BAB II

BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM, RATIONAL EMOTIF BEHAVIOR THERAPY, DAN POLA ASUH OTORITER

A. Kajian Teoritik

1. Bimbingan dan Konseling Islam

   a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

   Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah, terus menerus dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam al-Qur'an dan hadist Rasulullah Saw ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntutan al-Qur'an dan hadist.[30]

   Aunur Rahim Faqih berpendapat bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai mahluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaan senantiasa selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk dari Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.[31]

[30] Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 23.
[31] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII PRESS, 2004), hal. 4.

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 Ahmad Mubarok MA dalam bukunya konseling agama teori dan kasus, pengertian bimbingan dan konseling islam adalah usaha pemberian bantuan kepada seseorang atau kelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yakni dengan membangkitkan kekuatan getaran batin di dalam dirinyauntuk mendorong mengatasi masalah yang dihadapinya.[32]

Menurut H. Zainal Arifin Bimbingan dan Konseling islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu atu kelompok agar dapat keluar dari berbagai kesulitan untuk mewujudkan kehidupan yang senantiasa di ridhoi Allah SWT baik di dunia maupun di akhirat.[33]

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan dari seseorang yang telah professional (konselor) kepada orang yang sedang mempunyai masalah (klien) dengan pendekatan berbasis Islam agar klien mampu menghadapi dan menyelesaikan masalahnya dengan ketentuan dan nilai-nilai yang terkandung dalam al-Qur'an dan hadist dan kemudian mampu hidup selaras dengan syariat islam.

b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam secara umum adalah membantu individu untuk mempunyai pengetahuan tentang posisi

[32] Ahmad Mubarok, *Konseling Agama Teori dan Kasus, Cet. 1* (Jakarta: Bina Rencana Pariwara, 2002), hal. 4-5.

[33] Isep Zainal Arifin,*Bimbingan Penyuluhan islam.* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009). Hal. 10.

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

dirinya dan mempunyai keberanian untuk mengambil keputusan dan melakukan suatu kegiatan yang dipandang baik, benar dan bermanfaat bagi kehidupannya di dunia dan untuk kepentingan di akhiratnya.[34]

Sedangkan tujuan khususnya yaitu:

1) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah
2) Membantu individu dalam menghadapi masalah yang dialami
3) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi dengan lebih baik agar tetap baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.[35]
4) Mengajak individu untuk lebih dekat dengan Allah SWT

Secara garis besar tujuan Bimbingan dan Konseling Islam selain membantu memecahkan masalah yang dihadapi klien, tetapi juga membantu mengembangkan nilai dan segi positif yang dimiliki individu agar individu dapat mengembangkan dirinya dan mecapai kebahagiaan dunia maupun di akhirat.

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Adapun fungsi bimbingan konseling adalah sebagai berikut:

1) Fungsi Pemahaman (Undestanding Function) yaitu konseling yang menghasilkan pemahaman bagi konseli dari segi psikologis baik fisik maupun intelegensi, lingkungan, serta berbagai informasi yang dibutuhkan seperti karier, keluarga, maupun agama.

[34] Ahmad Mubarok, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, hal. 89.
[35] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 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

2) Fungsi Preventif (pencegahan) yaitu membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan penceegahan sebelum mengalami masalah kejiwaan. Upaya ini meliputi pengembangan strategi dan program yang dapat digunakan mengantisipasi resiko hidup yang tidak perlu terjadi.
3) Fungsi pengentasan (Curative) yaitu fungsi konseling yang menghasilkan kemampuan konseli untuk memecahkan masalah-masalah yang dialami dalam kehidupan dan perkembangannya.[36]
4) Fungsi Remedial atau Rehabilitative yaitu konseling banyak memberikan penekanan pada fungsi remedial karena sangat dipengaruhi psikologi klinik dan psikiatri. Focus peranan remedial adalah: penyesuaian diri, penyembuhan masalah psikologis yang dihadapi dan mengembalikan kesehatan mental serta mengatasi gangguan emosional.
5) Fungsi Edukatif (pengembangan atau developmental) yaitu berfokus pada membantu meningkatkan ketrampilan dalam kehidupan, mengidentifikasi dan memecahkan masalah hidup serta meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan.[37]

[36] Hartono, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), hal. 36-37.
[37] Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, hal. 217.

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

d. Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam

1) Membantu individu untuk mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya sesuai dengan hakekatnya (mengingatkan kembali akan fitrahnya).
2) Membantu individu menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, baik dan buruknya, kekuatan dan kelemahannya sebagai sesuatu yang telah ditakdirkan oleh Allah, namun manusia hendaknya menyadari bahwa diperlukan ikhtiar sehingga dirinya mampu bertawakal kepada Allah SWT.
3) Membantu individu memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapinya
4) Membantu individu menemukan alternative pemecahan masalah
5) Membantu individu mengembangkan kemampuannya mengantisipasi masa depan, sehingga mampu memperkirakan kemungkinan yang akan terjadi berdasarkan keadaan sekarang dan memperkirakan akibat yang akan terjadi, sehingga membantu mengingat individu untuk lebih berhati-hati dalam melakukan perbuatan dan bertindak.[38]

[38] Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam,* hal. 35-40.

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

e. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

1) Asas Kerahasiaan

Konselor menjaga rahasia segala data atau informasi tentang diri konseli dan lingkungan yang berkenaan dengan pelayanan konseling.

2) Asas Kesukarelaan

Kesukarelaan artinya tanpa paksaan. Dalam pelayanan konseling, seorang klien dengan sukarela dan tanpa ragu-ragu meminta konseling kepada konselor.

3) Asas Keterbukaan

Keterbukaan artinya adanya perilaku yang terus terang, jujur tanpa ada keraguan untuk membuka diri baik pihak konseli maupun konselor.

