BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Adlerian Family Therapy* (Terapi keluarga menurut Adler)

1. Sejarah Alferd Adler sebagai Bapak *Individual psychologie*

Alferd Adler lahir di Wina pada tahun 1870. Dia menyelesaikan studinya dalam lapangan kedokteran pada Universitas Wina tahun 1895. Mula-mula mengambil spesialisasi *Ophthalmologi* dan kemudian dalam lapangan psikiatri. Mula-mula bekerja sama dengan Freud dan menjadi angggota serta akhirnya menjadi presiden "masyarakat psikoanalisis Wina"[1].

Dr. Adler menyebut teorinya sebagai *Individual Psychology*. Ia juga mengecam keras Freud karena terlalu menekankan ciri – ciri negative atau *animalistic* manusia. Ia menyamakan manusia Freudian dengan seorang yang *neurotic* dan tidak sehat. Dan seperti Maslow, ia yakin bahwa manusia yang sehat akan mengembangkan tujuan-tujuan hidup yang bsersifat sosial. Ia yakin bahwa motivasi primer adalah suatu usaha kearah superioritas yang bersifat bawaan pada bangsa manusia, melahirkan yang disebutnya "gelombang dorongan ke atas"[2]

---

[1] Sumadi Suryabrata,*Psikologi Kepribadian*, (Jakarta : Rajawali Pers,1983) hal.222-223

[2] Frank G Gobel, *Madzab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow* (Yogyakarta : Kanisius , 2006), hal. 194.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Pokok-pokok teori Adler

Teori Adler dapat difahami lewat pengertian-pengertian pokok yang digunakan untuk membahas kepribadian. Adapun pokok teori Adler sebagai berikut[3] :

a) Individualitas sebagai pokok persoalan

Adler memberi tekanan kepada pentingnya sifat khas (unik) kepribadian, yaitu individualitas, kebulatan serta sifat-sifat pribadi manusia. Menurut Adler tiap orang adalah suatu konfigurasi motif-motif, sifat-sifat, serta nilai-nilai yang khas; tiap tindak yang dilakukan oleh seseorang membawakan corak khas gaya kehidupannya yang bersifat individual.

b) Pandangan teleologis : Finalis semu

Sehabis memisahkan diri dari Freud, Adler lalu sangat dipengaruhi oleh filsafat "seakan-akan" yang dirumuskan oleh Hans Vaihinger dalam bukunya yang berjudul *Die Philosophie des Als-Ob* (1911). Vaihinger mengemukakan, bahwa manusia hidup dengan berbagai macam cita-cita atau pikiran yang semata-mata bersifat semu, yang tidak ada buktinya atau pasangannya dalam realitas. Gambaran-gambaran semuyang sedemikian itu misalnya : "semua manusia ditakdirkan sama, kejujuran adalah politik yang paling baik", "tujuan mengesahkan alat" dan sebagainya. Gambaran-gambaran semu itu memungkinkan manusia untuk menghadapi dengan baik. Gambaran-gambaran semu tersebut adalah pangkal-duga-pangkal-duga penolong yang apabila kegunaannya sudah tidak ada yang memakai lagi lalu dapat dibuang.

[3] Sumadi Suryabrata,*Psikologi Kepribadian*, (Jakarta : Rajawali Pers,1983) hal.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut Adler untuk membimbing tingkah laku, setiap orang menciptakan tujuan final yang semu, memakai bahan yang diperoleh dari keturunan dan lingkungan. Tujuan ini semu karena mereka tidak harus didasarkan pada kenyataan, tetapi tujuan itu lebih menggambarkan fikiran orang itu mengenai bagaimana seharusnya kenyataan itu, didasarkan pada interpretasi subjektifnya mengenai dunia. Tujuan final adalah hasil dari kekuatan kreatif individu; kemampuan untuk membentuk untuk membentuk tingkah laku diri dan menciptakan kepribadian diri. Pada usia 4 atau 5 tahun, fikiran kreatif anak mencapai tingkat perkembangan yang membuat mereka mampu menentukan tujuan final, bahkan bayi sesungguhnya sudah memiliki dorongan (yang dibawa sejak lahir) untuk tumbuh, menjadi lengkap, atau sukses. Karena mereka kecil, tidak lengkap dan lemah, mereka measa inferior dan tanpa tenaga. Untuk mengatasi keadaan ini mereka menetapkan tujuan final besar menjadi besar, lengkap dan kuat. Tujuan final semacam ini mengurangi penderitaan akibat perasaan inferior, dan menunjukan arah menuju superiorita dan sukses[4].

