menekankan pada kecakapan konseli untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya dan pemecahan masalah dirinya, yang mana konseli diposisikan untuk memiliki kesanggupan-kesanggupan dalam membuat keputusan.<sup>6</sup>

Hal yang mendasari menggunakan pendekatan konseling *client centered* dalam penelitian ini bahwa konseling *client centered* merupakan konseling yang bertujuan untuk memodifikasi perilaku-perilaku yang tidak adaptif, fokus pada tanggung jawab dan kesanggupan peserta didik untuk menemukan cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh.

Proses konseling menggunakan pendekatan *client centered* dilakukan secara *face to face* antara guru BK dengan peserta didik dengan cara berdialog, agar terciptanya gambaran yang sesuai atau serasi dengan kenyataan yang dialami oleh peserta didik yang sebenarnya. Pendekatan ini lebih difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan peserta didik untuk menemukan cara untuk menghadapi kenyataan secara penuh. Fenomena yang ada di lapangan peserta didik masih malu dan takut untuk meminta pendapat atau bantuan kepada guru BK, dengan alasan mereka menyangka akan hubungan mereka masih sebatas wajar, namun kenyataannya mereka tertekan, tidak fokus di sekolah, dan takut terhadap pasangan.

Berdasarkan latar belakang dan fakta yang diuraikan peneliti, maka peneliti menganggap penting untuk melakukan penelitian tentang **“Upaya Guru BK untuk Mengatasi Toxic relationship Peserta Didik dengan Pendekatan Client Centered di SMK Kesuma Margoyoso”**.

## B. Fokus Penelitian

Untuk memberikan batasan dan ruang lingkup permasalahan yang akan diteliti, maka ditetapkan sebagai fokus penelitian yaitu:

1. *Toxic relationship* yang berhubungan dengan pola pacaran peserta didik SMK Kesuma Margoyoso
2. Pendekatan *client centered* yang dilakukan guru BK di SMK Kesuma Margoyoso
3. Upaya guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi *toxic relationship* dengan pendekatan *client centered* di SMK Margoyoso.

---

<sup>6</sup>Mellyn Yulia, “Efektivitas Konseling Client Centered untuk Meningkatkan Kemandirian Mengambil Keputusan Siswa,” *Universitas PGRI Banyuwangi*, 2017, 71–78.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Bagaimana *toxic relationship* peserta didik di SMK Kesuma Margoyoso?
2. Bagaimana upaya guru BK untuk mengatasi dampak negatif *toxic relationship* dengan pendekatan *client centered* di SMK Kesuma Margoyoso?
3. Bagaimana faktor penghambat dan faktor pendukung dalam upaya guru BK dengan pendekatan *client centered* dalam mengatasi *toxic relationship* di SMK Kesuma Margoyoso?

### D. Tujuan

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana *toxic relationship* peserta didik di SMK Kesuma Margoyoso
2. Untuk mengetahui bagaimana upaya guru BK untuk mengatasi dampak negatif *toxic relationship* peserta didik dengan pendekatan *client centered* di SMK Kesuma Margoyoso
3. Untuk mengetahui faktor penghambat dan faktor pendukung dalam upaya guru BK untuk mengatasi *toxic relationship* peserta didik dengan pendekatan *client centered* di SMK Kesuma Margoyoso.

### E. Manfaat

Manfaat yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Secara teoritis
 

Secara teoritis, penelitian ini memiliki kontribusi dalam bidang bimbingan dan konseling pendidikan Islam, khususnya konsentrasi guru BK dalam pelaksanaan pendekatan *client centered* untuk mengatasi *toxic relationship* peserta didik.
2. Secara praktis.
  - a. Bagi peneliti, menambah wawasan pengetahuan serta pengalaman dalam pelaksanaan pendekatan *client centered* untuk mengatasi *toxic relationship* peserta didik.
  - b. Bagi guru BK, supaya bisa disiapkan menjadi bahan evaluasi pelaksanaan bimbingan dengan pendekatan *client centered* yang telah diterapkan untuk menangani permasalahan *toxic relationship*.

- c. Bagi peserta didik, dapat membantu mengatasi permasalahan *toxic relationship* dengan pendekatan *client centered* serta mampu melewati setiap permasalahan peserta didik baik individual maupun kelompok.
- d. Bagi pembaca, memberikan informasi, wawasan serta pengetahuan baru terkait metode atau cara untuk mengatasi permasalahan peserta didik.

## F. Sistematika Penulisan

Pada dasarnya sistematika penelitian digunakan untuk memudahkan peneliti menyusun skripsi. Sistematika penulisan dibagi menjadi tiga bagian yaitu bagian awal, bagian isi, dan bagian akhir. Sedangkan penulisannya tersusun lima bab yang setiap bab saling berkaitan satu dengan yang lainnya. Pada bagian awal berisi halaman judul, pengesahan majelis penguji ujian munaqosah, abstrak, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar table (jika ada), daftar gambar atau grafik, (jika ada). Pada bagian isi terdapat bab I Pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan juga sistematika penulisan. Selanjutnya adalah bab II Kerangka Teori yang berisi deskripsi teori, penelitian terdahulu, kerangka berpikir. Pada bab III adalah Metode penelitian yang berisi tentang jenis pendekatan, setting dan subyek penelitian, sumber dan teknik pengumpulan data, pengujian keabsahan data, dan teknik analisis data. Pada bab IV adalah Hasil penelitian dan Pembahasan yang berisi tentang gambaran obyek penelitian, deskripsi data penelitian, dan analisis data penelitian. Pada bab V adalah Penutup yang berisi tentang kesimpulan dari bab I sampai IV selain itu berisi saran yang diberikan peneliti.