4) Asas Kekinian

Masalah yang dibahas pada saat konseling adalah masa saat ini yang sedang dialami. Bukan masalah lampau atau masalah yang mungkin akan dialami pada masa yang akan datang.

5) Asas Kemadirian

Konseling bertujuan menjadikan konseli memiliki kemampuan untuk menghadapi dan memecahkan masalahnya sendiri, sehingga ia dapat mandiri dan tidak bergantung pada konselor.

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

6) Asas Kegiatan

Konseling tidak akan menghasilkan perubahan perilaku yang diinginkan apabila tidak ada kemauan sendiri dalam diri klien.

7) Asas Kedinamisan

Dinamis artinya berubah. Usaha konseling menghendaki terjadinya perubahan pada diri konseli ke arah yang lebih baik.

8) Asas Keterpaduan

Konseling berusaha memadukan aspek kepribadian klien agar mampu melakukan perubahan kearah yang lebih maju.

9) Asas kenormatifan

Konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat.

10) Asas keahlian

Pemberi pelayanan konseling adalah harus seseorang yang ahli dan professional dalam bidang konseling yang disebut Konselor.[39]

f. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam memberikan bimbingan dan konseling, langkah-langkah yang akan dilakukan oleh konselor adalah sebagai berikut:

1) Identifikasi kasus yaitu langkah pengumplan data dari berbagai sumber yang bertujuan untuk mengetahui masalah atau kasus yang dihadapi melalui wawancara, observasi, dan analisis data. Pada langkah ini konselor mencatat semua kasus yang perlu mendapat

[39] Hartono, *Psikologi Konseling*, hal. 40-44.

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

bimbingan dan menentukan kasus mana yang harus ditangani terlebih dahulu.

2) Diagnosis yaitu langkah untuk menetapkan masalah beserta latar belakangnya. Hal yang dilakukan adalah mengumpulkan data dan mengadakan studi kasus dengan berbagai teknik pengumpulan data. Setelah data terkumpul maka ditetapkan masalah yang sedang dihadapi.
3) Prognosis yaitu langkah untuk menetapkan bantuan dan terapi apa yang akan digunakan dalam membantu menangani masalah klien.
4) Terapi (treatmen) yaitu langkah pelaksanaan bimbingan atau bantuan pada klien. Dalam langkah ini konselor dan klien melakukan proses terapi guna meringankan beban masalah klien, terutama dalam pengambilan keputusan.[40]
5) Evaluasi dan Follow-Up yaitu langkah untuk menilai atau mengetahui sampai sejauh mana keberhasilan terapi yang telah diberikan. Yang menjadi ukuran keberhasilan konseling akan tampak pada kemajuan tingkah laku klien yang berkembang ke arah yang lebih positif.[41]

[40] I. Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah* (Malang: CV Ilmu, 1975), hal. 104-106.
[41] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, hal. 85.

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

g. Unsur-Unsur Bimbingan dan Konseling Islam

1) Konselor

Konselor adalah orang yang sedia dengan sepenuh hati membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya berdasarkan pada ketrampilan dan pengetahuan yang dimilikinya.[42]

Adapun syarat yang harus dimiliki konselor adalah:

a) Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT
b) Sifat kepribadian yang baik, jujur, bertanggung jawab, sabar, ramah dan kreatif.
c) Mempunyai kemampuan, ketrampilan dan keahlian (professional) serta berwawasan luas dalam bidang konseling.[43]

2) Klien

Klien adalah seseorang yang mengalami kesulitan atau masalah, baik kesulitan jasmani atau rohani di dalam kehidupannya dan tidak dapat mengatasinya sendiri, sehingga memerlukan bantuan orang lain agar bisa mengatasi kesulitan yang dihadapi. Untuk itu persyaratan bagi seorang klien antara lain:

a) Klien harus bermotivasi kuat untuk mencari penyelesaian atas masalah yang dihadapi.
b) Keinsyafan akan tanggung jawab yang dipikul oleh klien sendiri dalam mencari penyelesaian masalah dan melaksanakan apa yang diputuskan pada akhir konseling

[42] Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM PRESS, 2008), hal. 55.
[43] Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Remaja Rosdkarya, 2006), hal. 80.

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) Keberanian dan kemampuan untuk menyelesaikan masalahnya.[44]

3) Masalah

Bimbingan konseling berkaitan dengan masalah yang dialami individu yang akan dihadapi dan telah dialami oleh individu, seperti:

a) Pernikahan dan keluarga
b) Pendidikan
c) Social (kemasyarakatan)
d) Pekerjaan atau jabatan
e) Keagamaan[45]

2. *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

a. Pengertian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Rational Emotive Behavior Therapy adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku, dan pikiran.Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dikembangkan oleh Albert Ellis melalui beberapa tahapan.pandangan dasar pendekatan ini tentang manusia adalah bahwa individu memiliki tendensi untuk berfikir irrasional yang salah satunya didapat melalui belajar social.[46] Pendekatan ini merupakan pengembangan dari behavioral. Pada proses konselingnya, REBT berfokus pada tingkah

[44] W.S, Winkle, *Bimbingan dan Penyuluhan di Institute Pendidika*, (Jakarta: Grafindo, 1991), hal. 309.

[45] Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 41-42.

[46] W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, hal. 364.