[4] Alwisol, *Teori Kepribadian*,(Malang:UMM Press,2009) hal.65

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c) Dua dorongan pokok

Di dalam diri manusia terdapat dua dorongan pokok, yang mendorong serta melatar belakangi segala tingkah lakunya yaitu[5]:

(a) Dorongan kemasyarakatan yang mendorong manusia bertindak yang mengabdi kepada masyarakat

(b) Dorongan keakuan, yang medorong manusia bertindak yang mengabdi kepada aku sendiri

Mengenai dorongan ke-akuan ini pendapat Adler mengalami perkembangan. Sejak tahun 1900 dia telah sampai pada kesimpulan bahwa dorongan agresif lebih penting dari dorngan seksual. Kemudian nafsu agresif (*geltungstrieb*) itu diganti dengan keinginan berkuasa (*Wille Zur Macht*) dan lebih kemudian lagi diganti dengan dorongan untuk superior, dorongan untuk berharga, untuk lebih sempurna. Superioritas disini bukanlahkeadaan yang objektif, seperti kedudukan sosial yang tinggi dan sebagainya, melainkan keadaan yang subjektif, pengalaman atau perasaan cukup berharga. Dorongan untuk berharga ini adalah hal yang ada dalam diri subyek, sebagai bagian dari hidupnya, yang malahan hidup itu sendiri. Sejak lahir sampai mati dorongan superioritas itu membawa pribadi dari satu fase perkembangan ke fase selanjutnya. Dorongan ini dapat menjelma kedalam beribu-ribu bentuk atau cara. Bagaimana jalan terbentuknya dorongan superioritas itu sangat erat hubungannya dengan masalah rendah diri.

---

[5] Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta : Rajawali Pers,1983) hal.224-225.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Misalnya saja anak merasa kurang jika membandingkan diri dengan orang dewasa, dan karenanya didorong untuk mencapai taraf perkembangan yang lebih tinggi, dan apabila dia telah mencapai taraf perkembangan itu timbul lagi lagi rasa diri kurangnya dan didorong untuk maju lagi, demikian selanjutnya. Adler berpendapat, bahwa rasa rendah diri itu bukanlah suatu pertanda ketidak normalan; melainkan justru merupakan pendorong bagi segala perbaikan dalam kehidupan manusia. Tentu saja dapat juga rasa rendah diri itu berlebih-lebihan sehingga manifestasinya juga tidak normal, misalnya timbulnya kompleks rendah diri atau kompleks superior. Tetapi dalam keadaan normal rasa rendah diri itu merupakan pendorong ke arah kemajuan atau kesempurnaan (superior).

d) Dorongan kemasyarakatan

Dorongan kemasyarakatan itu adalah dasar yang dibawa sejak lahir. Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial. Namun sebagaimana lain-lain kemungkinan bawaan, kemungkinan mengabdi kepada masyarakat itu tidak nampak spontan, melainkan harus dibimbing dan dilatih. Jadi kalau mengikuti perkembangan teori adler maka dapat digambarkan sebagai berikut:

(a). Mula-mula manusia dianggap didorong untuk dorongan untuk mengejar kekuatan dan kekuasaan sebagai lantaran untuk mencapai kompensasi bagi rasa rendah dirinya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(b). Selanjutnya manusia dianggapnya didorong oleh dorongan kemasyarakatan yang dibawa sejak lahir yang menyebabkan dia menempatkan kepentingan umum diatas kepentingan pribadi

e) Gaya hidup

Gaya hidup adalah pengertian yang sentral dalam teori Adler, tetapi juga pengertian yang paling sukar dijelaskan. Gaya hidup ini adalah prinsip yang dapat dipakai landasan untuk memahami tingkah laku seseorang; inilah yang melatarbelakangi sifat khas seseorang. Tiap orang memiliki gaya hidup masing-masing. Setiap orang punya tujuan yang sama yaitu mencapai keadaan superioriatas, namun caranya untuk mengejar tujuan itu yang boleh dikatakan tak terhingga banyak. Ada yang dengan mengembangkan akalnya, ada yang dengan melatih ototnya dan sebagainya. Setiap tingkah laku orang, tentu membawakan gaya hidupnya, dia mengamati, berangan-angan, berfikir serta bertindak dalam gayanya yang khas.

Tentang gaya hidup, Forer mengemukakan pendapatnya sebagai berikut : "*Kedudukan anda dalam keluarga sangat mempengaruhi bagaimana anda menghadapi masyarakat dan dunia. Sebagaian besar perkembangan anak bergantung pada interaksi dengan saudara-saudaranya. Semua anggota keluarga memaksakan pola-pola perilaku tertentu kepada anggota keluarga yang lain pada saat mereka berinteraksi untuk memenuhi kebutuhan mereka. Dengan cara inilah, posisi dalam*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keluarga memberi cap yang tidak dapat dihapuskan pada gaya hidup seseorang[6].

f) Diri yang kreatif

Diri yang kreatif adalah penggerak utama, pegangan filsafat, sebab pertama bagi semua tingkah laku. Sukarnya menjelaskan ini karena orang tak dapat menyaksikan secara langsung tetapi hanya dapat lewat manifestasinya. Inilah yang menjembatani antara perangsang yang dihadapi individu dengan respone yang dilakukannya. Diri kreatif inilah yang memberi arti kepada hidup, yang menetapkan tujuan serta membuat alat untuk mencapainya.

