

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada hakekatnya perkembangan seseorang akan terus berjalan baik dari segi fisik maupun psikisnya, dari anak-anak sampai dewasa. Pada umumnya, perkembangan yang dialami oleh anak akan rentan pengaruh pada saat mereka remaja. Pada saat inilah mereka juga akan mencari jati dirinya. Ketika masuk masa remaja, mereka akan berusaha untuk mandiri tidak sama seperti ketika mereka kanak-kanak yang sangat bergantung pada orang tua. Pada fase ini mereka akan mengalami perubahan fisik atau biasa disebut dengan pubertas.

Dalam bahasa Latin remaja disebut *adolescence*, yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan. Pemahaman lebih luas, istilah *adolescences* memiliki arti yang juga mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Mereka juga akan mengalami perkembangan yang pesat dari segi intelektual. Sebagaimana transformasi intelektual mereka dari cara berpikir memungkinkan mereka tidak hanya mampu mengintegrasikan dirinya dalam masyarakat dewasa, tetapi juga merupakan karakteristik yang paling menonjol dari semua periode

perkembangan. Mereka ini tidak mempunyai tempat yang jelas, karena mereka sudah tidak tergolong dalam masa anak-anak dan juga belum sepenuhnya diterima sebagai orang dewasa. Mereka itu sebenarnya berada pada posisi antara anak-anak dan orang dewasa. Pada fase remaja sering kali dikenal dengan fase mencari jati diri atau biasa juga diumpamakan sebagai topan dan badai.¹

Remaja merupakan masa peralihan antara masa anak dan masa dewasa yakni antara umur 12 sampai 21 tahun. Masa remaja mulai pada saat timbulnya perubahan-perubahan berkaitan dengan tanda-tanda kedewasaan fisik yakni pada umur 11 tahun atau mungkin pada umur 12 tahun pada wanita dan pada laki-laki lebih tua sedikit. Persiapan untuk memasuki masa remaja dapat terlihat dari adanya perubahan-perubahan secara fisik, hubungan sosial, banyak hal yang meningkat atau bertambahnya kemampuan serta keterampilan dan hal ini menyangkut pembentukan identitas tercakup dalam jangka waktu kira-kira 9 tahun.²

Ketika remaja, tingkat perubahan baik dari sikap dan perilaku selama masa remaja akan sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Hal ini dapat dilihat pada perubahan emosi yang mana remaja tidak lagi mengungkapkan emosinya dengan gerakan amarah dengan kata-kata

¹ Mohammad Ali, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2018), 9.

² Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2008), 203.

yang meledak melainkan menggerutu bahkan tidak mau berbicara, perubahan tubuh atau minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial hal ini terjadi karena remaja lebih banyak menghabiskan waktunya di luar rumah bersama dengan teman-teman sebayanya maka dapat terlihat bahwa pengaruh dari teman-temannya baik dari sikap, pembicaraan, minat atau penampilan lebih besar daripada pengaruh dalam keluarga. Itulah sebabnya masa remaja biasa dikatakan sebagai usia yang bermasalah. Setiap usia mempunyai periode masing-masing tetapi masalah pada remaja sering kali menjadi masalah yang sulit diatasi oleh remaja laki-laki ataupun perempuan. Pada masa remaja juga, terdapat minat-minat pribadi yang membuat mereka sadar bahwa dukungan sosial sangat besar dipengaruhi oleh penampilan diri, minat pada pendidikan, minat pada pekerjaan dan juga minat pada agama. Khusus pada remaja sekarang, bahwa pada kenyataannya sekarang lebih sedikit mengunjungi gereja, mengikuti sekolah minggu dan juga melibatkan diri dalam kegiatan-kegiatan sosial gereja.

Remaja baik laki-laki maupun perempuan sudah menyadari sifat yang baik dan yang buruk berdasarkan pada penilaian pada sifat teman-teman mereka. Banyak remaja yang menggunakan standar kelompok sebagai dasar konsep mereka mengenai kepribadian. Pada remaja, ada pola kepribadian yang sudah dibentuk selama masa

kanak-kanak sudah mulai stabil dan cenderung menetap selama hidupnya dengan hanya mengalami sedikit perubahan. Namun banyak juga kondisi-kondisi yang membentuk pola kepribadian di luar pengendalian para remaja karena kondisi-kondisi itu merupakan hasil dari lingkungan dimana remaja hidup dan akan mempengaruhi konsep diri.³