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

laku. Akan tetapi REBT menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah diakibatkan oleh pemikiran irrasional, sehingga focus penanganan pada pendekatan REBT adalah pemikiran individu. REBT adalah pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pemikiran konseli agar membiarkan pemikiran irrasionalnya atau belajar megantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku.[47]

Menurut Albert Ellis, manusia pada dasarnya adalah unik yang memiliki kecenderungan untuk berfikir rasional dan irrasional. Ketika berfikir dan bertingkah laku rasional manusia akan efektif, bahagia, dan kompeten. Ketika berfikir dan bertingkahlaku irrasional individu itu menjadi tidak efektif.Reaksi emosional seseorang sebagian besar disebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang di dasari maupun tidak di dasari. Hambatan psikologis atau emosional tersebut merupakan akibat dari cara berfikir yang tidak logis dan irrasional, yang mana emosi yang menyertai individu dalam berfikir penuh dengan prasangka, sangat personal, dan irrasional.[48]

Dalam terapi ini, Ellis juga memperkenalkan teori A-B-C.A adalah kenyataan dan kejadian yang ada atau sikap dan perilaku seseorang. B merupakan keyakinan terhadap A yang biasanya

---

[47] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2011), hal. 201-202.

[48] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Terapi* (Bandung: Refika Aditama, 2009), hal. 242.

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

memunculkan C (reaksi emosional +/-). C merupakan konsekuensi dari emosi atau perilaku (reaksi) yang dapat benar (+) atau salah (-).A (peristiwa) tidak menjadikan terjadinya emosional.[49]

Contoh pemikiran Irrasional adalah sebagai berikut:

A : *Saya (ibu) mempunyai anak yang nakal.*

B : *Saya **harus** memarahinya atau memberi hukuman, jika tidak maka dia tidak akan jera dan akan mengulanginya lagi.*

C : *Saya marah dan geram dan malu dengan tingkah laku anak saya.*

b. Tujuan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Tujuan konseling menurut Ellis pada dasarnya membentuk pribadi yang rasional, dengan jalan mengganti cara berfikir yang irasional. Cara berfikir manusia yang irrasional itulah yang menyebabkan individu mengalami gangguan emosional dan karena itu cara berfikirnya atau iB harus diubah menjadi yang lebih tepat yaitu cara berfikir yang rasional (rB). Ellis mengemukakan secara tegas bahwa pengertian tersebut mencangkup meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri (self-defeating) dan mencapai kehidupan yang lebih realistic, falsafah hidup yang toleran, termasuk di dalamnya dapat mencapai keadaan yang dapat mengarahkan diri, menghargai diri, fleksibel, berfikir secara ilmiah, dan menerima diri.

[49] Hartono, *Psikologi Konseling*, hal. 133.

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

Tujuan psikoterapis yang lebih baik adalah menunjukkan kepada klien bahwa verbalisasi-verbalisasi diri mereka telah dan masih menjadi sumber utama dari gangguan-gangguan emosional yang dialami oleh mereka.[50]Secara umum REBT mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya (Gladding, 1992, p. 117). Ellis Bernard mendiskripsikan beberapa sub tujuan yang sesuai dengan nilai dasar pendekatan REBT. Sub tujuan ini dapat menjadikan individu mencapai nilai untuk hidup (to survive) dan untuk menikmati hidup (to enjoy). Tujuan tersebut adalah:

1) Memiliki minat diri (self interest)
2) Memiliki minat social (social interest)
3) Memiliki pengarahan diri (self direction)
4) Toleransi
5) Fleksibel
6) Memiliki penerimaan
7) Dapat menerima ketidakpastian
8) Dapat menerima diri sendiri
9) Dapat mengambil resiko
10) Memiliki harapan yang realistis
11) Memiliki toleransi terhadap frustasi yang tinggi

[50] Rochman Natawidjaya, *Konseling Kelompok Konsep Dasar & Pendekatan* (Bandung: Rizqi Press, 2009), hal. 275.

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

12) Memiliki tanggung jawab pribadi.[51]

Untuk mencapai tujuan-tujuan konseling itu maka perlu pemahaman klien tentang system keyakinan atau cara berpikirnya sendiri. Ada tiga tingkatan insight yang perlu dicapai dalam REBT (Gilliland dkk, 1984) yaitu:

1) Pemahaman (insight) dicapai ketika klien memahami tentang perilaku penolakan diri yang dihubungkan pada penyebab sebelumnya yang sebagian besar sesuai dengan keyakinannya tentang peristiwa-peristiwa yang diterima (antecedent event) yang lalu dan saat ini.
2) Pemahaman terjadi ketika konselor atau terapis membantu klien untuk memahami bahwa apa yang mengganggu klien pada saat ini adalah karena berkeyakinan yang irrasional terus dipelajari dan yang diperoleh sebelumnya.
3) Pemahaman dicapai pada saat konselor membantu klien untuk mencapai pemahaman ketiga, yaitu tidak ada jalan lain untuk keluar dari hambatan emosional kecuali dengan mendeteksi dan "melawan" keyakinan yang irrasional (iB).[52]

c. Teknik-Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Teknik konseling dengan pendekatan REBT dapat dikategorikan menjadi tiga kelompok, yaitu teknik kognitif, teknik imageri, teknik behavioral atau tingkah laku.

[51] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, hal. 213.
[52] Latipun, *Psikologi Konseling*, hal. 79..

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

1) Teknik Kognitif

Teknik ini membantu klen berpikir mengenai pemikirannya dengan cara yang lebih konstruktif. Klien diajar untuk memeriksa bukti yang mendukung dan menentang keyakinan-keyakinan irasionalnya dengan menggunakan tiga kriteria utama:

a) *Logika.* Karena anda ingin mendidik anak anda yang nakal dan pembangkang agar menjadi anak yang rajin dan penurut, bagaimana logikanya supaya menjadi anak yang baik dan menghormati anda?

b) *Realisme.* Dimana buktinya bahwa anak anda akan menghormati anda? Jika benar, anda akan dijamin bahwa dia akan takut, jera, dan akhirnya akan mematuhi perkataan anda. Itukah problem sebenarnya?

c) *Kemanfaatan.* Seberapa bermanfaatkah untuk selalu berpegang pada keyakinan itu? Apa manfaat keyakinan itu jika anda terus menerapkannya kepada anak anda?[53]

2) Teknik Emotif

a) *Assertive Training.* Teknik ini digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan klien untuk menyesuaikan dirinya dengan perilaku yang diinginkan. Latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan klien.