3. Aplikasi Keadaan Keluarga Dalam *Adlerian Family Therapy*

Dalam terapi Adler hampir selalu menanyai kliennya mengenai keadaan keluarga, yakni : urutan kelahiran, jenis kelamin dan usia saudara-saudara sekandung. Bahasan mengenai keluarga dapat dijadikan pertimbangan bagi orang tua dalam mengasuh anaknya. Adler mengembangkan teori urutan lahir, didasarkan pada keyakinannya bahwa keturunan, lingkungan dan kreativitas individu bergabung menentukan kepribadian.

Dalam sebuah keluarga, setiap anak lahir dengan unsur genetic yang berbeda, masuk kedalam setting sosial yang berbeda, dan anak-anak itu menginterpretasikan situasi dengan cara yang berbeda. Karena itu

---

[6] Nafi'tul Azmaniah, *Studi Komperasi Kecerdasan Interpersonal berdasarkan Urutan Kelahiran Dalam Keluarga (Sulung, Tengah dan Bungsu) Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Waru,* (Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Ampel, 2016) ,hal. 27-28

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penting untuk melihat urutan kelahiran dan perbedaan cara orang menginterpretasikan pengalamannya.

Anak sulung mendapat perhatian yang utuh dari orang tuanya, sampai perhatian itu terbagi saat dia mendapat adik. Perhatian dari orang tua itu membuat anak memiliki perasaan secara mendalam untuk menjadi superior/kuat, kecemasannya tinggi dan terlalu dilindungi. Kelahiran adik menimbulkan dampak tarumatik kepada anak sulung yang "turun tahta". Peristiwa itu mengubah situasi (dari monopoli perhatian orang tua menjadi harus berbagi menjadi orang tua kedua setelah adik) dan mengubah cara pandangnya terhadap dunia. Anak sulung itu mungkin menjadi pemuda yang bertanggungjawab, melindungi orang lain, atau sebaliknya menjadi orang yang merasa tidak aman dan miskin interst sosial. Itu semua tergantung kepada sejumlah faktor ; keturunan (misalya cacat dapat merusak interasi), persiapan menerima saudara baru dan interpretasi unik terhadap pengalamannya sendiri. Kalau adiknya lahir setelah usianya 3 tahun atau lebih, dia menggabungkan peristiwa itu dengan gaya hidup yang sudah dimilikinya. Anak sulung bisa menjadi marah dan benci kepada adiknya, tetapi kalau dia sudah mengembangkan gaya kooperatifnya, dia memakai gaya kooperatif itu kepada adiknya. Apabila adiknya lahir sebelum dia berusia 3 tahun, kemarahan dan kebencian itu sebagian besar tidak disadari, sikap itu menjadi resisten dan sulit diubah pada masa dewasa.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Anak kedua biasanya memulai hidup dalam situasi yang lebih baik untuk mengembangkan kerja sama dan minat sosial. Sampai tahap tertentu kepribadian anak kedua dibentuk melalui pengamatannya terhadap sikap kakaknya kepada dirinya. Jika sikap kakaknya penuh kemarahan dan kebencian, anak kedua mungkin menjadi sangat kompetitif atau penakut dan sangat kecil hatinya. Umumnya anak kedua tidak mengembangkan kedua arah itu, tetapi masak dengan dorongan kompetisi yang baik, memiliki keinginan yang sehat untuk mengalahkan kakaknya. Jika dia mengalami banyak keberhasilan, anak akan mengembangkan sikap revolusioner dan merasa bahwa otoritas dapat dikalahkan.

Anak bungsu, paling sering dimanja, sehingga beresiko tinggi menjadi anak yang bermasalah. Mereka mudah terdorong memiliki perasaan *inferior* yang kuat dan tidak mampu berdiri sendiri. Namun demikian dia mempunyai banyak keuntungan. Mereka sering termotivasi untuk melampaui kakakk-kakaknya, menjadi anak yang ambisius.

