

Konseling Keluarga pada “Budaya” *Broken Home* Remaja

Oleh: Farida

Remaja dengan identifikasi yang memungkinkan siapa yang diidolakan (*public* maupun negatif. Dalam proses cita-cita, sikap dan sebagainya sehari-hari remaja. Sehingga untuk mendampingi dan “salah arah”. Seperti yang dijumpai akhir-akhir ini, “budaya” *broken home* pada remaja (remaja yang meninggalkan rumah karena kondisi keluarga “berantakan” kurang harmonis). Padahal setiap permasalahan perlu diselesaikan agar tidak mengganggu mental remaja, karena sebagai generasi penerus dan pengisi perjuangan kemerdekaan Indonesia.



karakteristik sosialnya adalah untuk mudah meniru apa dan (*figure*), baik budaya positif identifikasi ini seluruh norma, akan dilakukan dalam perilaku bagaimana cara orang dewasa membimbing agar remaja tidak

Perilaku menyimpang remaja akhir-akhir ini kambuh (segi kuantitas dan kualitas), bila dibiarkan berkepanjangan dan tidak ditangani sungguh-sungguh oleh para orang tua dapat menimbulkan gangguan keamanan dan ketertiban masyarakat. Perilaku anti social remaja merupakan gambaran dari kepribadian antisosial yang ditandai oleh: sering membolos, terlibat kenakalan (bahkan ditangkap/diadili), dikeluarkan atau di skors karena berkelakuan buruk, seringkali lari dari rumah (minggat), selalu berbohong, melakukan hubungan seks meski belum akrab, mabuk miras dan pengguna narkoba, mencuri, merusak barang milik orang lain, prestasi rendah, melawan otoritas, dan perkelahian (Hawari, 1997:196). Dan “minggat” *broken home* menjadi salah satu tanda remaja yang antisosial.

Perilaku menyimpang remaja dapat menjadi penyebab masalah mental. Masalah kesehatan mental remaja Indonesia, menurut Machmud (salah seorang jajaran direksi Rumah Sakit Jiwa Bandung) dalam 3 bulan terakhir (Agustus-Oktober 2003) mencapai 20-60 pasien rawat jalan per bulan padahal awalnya hanya beberapa orang dalam satu bulan. Adapun masalah yang melingkari remaja adalah kenakalan yang berlebihan, narkoba dan gangguan belajar. Masalah-masalah pada remaja karena mengikuti arus modernisasi tanpa batasan norma. Modernisasi (penggunaan teknologi dan industrialisasi), dapat membawa dampak bagi kesehatan jiwa. Karena lupa bahwa dibalik modernisasi yang serba gemerlap memukau ada gejala *the*

agony of modernization (azab sengsara karena modernisasi) yang merupakan ketegangan psikososial yang ditandai dengan kriminalitas, tindak kekerasan, perkosaan, perjudian, narkoba/miras, kenakalan remaja, promiskuitas, prostitusi, bunuh diri, gangguan jiwa dan lain-lain. Karena semakin modern suatu masyarakat semakin bertambah intensitas dan eksistensitas dari berbagai disorganisasi dan disintegrasi sosial di masyarakat (Hawari, 1997:3).

Indikator masalah kesehatan mental pada remaja, antara lain: suka mengganggu hak orang lain atau melanggar hukum, melakukan perbuatan yang dapat mengancam kehidupan pribadi remaja, menghindari persahabatan atau senang hidup menyendiri, sering menampilkan perilaku yang kurang baik atau melakukan kenakalan dan lain-lain. Penyebab masalah kesehatan mental pada remaja karena faktor psikologis, yaitu: merasa kecewa atau sedih, konflik, terlalu pesimis menghadapi masa depan, kurang mendapat pengakuan suatu kelompok dan tidak mendapatkan kasih sayang dari orang tua. Sedangkan faktor lingkungan, yaitu: merebaknya tayangan yang bertema kejahatan dan pornoaksi, kemiskinan yang kronis, budaya premanisme, gaya hidup materialis dan hedonis, berkurangnya kontrol sosial, berteman dengan orang yang berakhlak buruk, iklim kehidupan keluarga yang tidak kondusif atau kurang harmonis (Mashudi, 2012: 182). Sedangkan keluarga yang tidak berfungsi sebagaimana mestinya menjadi faktor terjadinya perilaku menyimpang pada remaja yang mengganggu kondisi mental. Misalnya, hubungan antar anggota keluarga tidak berjalan harmonis, seperti fungsi masing-masing anggota keluarga tidak jelas atau ikatan emosi antar anggota keluarga kurang terjalin dengan baik (Siswanto, 2007:135). Sehingga lingkungan keluarga dan lingkungan sosial akan mempengaruhi mental remaja.