[53] Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2010), hal. 513-514.

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) *Teknik Sosiodrama.* Digunakan untuk mengekspresikan perasaan-perasaan yang menekan (perasaan negative) melalui keadaan yang didramatisasikan sehingga klien secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan, maupun dalam bentuk gerakan.

c) *Teknik 'Self Modellling'*. Meminta klien untuk berjanji atau membuat komitmen dengan konselor untuk menghilangkan perasaan atau perilaku tertentu. Pada teknik ini klien diminta untuk setia pada janjinya dan secara terus menerus menghindarkan diri dari perilaku negative.

d) *Teknik Imitasi.* Digunakan ketika konselor meminta klien untuk menirukan secara terus menerus model perilaku tertentu dengan maksud menghilangkan perilakunya yang negative.[54]

3) Teknik Imageri

a) Dispute Imajinasi*(imaginal disputation)*

Strategi imaginal disputation melibatkan penggunaan imageri. Setelah melakukan dispute secara verbal, konselor meminta konseli untuk membayangkan dirinya kembali pada situasi yang menjadi masalah dan melihat apakah emosinya telah berubah. Bila iya, maka konselor meminta konseli untuk mengatakan kepada dirinya sebagai individu yang berfikir lebih

[54] Muhammad Surya, *Teori-teori Konseling* (Bandung: CV Pustaka Bani Quraisy), hal. 51.

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

rasional dan mengulang kembali proses diatas. Bila belum, maka keyakinan irrasionalnya masih ada.

b) Kartu control emosional (*the emotional control card*-ECC)

Adalah alat yang dapat membantu konseli menguatkan dan memperluas praktik *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT). ECC bisa digunakan untuk memperkuat proses belajar. Secara lebih khusus perasaan marah *(anger)*, kritik diri *(self criticism)*, kecemasan *(anxiety)*, dan depresi *(depression)*.ECC berisi dua kategori yang parallel, yaitu (1) perasaan yang tidak seharusnya atau yang merusak diri dan (2) perasaan yang sesuai dan tidak merusak diri.

c) Proyeksi waktu*(time projection)*

Meminta konseli untuk memvisualisasikan kejadian yang tidak menyenangkan ketika kejadian itu terjadi, setelah itu membayangkan seminggu kemudian, sebulan kemudian, enam bulan kemudian, setahun kemudian, dan seterusnya. Bagaimana konseli merasakan perbedaan tiap waktu yang dibayangkan. Konseli dapat melihat bahwa hidup berjalan terus dan membutuhkan penyesuaian.

d) Teknik melebih-lebihkan*(the "blow-up" technique)*

Adalah variasi dari teknik "worst and imagery".Meminta konseli membayangkan kejadian yang menyakitkan atau kejadian yang menakutkan, kemudian melebih-lebihkannya

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

sampai pada taraf yang paling tinggi. Hal ini bertujuan agar konseli dapat mengontrol ketakutannya.

4) Teknik-teknik Behavioral

a) Dispute Tingkah Laku*(behavioral disputation)*

Yaitu member kesempatan kepada konseli untuk mengalami kejadian yang menyebabkannya berpikir irrasional dan melawan keyakinannya tersebut.

b) Bermain peran *(role playing)*

Dengan bantuan konselor konseli melakukan role play tingkah laku baru yang sesuai dengan keyakinan yang rasional.

c) Peran rasional terbalik*(rational role reversal)*

Yaitu meminta konseli untuk memainkan peran yang memiliki keyakinan rasional sementara konselor memainkan peran menjadi konseli yang irasional. Konseli melawan keyakinan irasional konselor dengan keyakinan rasional yang diverbalisasikan

d) Pengalaman langsung*(exposure)*

Konseli secara sengaja memasuki situasi yang menakutkan. Proses ini dilakukan melalui perencanaan dan penerapan kerampilan mengatasi masalah *(coping skills)* yang telah dipelajari sebelumnya

.

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

e) Menyerang rasa malu*(shame attacking)*

Melakukan konfrontasi terhadap ketakutan untuk malu dengan secara sengaja bertingkah laku memalukan dan mengundang ketidaksetujuan lingkungan sekitar.Dalam hal ini konseli diajarkan mengelola dan mengantisipasi perasaan malunya.

f) Pekerjaan rumah*(homework assighments)*

Selain melakukan disputation secara verbal, *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT) juga menggunakan *homework assignments* (pekerjaan rumah) yang digunakan sebagai *self-help work*.Terdapat beberapa aktifitas yang dapat dilakukan dalam homework assignments yaitu membaca, mendengarkan, menulis, mengimajinasikan, berfikir, relaksasi, dan distraction, serta aktifitas.[55]

d. Ciri-Ciri *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Ciri-ciri tersebut dapat di uraikan sebagai berikut:

1) Dalam menelusuri masalah klien, konselor berperan lebih aktif dibandingkan klien. Maksudnya adalah bahwasanya peran konselor disini harus bersikap efektif dan memiliki kapasitas untuk memecahkan masalah yang dihadapi klien dan bersungguh-sungguh dalam mengatasi masalah yang dihadapi.

2) Dalam proses hubungan konseling harus tetap diciptakan dan dipelihara hubungan baik dengan klien. Dengan sikap yang ramah

[55] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, hal. 220-225.