Anak tunggal mempunyai posisi unik dalam berkompetisi, tidak dengan saudara-saudaranya tetapi dengan ayah dan ibunya. Mereka sering mengembangkan perasaan superior yang berlebihan, konsep dirinya rendah, dan merasa dunia ini adalah tempat yang berbahaya, khusunya kalau orang tua memperhatikan kesehatannya. Adler menyatakan, anak tunggal mungkin kurang baik dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengembangkan perasaan kerjasama dan minat sosial, memiliki sifat parasit dan mengharap orang lain memanjakan dan melidunginya

Berbagai perlakuan dan harapan yang diberikan kepada masing-masing anak dengan urutan kelahiran berbeda memunculkan karakteristik tertentu yang tidak sama. Beberapa ciri umum sehubungan dengan posisi anak tengah atau anak kedua menurut Hurlock sebagai berikut :

1) Belajar mandiri dan bertualang adalah akibat kebebasan yang banyak
2) Menjadi benci atau berusaha melebihi perilaku kakaknya yang lebih diunggulkan
3) Tidak menyukai keistimewaan yang diperoleh kakak-kakaknya
4) Bertingkah dan melanggar peraturan untuk mencari perhatian orang tua bagi dirinya sendiri dan merebut perhatian orang tua dari kakak atau adiknya
5) Mengembangkan kebebasan untuk tidak berprestasi tinggi karena kurangnya tekanan untuk berprestasi
6) Mengembangkan kebiasaan untuk tidak berprestasi tinggi karena kurangnya tekanan untuk berprestasi
7) Mempunyai tanggung jawab yang lebih sedikit bila dibandingkan tanggungjawab anak pertama. Hal ini melemahkan sifat-sifat kepemimpinan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

8) Terganggu oleh perasaan diabaikan oleh orang tua yang selanjutnya mendorong timbulnya berkembangnya perilaku
9) Mencari persahabatan dengan teman-teman sebaya diluar rumah. Ini sering mengakibatkan penyesuaian sosial yang baik dari pada penyesuaian anak pertama[7].

4. Proses konseling dan psikoterapi *Adlerian Familian teraphy*

Adler berpendapat bahwa orang-orang dapat berubah menjadi baik dengan cara menciptakan kondisi- kondisi sosial yang dirancang untuk mengembangkan gaya hidup yang realistik dan adaptif. Misalnya anak-anak harus dibantu untuk mengatasi perasaan rendah diri (*inferior*) yang biasanya mereka rasakan dalam membandingkan diri dengan orang-orang dewasa. Dengan demikian Adler menekankan pentingnya melatih teknik-teknik mengasuh anak yang efektif bagi orang tua dan juga pendidikan awal anak- anak. Ia juga mengemukakan bahwa hal yang lebih penting adalah mencegah gangguan-gangguan psikologis, bukan merawat gangguan-gangguan yang sudah terjadi[8].

Konseling aliran Adler dibangun mengitari empat tujuan sentral, yang sesuai dengan empat fase proses terapeutik (Dreikurs,1967). Fase-fase ini tidaklah linear dan tidak bergerak maju dengan langkah-

---

[7] Nafi'tul Azmaniah, *Studi Komperasi Kecerdasan Interpersonal berdasarkan Urutan Kelahiran Dalam Keluarga (Sulung, Tengah dan Bungsu) Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Waru,* (Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Ampel, 2016) ,hal. 30-31

[8] Yustinus Semiun, *Teori Kepribadian & Terapi Psikoanalisti Freud,* (Yogyakarta : Kasinisius, 2010) ,hal. 19.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

langkah yang kaku, melainkan fase-fase itu akan bisa difahami sangat baiknya sebagai suatu jalinan benang yang nantinya akan membentuk selembar kain. Seperti yang telah dikemukakan sebelumnya maka tahap-tahap ini adalah[9]:

1) Menciptakan hubungan terapeutik yang tepat
2) Menggali dinamika psikologi yang ada dalam diri kilen (analisis dan penilaian)
3) Membangunkan semangat pengembangan rasa memahami diri sendiri (wawasan diri)
4) Menolong klien menentukan pilihan-pilihan baru (reorientasi dan reedukasi)

B. *Inferiority*

1. Pengertian *Inferiority*

Perasaan inferior dan kompensasi pertama kali dipelajari oleh Alfred Adler pada kecacatan jasmani dan kompensasi. Menurut Alfred Adler dalam bukunya *Study of Organ Inferiority and Its Physical Compensation (1907)*, mendeskripsikannya sebagai proses dari kompensasi atas ketidakmampuan atau keterbatasan fisik seseorang. Tergantung pada sikap yang diambil atas kekurangan fisiknya, kompensasi atas ketidakmampuan atau keterbatasan tersebut bisa saja memuaskan atau tidak. Dari studinya pada kecacatan jasmani dan kompensasinya, Adler mulai melihat bahwa setiap individu

[9] Buku kuliah Family terapi paket 5

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai seseorang yang memiliki perasaan inferior baik dia sadari maupun tidak[10].

Dalam pandangan Adler, orang-orang pada dasarnya didorong oleh *kompleks inferioritas*, bukan insting sexsual seperti yang dikemukakan oleh Freud. Pada beberapa orang, perasaan-perasaan inferioritas ini disebabkan oleh masalah - masalah fisik dan ada kebutuhan untuk mengkompenisasikannya. Akan tetapi, semua dari kita- karena pada masa kanak-kanak ukuran tubuh kita kecil dan tidak berdaya terhadap orang dewasa- mengalami perasaan inferioritas.[11]

Kompleks Inferioritas muncul dari suatu inferioritas organic, dari suatu bentuk pendidikan yang menindas, atau dari suatu pendidikan yang terabaikan. Adler mempelajari secara khusus inferioritas (kekurangan) organic dengan memperlihatkan bahwa hal tersebut mempunyai pengaruh besar terhadap psikis. Pengaruhnya bisa positif (kompensasi) atau negative (komplek neurotisme)[12].