Para ahli berpendapat bahwa orang tua dapat mempengaruhi perkembangan jiwa anak, yang selanjutnya mempunyai risiko tinggi untuk menjadi nakal dengan tindakan anti sosial. Keadaan ini terlebih-lebih lagi kalau dalam keluarga terjadi perceraian, perpisahan, pertengakaran orang tua dan keadaan-keadaan disharmoni/disfungsi keluarga. Dengan demikian pengertian "*deprivasi parental*" mempunyai arti yang lebih luas, tidak sekedar kematian orang tua, tetapi terutama ketiadaan peran orang tua (Hawari, 1997:179). Sehingga kenakalan atau gangguan mental pada remaja menjadi tanggung jawab orang tua (perannya) untuk membantu remaja bermasalah, misalnya ketika remaja terkena "*virus*" *broken home* karena disebabkan oleh kondisi keluarga yang "berantakan" atau kurang harmonis. Menurut Hawari (1997:197) kriteria kondisi keluarga yang tidak sehat yaitu: keluarga tidak utuh (*broken home by death, separation,*

divorce), kesibukan orang tua, ketidakberadaan dan ketidakbersamaan di rumah, hubungan interpersonal yang tidak baik, substitusi ungkapan kasih sayang orang tua dalam bentuk materi daripada kejiwaan (psikologis).

Telah ditegaskan dalam UU RI Nomor 1 1974 tentang perkawinan pasal 45 ayat 1 bahwa kedua orang tua wajib memelihara dan mendidik anak-anak mereka sebaik-baiknya. Bahkan ketika permasalahan remaja yang masuk ke ranah hukum menjadi tanggungan orang tua. Sesuai dengan pasal 47 ayat (1) Anak yang belum mencapai umur 18 tahun atau belum pernah melangsungkan perkawinan ada di bawah kekuasaan orang tuanya selama mereka tidak dicabut dari kekuasaannya. Dan ayat (2) Orang tua mewakili anak tersebut mengenai segala perbuatan hukum di dalam dan di luar pengadilan. Namun dibutuhkan kerja sama antara remaja dan orang tua dalam menyelesaikan setiap permasalahan yang ada pada remaja. Sehingga remajapun memiliki kewajiban, yang telah ditegaskan dalam UU RI Nomor 1 1974 tentang perkawinan pasal 46 ayat 1 (Walgito, 2004: 116) yaitu anak wajib menghormati dan mentaati kehendak mereka yang baik. Jika anak dan orang tua bisa melaksanakan peran masing-masing maka dapat menghadapi masalah-masalah.

Remaja yang mengalami masalah-masalah kesehatan mental dapat mempengaruhi cara berpikir, merasa dan bertindak. Masalah-masalah kesehatan mental dapat menyebabkan kegagalan studi, konflik keluarga, penggunaan obat terlarang, kriminalitas dan bunuh diri (Mashudi, 2012: 178). Ditambah dengan pertukaran budaya yang semakin membuat remaja sulit menghadapi masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, di mana kondisi sosial memosisikan remaja pada suatu waktu dianggap masih kecil dan pada kesempatan lain dianggap sudah “besar”. Ketidajelian remaja dalam mensikapi pertukaran budaya dengan bijaksana akan mengkaburkan kebiasaan baik yang telah diajarkan oleh keluarga. Kebiasaan saling menyayangi, saling menghormati dan penuh perdamaian antar anggota keluarga yang ditanamkan sejak kecil akan menjadi “wacana eksklusif”. Padahal setiap anggota keluarga terikat oleh garis keturunan dan menjadi sebuah keluarga. Namun karena konflik, kadang-kadang “minggat” yang akan semakin memperburuk masalah. Sehingga menjadi tanggung jawab orang tua untuk mencegah munculnya atau merebaknya budaya *broken home* pada remaja. Usaha-usaha yang dilakukan orang tua merupakan praktek dari bimbingan konseling keluarga, sebagai upaya penanganan secara komprehensif-terpadu-konsisten (oleh semua pihak yang terkait).

Peran orang tua menciptakan lingkungan yang dibangun atas dasar harmonitas kebaikan antara orang tua dan remaja akan menghasilkan ledakan kekuatan yang penuh kemilau keindahan, yang memberikan pengaruh di dalam menciptakan lingkungan kondusif untuk pertumbuhan dan perkembangan remaja. Sehingga terjaga fitrah remaja agar tidak ternoda dengan melakukan perbuatan-perbuatan yang menyimpang dan dilarang agama. Karena pada dasarnya setiap orang tua menginginkan remajanya tumbuh dan berkembang secara sempurna, sehat jasmani ruhani, terampil, cerdas, beriman dan berbudi luhur. Untuk itu orang tua dituntut untuk mengetahui secara pasti apa yang sedang menjadi kebutuhan remaja, yang terpenting adalah kasih sayang agar remaja betah tinggal bersama di rumah (dengan keluarga), sanggup mendengar pesan dan nasehatnya, serta tunduk pada perintah dan meninggalkan larangan-larangan orang tua yang tidak sesuai dengan norma (Juwariyah, 2010: 82). Jika hal itu dilakukan oleh keluarga maka remaja akan “betah” di rumah meskipun dengan orang tua tunggal. Selain lingkungan keluarga ada lingkungan sosial.