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

dan hangat dari konselor akan mempunyai pengaruh yang penting demi suksesnya proses konseling sehingga dengan terciptanya proses yang akrab dan rasa nyaman ketika berhadapan dengan klien.

3) Terciptanya dan terpeliharanya hubungan baik ini dipergunakan oleh konselor untuk membantu klien mengubah cara berfikirnya yang tidak rasional menjadi rasional.
4) Dalam proses hubungan konseling, konselor tidak banyak menelusuri masa lampau klien.
5) Diagnosis (rumusan masalah) yang dilakukan dalam konseling rasional emotif bertujuan untuk membuka ketidak logisan cara berfikir klien.Dengan melihat permasalahan yang dihadapi klien dan factor penyebabnya, yakni menyangkut cara berfikir yang tidak logis itu sebenarnya menjadi penyebab gangguan emosionalnya.[56]

e. Langkah-langkah *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

George dan Cristiani (1984) mengemukakan tahap-tahap konseling REBT adalah sebagai berikut:

Tahap *pertama* proses untuk menunjukkan kepada klien bahwa dirinya tidak logis, membantu mereka mengalami bagaimana dan mengapa menjadi demikian, dan menunjukkan hubungan gangguan yang irasional itu dengan ketidakbahagiaan dan gangguan emosional yang dialami.

[56] Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Teori Konseling* (Ghalia Indonesia: Jakarta, 1985), hal. 89.

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

Tahap *kedua,* membantu klien menyakini bahwa berfikir dapat ditantang dan diubah.Kesediaan klien untuk dieksplorasi secara logis terhadap gagasan yang dialami oleh klien dan konselor mengerahkan kepada klien untuk melakukan *disputing* terhadap keyakinan klien yang irasional.

Tahap *ketiga,* membantu klien lebih ”mendebatkan” (*disputing)* gangguan yang tidak tepat atau irasional yang dipertahankan selama ini menuju cara berfikir yang lebih rasional dengan cara reinduktrinasi yang rasional termasuk bersikap secara rasional.[57]

3. Pola Asuh Otoriter

a. Pengertian Pola Asuh Otoriter

Dalam *Kamus Bahasa Indonesia* pola asuh atau pengasuhan berarti hal (cara, perbuatan, dan sebagainya) mengasuh. Didalam mengasuh terkandung makna menjaga/merawat/mendidik, membimbing/ membantu/ melatih, memimpin/ mengepalai/ menyelenggarakan. Istilah asuh sering dirangkaikan dengan asah dan asih menjadi asah-asih-asuh. Mengasah berarti melatih agar memiliki kemampuan atau kemampuannya meningkat. Mengasihi berarti mencintai dan menyayangi.[58]

Secara etimologi, pola berarti bentuk, tata cara. Asuh berarti menjaga, merawat dan mendidik. Secara terminology pola asuh adalah pola perilaku yang diterapkan pada anak dan bersifat relative konsisten

[57] Latipun, *Psikologi Konseling,* hal. 80.
[58] Sri Lestari, P*sikologi Keluarga* (Jakarta: Kencana, 2012), 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

dari waktu ke waktu. Pola perilaku ini dapat dirasakan oleh anak dari segi negative dan positif.

Menurut Kohn yang dikutip oleh Chabib Thoha mengemukakan pola asuh merupakan sikap orang tua dalam berhubungan dengan anaknya. Sikap ini dapat dilihat dari berbagai segi, seperti cara orang tua mengatur anak, memberikan hadiah maupun hukuman, cara memberikan perhatian dan tanggapan terhadap keinginan-keinginan anak. Dalam melakukan tugas-tugas perkembangannya, individu dipengaruhi oleh peranan orang tua tersebut. Peranan orang tua itu memberikan lingkungan yang memungkinkan anak dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya.

Pola asuh orang tua dalam membantu anak untuk mengembangkan disiplin diri ini adalah upaya orang tua yang diaktualisasikan terhadap pernataan lingkungan fisik, lingkungan social internal dan eksternal, pendidikan internal dan eksternal, dialog dengan anak-anaknya, suasana psikologis, social budaya, perilku yang ditampilkan pada saat terjadinya "pertemuan" dengan anak-anak, control terhadap perilaku anak-anak, dan menentukan nilai-nilai moralsebagai dasar berperilaku dan yang diupayakan kepada anak-anak.[59]

Secara garis besar pola asuh dapat diartikan sebagai bentuk interaksi atau hubungan sekaligus pendidikan dari orang tua kepada

[59] Moh, Shochib. Pola Asuh Orang Tua: *Untuk Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri* (Jakarta: PT Rineka Cipta,2007), Hal. 15.

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. Dalam perkembangannya, kepribadian anak sebagian besar ditentukan oleh orang tua yang mengasuhnya, Maka dari itu baik maupun buruk perilaku anak tergantung dari bagaimana cara orang tua menerapkan pola pengasuhan terhadap anaknya.

Pola asuh otoriter adalah pola pengasuhan anak yang bersifat pemaksaan, keras, dan kaku, dimana orang tua akan membuat berbagai peraturan yang saklek harus dipatuhi oleh anak-anaknya tanpa mau tau perasaan sang anak. Orang tua akan emosi dan marah jika melakukan hal yang tidak sesuai dengan yang diinginkan oleh orang tuanya. Hukuman mental dan fisik akan sering diterima oleh anak dengan alasan agar anak terus patuh dan disiplin serta menghormati orang tua yang telah membesarkannya.