Inferioritas psikologis yaitu perasaan – perasaan inferioritas yang bersumber pada rasa tidak lengkap atau tidak sempurna dalam setiap bidang

---

[10] https://intansahara.wordpress.com/2012/07/27/inferiority-complex-syndrome-sebagai-salah-satu-penyebab-penyakit-sosial (Diakses pada tanggal 13 Agustus 2106)

[11] Yustinus Semiun, *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*, (Yogyakarta :Kanisius 2006) hal. 18-19.

[12] Adolfo Lippi, *Salib dan Penyembuhan*, (Yogyakarta : Kanisius 2001) hal.36

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kehidupan. Contoh : anak yang dimotivasikan oleh perasaan inferior akan berjuang untuk mencapai taraf perkembangan yang lebih tinggi[13].

Inferioritas adalah keraguan terhadap diri sendiri tentang siapa dan apa yang dapat kita lakukan. Hal ini menyebabkan orang menarik diri dan bahkan mengisolasi diri dari orang lain. Seseorang yang menderita hal ini akan mendapati bahwa mereka tidak dapat memimpin orang lain dengan efektif[14].

Jadi *inferiority* adalah suatu bentuk sikap, emosi keadaan diri yang menganggap lemah diri sendiri, menganggap diri orang lain lebih baik dari dirinya hingga timbul perasaan takut untuk menjadi diri sendiri dan melangkah lebih maju.

b. Faktor-faktor penyebab *Inferiority*

Bila keraguan yang serius dan terus menerus tentang diri sendiri, bila rasa ketidakmampuan tak kunjung henti dan merembes ke seluruh hidup, kita menyebut keadaan itu dengan "penyakit" rendah diri (*inferiority complex).* Istilah itu dipergunakan untuk menyebut konsep diri yang rendah. Orang yang menderita "penyakit" rendah diri bersikap amat negatif, tidak menyukai diri sendiri dan pesimis tentang kemungkinan untuk menjadi manusia yang diidamkan[15].

---

[13] Ladislaus Naisaban, *Para Psikolog Terkemuka Di Dunia* (Jakarta: Grasindo 2014) hal.7.

[14] Susilo, *Kepemimpinan Sulaiman bagi Para Usahawan*, (Yogyakarta : Indonesia cerdas 2006), hal 162.

[15] Paul J Centi, *Mengapa Rendah Diri?*, (Yogyakarta : Kanisius, 2016) hal.14

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berikut sebab-sebab timbulnya perasaan *Inferiority* pada individu:

1). Faktor *Intern*, yaitu penyebab yang berasal dari diri sendiri, seperti cacat tubuh, kelemahan menguasai bidang studi, dan susah berkomunikasi.

2). Faktor *Ekstern*, yaitu penyebab yang berasal dari luar, seperti ekonomi, orang tua lemah (tidak mampu), orang tua yang bercerai dan keluarga yang sering bertengkar[16].

Selain itu, berikut analisis mengenai penyebab *inferiority* :

1). Penyebab dari dalam diri

(a). Kurang terpenuhinya kebutuhan kasih sayang

(b). Kurang dihargai dan diterima

(c). Rasa tidak puas terhadap dirinya

(d). Sifat labil

(e). Konsep diri rendah dan negative

(f). Merasa dirinya kurang bermakna

2). Penyebab dari luar diri

(a). Orang tua kurang memahami kejiwaan anaknya

(b). Teman sebaya / pergaulan yang berperilaku negative

(c). Orang dewasa / guru belum optimal dalam mendidik[17].

---

[16] Rudi Mulyatiningsih, *Bimbingan Pribadi-Sosial, Belajar, dan Karier*, (Jakarta : Grasindo, 2004), hal. 38.