Di Barat, anak dididik untuk memiliki ketrampilan dan kompetensi dalam berbagai aktivitasnya agar siap menyapa semua fenomena dan berbagai kondisi perubahan sosial (Juwariyah, 2010: 89). Jika hal itu dilakukan pada remaja Indonesia maka akan memiliki kesiapan menghadapi masa depan dan dapat mem-*filter* budaya sesuai dengan norma sosial dan norma agama yang berlaku. Tindakan *preventif* dan *kuratif* terhadap budaya *broken home* dapat dilakukan berbagai upaya (Mashudi, 2012: 227), yaitu:

1. Dukungan sosial adalah pemberian informasi dari orang lain yang dicintai atau mempunyai kepedulian serta memiliki jaringan komunikasi atau kedekatan hubungan. Fungsi dukungan sosial, yaitu: *emotional support* (pemberian curahan kasih sayang, perhatian dan kepedulian), *appraisal support* (bantuan orang lain untuk menilai dan mengembangkan kesadaran akan masalah yang dihadapi), *informational support* (nasihat dan diskusi cara memecahkan atau mengatasi masalah), *instrumental support* (memberikan tempat tinggal, meminjamkan uang dan menyertai berkunjung ke biro layanan sosial).
2. Kepribadian. Karakteristik kepribadian yang harus ada, yaitu: *hardiness*/ketabahan/daya tahan (ditandai sikap komitmen, kesadaran terhadap tantangan, keyakinan), *optimism* (mengharapkan hasil yang baik), *sense of humor* (senang terhadap humor).

Upaya-upaya di atas dapat dipahami sebagai konseling keluarga yang merupakan proses bantuan kepada individu dengan melibatkan para anggota keluarga lainnya dalam upaya memecahkan masalah yang dialami (Mashudi, 2012: 241). Hendaknya semua orang tua mampu menciptakan kondisi keluarga/rumah tangga yang kondusif bagi perkembangan sehat remaja dan criteria keluarga sehat “ideal” yaitu: kehidupan beragama dalam keluarga, mempunyai waktu bersama dalam keluarga, mempunyai komunikasi yang baik antar anggota keluarga, saling menghargai antar anggota, mampu menjaga kesatuan dan keutuhan keluarga, mampu menyelesaikan “krisis” keluarga secara positif dan konstruktif (Hawari, 1997:200). Oleh karena itu, kedudukan orang tua dalam keluarga adalah sangat penting, segala sesuatu yang diperbuat oleh orang tua akan dijadikan tauladan. Masa remaja banyak mencari tempat identifikasi pada orang-orang dalam masyarakat yang dianggapnya ideal. Hal itu perlu disadari oleh orang tua untuk menjadi idola bagi remajanya (Walgito, 1994: 73). Sehingga perilaku baik yang contohkan oleh orang tua akan diidentifikasi remaja.

Konseling keluarga melibatkan seluruh anggota keluarga, dari upaya yang telah dilakukan orang tua dibutuhkan ketaatan remaja “bermasalah” agar segera keluar dari permasalahan (internal ataupun eksternal). Selain upaya yang sudah disebutkan di atas, pemenuhan kebutuhan jiwa remaja akan menghindarkan atau mengatasi perilaku menyimpang pada remaja. Para ahli jiwa mengemukakan 3 kebutuhan jiwa asasi:

1. Al Hajah li al nuwuwwi (growing up) yaitu kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan pada segala aspek manusiawi, misalnya pertumbuhan jasmani, perkembangan kognitif, afektif, psikomotor dan sebagainya, termasuk naluri makan, ingin tahu, bongkar pasang dan lainnya.
2. Al Hajah li an yakuna li al fardi muyul (loving), yaitu kebutuhan menyayangi, menyenangkan.
3. Al hajah ila an yakuna al fardu nafsuhu maudhu’a mailin (being loved) yaitu kebutuhan untuk disenangi atau dicintai (Hamdani, 2012: 281).

Dengan terpenuhinya kebutuhan remaja di dalam keluarga maka tidak akan mencari kebutuhan itu di luar rumah. Hal itu dapat menghindarkan remaja dari “budaya’ *broken home*.”

Daftar Pustaka

- Walgito, Bimo, *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*, Yogyakarta: Sukses Offset, 1994.
Hamdani, Bimbingan dan Penyuluhan. Bandung: Pustaka Setia, 2012.

Hawari, Dadang, *Al-Qur'an (Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa)*, Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa, 1997.

Juwariyah, *Dasar-dasar Pendidikan Anak dalam Al-Qur'an*, Yogyakarta: Sukses Offset, 2010.

Mashudi, Farid, *Psikologi Konseling (Buku Panduan Lengkap dan Praktis Menerapkan Psikologi Konseling)*, Jogjakarta: IRCiSoD, 2012.

Siswanto, *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*, Yogyakarta: Andi Offset, 2007.

Walgito, Bimo, *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*, Yogyakarta: Andi Offset, 2004.