Pola asuh otoriter adalah pola yang ditandai dengan cara mengasuh anak-anak dengan aturan yang ketat, seringkali memaksa anak untuk berperilaku seperti dirinya (orang tua), kebebasan bertindak atas nama diri sendiri dibatasi. Anak jarang diajak berkomunikasi dan diajak ngobrol, bercerita, bertukar pikiran dengan orang tua.orang tua menganggap dirinya selalu benar sehingga anak harus selalu mematuhi apapun yang dikatakan dan disarankan oleh orang tuanya. [60]

Menurut Baumrind Pola asuh otoriter adalah pola asuh yang membatasi dan menghukum, dimana orang tua mendesak anak untuk mengikuti arahan mereka dan menghormati pekerjaan dan upaya

[60] Rizka Ananda, *Tips Membentuk Karakter Positif Anak* (Yogyakarta: Akmal Publishing, 2012), hal. 52.

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

mereka. Orang tua yang otoriter menerapkan batas dan kendali yang tegas pada anak. Orang tua otoriter mungkin juga sering memukul anak, memaksakan aturan secara kaku tanpa menjelaskannya, dan menunjukkan amarah pada anak.

Menurut santrock pola asuh otoriter adalah pola Asuh yang penuh dengan pembatasan dan hukuman (kekerasan) dengan cara orang tua memaksakan kehendaknya dan memegang kendali penuh dalam mengontrol anak-anaknya.[61]

Menurut Singgih D. Gunarsa dan Ny. Y Singgih D. Gunarsa pola asuh otoriter adalah bentuk pola asuh yang menuntut anak agar patuh dan tunduk pada semua perintah dan aturan yang dibuat orang tua tanpa ada kebebasan untuk bertanya dan mengungkapkan pendapat sendiri.[62]

Edwards mengemukakan pola asuh otoriter adalah pengasuhan kaku, dictator dan memaksa anak untuk selalu mematuhi perintah orang tua tanpa banyak alasan. Dalam pola asuh ini biasanya ditemukan penerapan hukuman fisik dan aturan-aturan tanpa merasa perlu menjelaskan kepada anak.

Hurlock mengungkapkan bahwa orang tua yang mendidik anak dengan menggunakan pola asuh otoriter memperlihatkan ciri-ciri sebagai berikut: orang tua menerapkan peraturan yang ketat, tidak adanya kesempatan untuk mengemukakan pendapat, anak harus

[61] John W. Santorock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 2007) hal. 167.
[62] Yulia Singgih D. Gunarsa, *Asas-asas Psikologi Keluarga Idaman*, hal. 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

mematuhi segala peraturan yang dibuat oleh orang tua, berorientasi pada hukuman fisik maupun verbal, dan orang tua jarang memberikan hadiah maupun pujian.

Gaya pengasuhan otoriter dilakukan oleh orang tua yang selalu berusaha membentuk, mengontrol, mengevaluasi perilku dan tindakan anak agar sesuai dengan aturan standar.Aturan tersebut biasanya bersifat mutlak yang dimotivasi oleh semangat teologis dan diberlakukan dengan otoritas yang tinggi.Kepatuhan anak merupakan nilai yang diutamakan, dengan memberlakukan hukuman manakala terjadi pelanggaran. Orang tua menganggap bahwa anak merupakan tanggung jawabnya, sehingga segala yang dikehendaki orang tua yang diyakini demi kebaikan anak merupakan kebenaran.Anak-anak kurang mendapat penjelasan yang rasional dan memadai atas segala aturan, kurang diihargai pendapatnya, dan orang tua kurang sensitive terhadap kebutuhan dan persepsi anak.[63]

Pengertian di atas memberi gambaran bahwa pola asuh otoriter adalah pola pengasuhan yang memaksa.orang tua otoriter adalah orang tua yang suka menghukum anak secara fisik maupun nonfisik. Bertempramen keras atau kaku, bahkan tidak menuruti apa yang menjadi kehendak yang sifatnya tidak ada penjelasan dalam memberikan kebijakan pada anak.

[63] Sri Lestari. *Psikologi Keluarga*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), Hal. 48-49.

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. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Asuh

Banyak pemikiran yang melahirkan sikap otoritas orang tua hanya karena rasa takut dan anggapan bahwa orang tua adalah bagian dari kehidupannya.Akibanya, tidak ada *konformitas* dan *transaksional* antara orang tua dengan anak sebagai panutan untuk mengembangkan nilai-nilai yang diharapkan.Karena adanya pemikiran yang demikian, maka orang tua memberikan gagasan yang sulit untuk diterima oleh anak-anaknya dan sulit untuk dihilangkan, bahwa orang tua harus menggunakan kekuasaan untuk menghadapi anak-anaknya, penggunaan pola asuh seperti ini merupakan penghalang bagi terciptanya keharmonisan keluarga. Selanjutnya menurut shochib, secara khusus perlakuan orangtua terhadap anak-anaknya sangat dipengaruhi oleh factor-faktor sebagai berikut:

1) Pengalaman Masa Lalu

Perlakuan orang tua terhadap anak-anaknya mencerminkan perlakuan mereka terima waktu kecil dulu.Bila perlakuan yang mereka terima keras dan kejam, maka perlakuan terhadap anak-anaknya juga keras seperti itu.

2) Kepribadian Orang Tua

Kepribadian orang tua dapat memenuhi cara mengasuhnya. Orang tua yang kepribadian tertutup dan konservatif cenderung memperlakukan anak-anaknya dengan ketat dan otoriter

.