[17] Yuri Megaton dkk, *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada Satuan Pendidikan Menengah*, (Jakarta : Grasindo), hal. 56-57

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Indikasi perilaku *inferiority*

Seorang yang mengalami

1). Suka menyendiri

2). Terlalu berhati-hati ketika berhadapan dengan orang lain sehingga terlihat kaku

3). Pergerakannya agak terbatas, seolah olah sedar yang dirinya memang mempunyai banyak kekurangan

4). Merasa curiga terhadap orang lain

5). Tidak percaya bahwa dirinya mempunyai kelebihan

6). Sering menolak apabila diajak ke tempat yang ramai

7). Beranggapan bahwa orang lainlah yang harus berubah

8). Menolak tanggung jawab hidup untuk mengubah diri menjadi lebih baik[18].

c. Upaya mengubah *Inferiority* menjadi percaya diri (*self confident*)

Inferiority apabila terus dipupuk akan menjadi suatu penyakit yang akan membunuh diri kita sendiri. Bila *inferiority* tidak kita proyeksikan ke dalam bentuk perbuatan yang positif maka akan menjadi boomerang bagi diri kita. Berikut upaya mengubah *inferiority* menjadi percaya diri :

1). Mintalah perlindungan Allah SWT dari godaan setan yang berupaya membuat manusia was-was

2). Yakinlah bahwa Allah SWT tidak akan memberikan beban kepada hambaNya kecuali menurut kadar kesanggupan atau kapasitasnya

[18] http://alamsetiabakti.blogspot.com/2009/09/inferiority-complek.html?m=1 (diakses pada tanggal 14 Agustus 2016)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3). Senantiasa berprasangka baik kepada Allah SWT terhadap kejadian apapun yang dialami

4). Jangan menganggap setiap kendala sebagai ancaman, namun lihatlah sebagai peluang yang menantang

5). Berusaha menjadi diri sendiri, karena meniru-niru orang lain akan membuat diri anda merasa tidak nyaman

6). Jangan pernah berada dalam baying-bayang kesuksesan orang lain, karena sampai kapanpun bayangan tidak akan lebih baik dari benda aslinya

7). Ingatlah berbagai prestasi anda di masa lalu dan jangan dihantui oleh dihantui oleh mimpi buruk tentang masa depan

8). Terus tanamkan sikap penuh pengharapan (*raja')* terhadap kebaikan-kebaikan Allah SWT dalam hati kita

9). Hindari sejauh mungkin perasaan takut (*khauf)* yang berlebihan terhadap orang-orang dan lingkungan di sekitar anda, seperti takut tidak diterima dalam pergaulan atau takut dilecehkan oleh lingkungan baru[19].

C. *Adlerian Family Teraphy* Dalam Mengatasi *Inferiority*

Dalam teori Adler, dijelaskan bahwa individu sebagai pokok persoalan mempunyai sifat-sifat yang unik mempunyai tujuan-tujuan yang dibentuk dari tingkah lakunya. Selain itu individu mempunyai dua dorongan pokok yakni dorongan pokok yakni dorongan kemasyarakatan dan keakuan yang melahirkan gaya hidup (*Life style)* yang berbeda antara individu satu dengan yang lainnya.

[19] Reza M. Syarif, *13 Top Secrets Pembuka Pintu Rezeki*,(Semarang : Qultum Media), hal.108

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari sinilah akan muncul keadaan yang superioritas (positif) dan inferioritas (negatif).

Dua keadaan ini dipandang secara subjektif, karena berasal pengalaman diri sendiri. Superioritas mendorong individu untuk maju, tapi inferioritas tidak menutup kemungkinan mendorong individu untuk mundur. Semua tergantung bagaimana cara individu untuk memberikan kompensasi terhadap keadaan tersebut.

Dalam penelitian ini, inferioritas yang dimaksud adalah inferioritas yang tidak bisa dikompensasikan oleh individu, hingga ini menjadi sebagai suatu masalah. Dalam teori *Adlerian Family Teraphy* memandang konseli bukan sebagai orang yang "Sakit " dan perlu "disembuhkan", melainkan sasaranya adalah melakukan re-edukasi kepada konseli sehingga mereka bisa hidup ditengah masyarakat sebagai anggota yang sederajat, yang mau memberi dan menerima dari orang lain (Mosak, 1989).

Inferiority adalah keraguan terhadap keraguan diri sendiri tentang siapa dan apa yang dapat kita lakukan. Hal ini menyebabkan orang menarik diri dan bahkan mengisolasi diri.

Inferioritas yang membuat individu menarik diri menyebabkan hubungan sosial individu dengan individu lainnya menjadi terganggu. Ketakukan untuk berhubungan dengan orang lain ini bersumber dari fikiran (*kognitif*) individu. Hal ini berkesinambungan dan sesuai dengan terapi yang diberikan yakni *Adlerian Family Teraphy* bahwa pengalaman pengalaman masa lampau individu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang terekam di dalam kognitifnya akan mempengaruhi perilaku individu di masa lampau maupun masa sekarang dan yang akan datang.

D. Penelitian Terdahulu Yang relevan

a. Penelitian yang dilakukan oleh Ulul Machmudah jurusan kependidikan Islam konsentrasi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negri Sunan Ampel Surabaya ini ditulis dalam bentuk skripsi dengan judul "Konseling Adlerian Untuk Mengatasi Depresi Cognitive Triad : Sudi Kasus Pada Siswa Kelas XI-N Di Madrasah Aliyah Negri Nglawak Kertosono". Beberapa anak- anak remaja diperkotaan sekarang ini mengalami lebih banyak masalah yang menimbulkan stress dari pada dimasa lalu, misalnya perceraian orang tua, tidak adanya dukungan dari orang tua, pergaulan bebas, persaingan yang semakin ketat untuk mendapatkan pendidikan, masalah hubungan dengan teman sebaya, dan juga harapan orang tua yang terlalu tinggi. Hal ini menyebabkan tingkat depresi pada anak- anak dan remaja semakin tinggi dimasa sekarang ini. depresi adalah suatu pengalaman yang menyakitkan, suatu perasaan dan tidak ada harapan lagi atau bahwa depresi adalah sutu perasaan sendu atau sedih yang biasanya disertai dengan perlambatnya gerak dan fungsi tubuh. Cognitive triad merupakan tiga serangkai pola kognitif yang membuat individu memandang dirinya, pengalamannya dan masa depannya secara idiosinkritik, yaitu memandang diri secara negative serta memandang masa depan secara negative. Gangguan- gangguan dalam depresi dapat dipandang sebagai pengaktifan tiga pola kognitif

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

utama ini. Mengatasi cognitive triad ini dapat ditangani melalui konseling Adlerian.

Konseling Adlerian dirasa cocok untuk mengatasi permasalahan ini, karena Konseling Adlerian merupakan pendekatan kognitif yang diberikan pada klien untuk didorong, melihat, memahami dan mengubah gagasan dan keyakinan-keyakinan mereka tentang diri mereka sendiri, dunia mereka, bagaimana mereka akan berperilaku di dunia itu. Berdasarkan data riwayat konseli maka diagnosis konseli adalah depresi cognitive triad dengan ciri- ciri yakni meyendiri, melamun, kehilangan minat untuk beraktivitas, murung, sedih berkepanjangan, sensitif, mudah marah dan tersinggung, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya konsentrasi dan menurunnya daya tahan, ,memandang kehidupan adalah negatif, enggan menjalin relasi dan adanya pikiran bunuh diri.

Prognosis dari kasus ini cenderung ke arah positif karena ada dukungan sosial yang cukup adekuat dari nenek dan bibi. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang berjenis study kasus, yang mana dalam hal ini hanya melibatkan satu klien saja. Teknik pengumpulan data disini menggunakan metode Observasi, Interview dan Dokumentasi. Analisis data dalam penelitian ini meliputi reduksi data, penyajian data, kesimpulanatauverifikasi.

Adapun hasil penelitian adalah berkurangannya gejala- gejala depresi setelah klien mengikuti sesi konseling adlerian, klien tidak lagi memunculkan pola-pola dari cognitive triadnya. Sehingga dapat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

disimpulkan bahwa konseling adler mampu untuk mengatasi depresi jenis cognitive triad[20].

b. Selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Umul Choiroh dari jurusan pendidikan agama Islam fakultas tarbiyah kependidikan UIN Sunan Ampel. Skripsi yang ditulisnya berjudul : PERSEPSI PEREMPUAN PEDAGANG TENTANG PENDIDIKAN AGAMA ANAK (Studi Kasus Persepsi Perempuan Pedagang Tentang Pendidikan Agama Anak Di Pasar Larangan Desa Larangan Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo). Penelitian persepsi perempuan pedagang tentang pendidikan agama anak dilatarbelakangi oleh kenyataan bahwa banyaknya perempuan yang memadati pasar Larangan untuk berdagang dari pagi hingga sore hari, bahkan ada yang berangkat siang pulang hingga tengah malam, yang mana tugas ibu yang seharusnya menjaga dan mengawasi anaknya menjadi berkurang perhatiannya, apalagi dalam hal pendidikan agamanya yang sangat penting untuk mencetak putra/putri yang sholeh/sholihah. Permasalahan penelitian ini adalah bagaimana persepsi perempuan pedagang tentang tujuan, tindakan, materi dan metode yang dilaksanakan

[20] Machmdah, *Konseling Adlerian Untuk Mengatasi Depresi Cognitive Triad : Sudi Kasus Pada Siswa Kelas XI-N Di Madrasah Aliyah Negri Nglawak Kertosono*,(Skripsi : Fakultas Tarbiyah Keguruan UIN Sunan Ampel, 2013) hal. vii

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang tua dalam memberikan pendidikan agama kepada anak di lingkungan keluarganya.[21]

Subjek penelitian ini adalah perwakilan perempuan pedagang yang sudah berumah tangga yang memiliki anak berusia maksimal 12 tahun. Peneliti mengambil 1 responden dari 5 jenis perempuan pedagang yang ada di pasar Larangan Sidoarjo. Sedangkan objek penelitian ini adalah persepsi perempuan pedagang dalam memberikan pendidikan agama kepada anak di lingkungan keluarganya di samping kesibukannya berdagang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi dan tindakan yang dilaksanakan perempuan pedagang dalam memberikan pendidikan agama kepada anak di lingkungan kekuarganya. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumenter. Selanjutnya untuk teknik analisis data menggunakan Analisis data kualitatif, merupakan suatu teknik yang menguraikan dan mendeskripsikan data-data yang telah terkumpul secara menyeluruh tentang keadaan yang sebenarnya. Karena data yang penulis hasilkan adalah data kualitatif, maka untuk menganalisis data dari hasil penelitian di gunakan metode analisis dengan menggunakan metode berfikir deduktif dan induktif.