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) Nilai-Nilai yang Dianut Orang Tua

Ada sebagian orang tua yang menganut faham *aqualitarian* yaitu kedudukan anak sama dengan kedudukan orang tua, ini di Negara barat sedangkan di Negara timur nampaknya orang tua masih cenderung menghargai keputusan anak. Generasi tua hidup di dalam kerangka kebijaksanaan pragmatis dan berdasarkan pengalaman di masa lalu, generasi remaja bertindak tanduk selaras dengan idealisme yang romantic dan dinamis, kedua dipertemukan pada realita yang sama, yaitu kebutuhan untuk hidup berdampingan, bukan sebagai orang asing yang bertentangan, tetapi sebagai pribadi-pribadi yang saling mengindahkan, memperdulikan dan memperhatikan.[64]

c. Ciri-ciri pola asuh otoriter diantaranya:

1) Hukuman yang keras
2) Suka menghukum secara fisik
3) Bersikap mengomando
4) Bersifat kaku (keras)
5) Cenderung emosional dan bersikap menolak
6) Harus mematuhi peraturan-peraturan orang tua dan tidak boleh membantah.[65]

d. Karakteristik dari sikap orang tua yang otoriter adalah:

1) Orang tua menentukan segala sesuatu

[64] Shocib, *Pola Asuh Orang Tua*, hal. 93.
[65] Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 51.

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) Anak tidak diberi kesempatan untuk menyampaikan pandapatnya
3) Keinginan atau cita-cita anak tidak mendapat perhatian
4) Sikap orang tua bedasarkan prinsip hukuman dan ganjaran

e. Bentuk-bentuk pola asuh otoriter:
1) Membentak anak
2) Memukul anak dengan keras
3) Berkata kotor atau kasar
4) Menjewer telinga anak
5) Marah di depan anak dengan mengisyaratkan bahasa tubuhnya seperti melotot, mengangkat tangan dan sebagainya.

f. Dampak yang mungkin akan timbul pada anak dengan orang tua yang memiliki sikap otoriter adalah:
1) Kurang berkembangnya rasa social
2) Rasa keberanian dan kreatifitasnya dalam mengambil keputusan kurang berkembang dengan baik
3) Anak menjadi pemalu atau penakut, terkadang keras kepala
4) Keinginan untuk menyendiri
5) Kurang tegas dalam mengambil tindakan atau menentukan sikap
6) Suka bertengkar dan licik serta tidak mau menurut.[66]

Gaya pengasuhan otoriter bukanlah pengasuhan yang selalu berdampak negative terhadap perkembangan anak.Karena pada dasarnya pola asuh ini melatih anak agar teratur dalam segala hal dan

[66] Diana Mutiah. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010), Hal. 88-89.

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

dan menjadi sosok yang disiplin. Namun apabila kepribadian anak tidak bisa menerima gaya pengasuhan ini maka akan menyebabkan anak depresi serta kurang bisa bergaul dengan lingkungannya. Akibatnya pengasuhan tipe ini akan mengakibatkan hubungan yang kurang hangat antara anak dan orang tua. tanpa sadar orang tua tengah membangun tembok batin dengan anaknya.

4. Pola Asuh Otoriter merupakan Masalah dalam Bimbingan dan Konseling Islam

Aswadi menyatakan bahwa masalah adalah identik dengan suatu kesulitan yang dihadapi oleh individu, yaitu sesuatu yang menghambat dan merintangi jalan yang menuju tujuan atau sesuatu.[67]

Seperti yang sudah dijabarkan diatas, masalah-masalah yang ada dalam bimbingan konseling diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Pernikahan dan keluarga
2. Pendidikan
3. Sosial (kemayarakatan)
4. Pekerjaan
5. Keagamaan

Pola asuh otoriter merupakan permasalahan dalam lingkup keluarga yakni dalam hal pengasuhan orang tua terhadap anak. Pengasuhan orang tua merupakan pendidikan pertama bagi anak, dimana perkembangan

[67] Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Bimbingan dan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah digital press, 2009), hal. 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

sikap dan pribadi anak tergantung pada bagimana orang tua memberikan pendidikan bagi ananya.

Pola asuh orang tua sangat mempengaruhi perkembangan anak kelak, khususnya perkembangan moral. Sebab ketika anak selalu ditekan dengan apa yang harus menjadi keinginan orang tuanya, diperlakukan kasar, dan kurangnya kasih sayang yang diberikan orang tua maka akan menyebabkan dampak negative baik dari segi hubungan orangtua dan anak maupun dalam perilaku anak sehari-hari.

Orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter yakni sering berkata kasar seperti mengejek anak dan biasanya berujung pada kekerasan secara fisik. Pola asuh ini dapat berdampak buruk pada anak, yakni anak menjadi agresif, dan tidak mematuhi perintah orang tua, bahkan karena kurangnya kasih sayang yang diberikan orangtua menimbulkan hubungan yang kurang harmonis antara klien dan anaknya tersebut.

Melihat fenomena seperti ini sudah menjadi kewajiban bagi seorang Konselor untuk dapat membantu perilaku pengasuhan ibu seperti ini agar memperoleh perubahan sikap yang lebih baik dalam mengasuh anaknya.

5. Rational Emotif Behavior Therapy untuk Memperbaiki Pola Asuh Otoriter Ibu terhadap Anak

REBT beranggapan bahwa setiap manusia yang normal memiliki pikiran, perasaan, dan perilaku yang ketiganya berlangsung secara simultan. Pikiran mempengaruhi perasaan dan perilaku, perasaan

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

mempengaruhi pikiran dan perilaku, dan perilaku mempengaruhi pikiran dan perasaan.[68]

System keyakinan individu berkisar pada dua kemungkinan, yaitu rasional dan irrasional. Jika mampu berfikir secara tidak rasional maka tidak akan mengalami hambatan emosional. Menurut Ellis, orang yang berkeyakinan rasional akan mereaksi peristiwa-peristiwa yang dihadapi kemungkinan akan mereaksi peristiwa-peristiwa yang realistic. Sebaliknya jika individu berkeyakinan irrasional, dalam menghadapi berbagai peristiwa akan mengalami hambatan emosional.