[21] Umul Choiroh, *Persepsi Perempuan Pedangang Tentang Pendidikan Agama Anak (Studi Kasus Persepsi Perempuan Pedagang Tentang Pendidikan Agama Anak Di Pasar Larangan Desa Larangan Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo)* (Skripsi : Fakultas tarbiyah Keguruan, 2011) hal. vi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dalam memberikan pendidikan agama terhadap anak di lingkungan perempuan pedagang di pasar Larangan Sidoarjo digambarkan dengan cara keteladanan, pembiasaan, pengawasan, pemberian hukuman, dan nasihat dengan tindakan-tindakan baik itu diajarkan secara sendiri maupun lewat perantara.

c. Penelitian yang ditulis oleh Heni Maghrifatul Arifah dengan Judul: Kontribusi Pendidikan Islam dalam Menanamkan Akhlak Mulia (Studi Diniyah Pondok Pesantren Sunan Drajat Paciran Lamongan) jurusan pendidikan agama Islam, Fakultas Tarbiyah Keguruan UIN Sunan Ampel Surabaya tahun 2016.

Pendidikan mempunyai peran yang sangat urgent dalam kehidupan. Kegagalan dunia pendidikan dalam menyiapkan masa depan umat manusia merupakan kegagalan bagi kelangsungan kehidupan bangsa. Dunia modern saat ini, termasuk Indonesia ditandai oleh gejala kemerosotan akhlak yang benar-benar berada pada taraf yang menghawatirkan. Tuduhan sering kali diarahkan kepada dunia pendidikan sebagai penyebabnya. Hal ini terjadi karena pendidikan merupakan salah satu pranata yang terlibat langsung dalam mempersiapkan masa depan umat manusia.Terlebih lagi dunia pendidikan Islam yang notabene pendidikan yang sangat berkaitan dengan akhlak. Hal ini dapat dimengerti, karena pendidikan berada pada barisan terdepan dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyiapkan sumber daya manusia yang berkualitas (cakap secara jasmani dan rohani). Kaitannya dengan hal tersebut, pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam tertua yang bertujuan untuk tafaqquh fiddin (memahami agama) dan membentuk moralitas umat melalui Pendidikan. Sehingga pondok pesantren sering kali dijadikan sebagai alternatif untuk memperbaiki akhlak seseorang. Sehingga untuk mengetahui kontribusi yang dilakukan oleh pondok dalam kasus ini harus diketahui secara menyeluruh, mulai dari sistem pendidikan Islam yang ada di Pondok Pesantren Sunan Drajat dan implementasi pendidikan akhlak yang ada di pondok tersebut. Kajian pustaka yang digunakan adalah pendidikan Islam dan akhlak.[22]

Dalam hal ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Lokasi penelitian di Pondok Pesantren Sunan Drajat Paciran-Lamongan. Subjek penelitian adalah para pengurus dan pendidik di Pondok Pesantren Sunan Drajat. Teknik pengumpulan data menggunakan; observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis data menggunakan reduksi, penyajian data, dan kesimpulan data. Adapun teknik pemeriksaan keabsahaan data menggunakan ketekunan pengamatan, triangulasi data, dan diskusi teman sejawat. Hasil dari penelitian ini,

[22] Heni Maghrifatul Arifah, *Kontribusi Pendidikan Islam dalam Menanamkan Akhlak Mulia (Studi Diniyah Pondok Pesantren Sunan Drajat Paciran Lamongan)* (Skripsi : Fakultas Tarbiyah Keguruan UIN Sunan Ampel Surabaya,2016) hal.vii

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

secara umum terdapat dua lembaga pendidikan yang ada di Pondok Pesantren Sunan Drajat yakni pendidikan formal dan pendidikan non formal. Penanaman akhlak di pondok ini dilakukan oleh semua lembaga dan *stake holder* yang ada di dalamnya termasuk kehidupan di pondok.

Adapun cara penanaman akhlak diantaranya melalui materi akhlak, uswah (keteladanan), dan pengontrolan. Dari keberagaman pendidikan dan cara penanaman tersebut dapat diketahui kontribusi Diniyah Pondok Pesantren Sunan Drajat sebagai berikut: pembelajaran akhlak melalui kitab, keteladanan, pengawasan, dan pengontrolan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id