Sejalan dengan pandangannya, REBT menggunakan pendekatan yang komprehensif dan integrative, yang mencangkup gangguan emotif, kognitif, dan behavior. Ketiga aspek inilah yang hendak dirubah melalui REBT.[69]

Relasi orang tua dan anak merupakan proses timbale balik, artinya antara orang tua dan anak saling mempengaruhi, jadi ketika orang tua melakukan sosialisasi nilai, maka anak akan memberikan respon terhadap nilai-nilai yang disosialisasikan tersebut. anak yang tidak bisa menerima sikap yang diberikan orang tua, maka pesan yang diberikan kepada anak hanya terhenti pada tataran kognisi anak dan belum terimplementasi ke dalam perilakunya sehari-hari. Hal ini dapat menjadikan anak mudah untuk melakukan pelanggaran-pelanggaran.[70]

---

[68] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Terapi*, hal. 245.
[69] Latipun, *Psikologi Konseling*, hal. 81.
[70] Sri Lestari, *Psikologi Keluarga*, Hal. 16.

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

Seorang ibu adalah tokoh sentral yang berperan dalam mengembangkan kepribadian dan membentuk sikap-sikap anak, seorang ibu perlu memberikan contoh-contoh teladan yang dapat diterima. Dalam pengembangan kepribadian, anak belajar melalui peniruan terhadap orang lain. Seringkali tanpa disadari orang dewasa memberi contoh dan teladan yang sebenarnya justru tidak diinginkan.

Pola asuh otoriter bukanlah pola asuh yang selalu berdampak pada hal-hal negative, karena tujuan sebenarnya dari pola asuh ini adalah agar anak disiplin dalam segala sesuatu dan menjadi tipe anak yang diinginkan oleh orang tuanya. Namun Pola asuh ini akan berdampak negative bagi anak jika dibarengi dengan kekerasan-kekerasan fisik maupun verbal yang biasa dilakukan oleh orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter. Untuk itu dalam memperbaiki pola asuh otoriter tersebut penulis menggunakan rational emotif behavior therapy (REBT).

Dalam Rational Emotif Behavior Therapy (REBT) untuk memperbaiki pola asuh otoriter ini bisa menggunakan beberapa treatmen yang ada untuk permasalahan dalam pola asuh tersebut, karena ada teknik-teknik khusus yang digunakan untuk membuat klien menjadi lebih baik. Diantaranya adalah teknik *Kognitif* yang digunakan untuk mengubah keyakinan irrasional atau pemikiran yang negative dan tidak membantu mengenai peristiwa yang tidak diinginkan atau tidak menyenangkan. Teknik *Emotif* ialah teknik untuk mengidentifikasi emosi dan keyakinan serta menemukan kesulitan verbalisasi. Teknik *Imagery* ialah teknik yang

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

berupa imaginasi dan visualisasi untuk membantu mengurangi stress atau tekanan pada perilaku bermasalah klien. Teknik *behavioristik* yang digunakan untuk memodifikasi perilaku-perilaku negative dari klien dengan cara merubah akar keyakinannya yang tidak rasional dan tidak logis.

Dengan beberapa teknik tersebut, Rational Emotif Behavior Therapy (REBT) dilaksanakan dengan beberapa tahapan. *Pertama* mengeksplorasikan dinamika perkembangan klien, yakni mengungkapkan kesuksesan dan kegagalannya, kekuatan dan kelemahan, tingkah laku penyesuaian, dan area permasalahannya. *Kedua* adalah merumuskan tujuan konseling. *Ketiga* menentukan dan melaksanakan teknik yang digunakan dalam proses konseling. *Keempat* melakukan kegiatan penilaian apakah proses konseling mencapai hasil yang diinginkan. *Kelima* memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling.

B. Penelitian yang Relevan

1. BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK MODELLING DALAM MENGATASI POLA ASUH OTORITER ORANG TUA (Study Kasus Pola Asuh Otoriter Orang Tua yang Mengasuh Perilaku Anak Down Sindrome di Desa Kisik Kecamatan Bungah Kabupaten Gresik)

   Oleh : Ziyadatul Fildza

   NIM : B33205001

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

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Sunan Ampel Surabaya

Tahun : 2009

Kata Kunci : Pola Asuh Otoriter

Persamaan dan Perbedaan: Penelitian diatas secara garis besar membahas tentang pola asuh otoriter orang tua karena bingung dan putus asa karena mengasuh anak yang mengalami *down syndrome*. Persamaannya dengan kasus yang saya ambil adalah membantu memperbaiki pola asuh otoriter orang tua (ibu) terhadap anak.Sedangkan perbedaannya terletak pada terapi yang digunakan dan obyek yang diteliti.Pada penelitan diatas menggunakan teknik modellingdengan objek kedua orang tua yang menggunakan pola asuh otoriter dalam mengasuh anak.

2. BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI RASIONAL EMOTIF BEHAVIOR DALAM MENANGANI PERILAKU AGRESIF ANAK DI TPA ROUDHOTUL JANNAH KUTISARI SURABAYA

   Oleh : Hani'atul Laiyinah

   NIM : B03208037

   Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Sunan Ampel Surabaya

   Tahun : 2012

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

Kata Kunci : Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif Behavior

Persamaan dan perbedaan : Penelitian diatas secara garis besar membahas tentang perilaku agresif anak yang selalu mengganggu temannya dan kerap berkata kotor. Persamaannya adalah sama-sama menggunakan terapi rasional emotif behavior dalam membantu menangani kasus. Sedangkan perbedaannya terletak pada penelitian dan obyeknya, dimana penelitian diatas meneliti tentang perilaku agresif anak.

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