Perkembangan remaja saat ini, tidak hanya dipengaruhi oleh lingkungannya tetapi, banyak juga dipengaruhi oleh kemajuan teknologi. Teknologi modern memunculkan berbagai peralatan gadget, HP, internet dan alat komunikasi modern lainnya. Dan hal yang umum digunakan oleh remaja saat ini adalah HP/*smartohone*. *Smarphone* bisa memberi dampak positif dalam kehidupan sehari-hari. Dengan alat ini, kita bisa berinteraksi dengan orang yang jauh, bisa berteman dengan banyak orang, terlebih memudahkan juga dalam pekerjaan (dalam dunia bisnis/pemasaran). Namun disisi lain ternyata sungguh besar juga efek negatifnya. *Smarphone* juga ternyata berdampak pada hubungan sosial, yang kemudian menimbulkan pemisah antara orang yang ada disekitar kita. Hubungan dalam masyarakat, dalam keluarga, teman sebaya kini terasa ada sekat. Keadaan seakan-akan sudah menjadi perkumpulan

³ F.J Monks, A.M.P Knoers, and Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Erlangga, 2006), 207,221,222,233.

yang bisu. Lebih banyak berinteraksi dengan *smartphon*nya dibanding dengan orang yang ada disekitarnya.

Smartphone saat ini telah menimbulkan ketergantungan bagi penggunanya khususnya dikalangan remaja yang lahir pada tahun 200an atau biasa disebut dengan generasi Z. Mereka hidup ditengah lingkungan yang serba ada dan perubahan pesat teknologi. Generasi Z adalah generasi yang sejak lahir sudah akrab dengan penggunaan teknologi. Yang berarti bahwa teknologi sudah ada sejak mereka lahir. Sehingga tidak heran jika mereka lahir di era generasi Z mahir menggunakan berbagai alat teknologi. Teknologi, khususnya *smartphone* ternyata dalam kecanggihannya ini menawarkan berbagai macam aplikasi yang menarik perhatian, khususnya *game online*.

Game online adalah salah satu aplikasi yang diminati dan mendapat perhatian dari masyarakat luas khususnya dikalangan anak remaja. *Game online* adalah permainan yang dilakukan secara bersamaan melalui jaringan internet. *Game online* ini mempunyai dampak positif jika hanya dimanfaatkan sebatas hiburan saja ketika sedang merasa penat ataupun stress, tetapi pada kenyataannya sekarang *game online* sudah dimainkan secara berlebihan bahkan ada yang menggunakannya sebagai tempat pelarian atau pelampiasan yang dilakukan secara terus menerus sehingga menimbulkan kecanduan.

Hal demikian berdampak pada kehidupan remaja, bukan hanya dari segi interaksi lingkungan, keluarga dan komunitas-komunitas lainnya tetapi, lebih juga dari segi rohaninya, mereka telah menjauhkan diri dari persekutuan gereja. Kenyataan yang ada bahwa, mereka lebih banyak menghabiskan waktu mereka untuk bermain *game* dibandingkan kehadiran mereka saat hari minggu, ibadah rumah tangga, kurangnya minat dalam membaca Alkitab serta kegiatan-kegiatan yang diadakan di gereja.

Berdasarkan observasi terhadap remaja dari rentan umur 13-17 tahun di Gereja Toraja Jemaat Lemo, penulis memperoleh data sementara bahwa terdapat beberapa remaja yang terlihat berkumpul pada tempat tertentu untuk bermain *game online*, dan itu dilakukan setiap sore bahkan hingga larut malam.⁴ Dan berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara awal bersama orang tua, mereka mengeluhkan anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain *game*, dibanding waktu mereka untuk ke gereja, ikut dalam ibadah rumah tangga dan juga kegiatan-kegiatan lain dan terlebih mempengaruhi hubungannya dengan orang tua.⁵ Dengan bermain *game* juga, mempengaruhi prestasi anak di sekolah, mengurangi waktu istirahat/tidur, komunikasi antar orang tua tidak lancar.

⁴ Observasi di Gereja Toraja Jemaat Lemo Klasis Mengkendek Utara

⁵ Wawancara dengan ibu Maria Patinting

Hal inilah yang perlu diperbaiki dari kebiasaan remaja yang kemudian menanggap *game online* dapat memberi rasa nyaman tanpa lebih tumbuh dalam kenyamanan akan rohaninya. Salah satu pendekatan yang berkaitan dengan masalah ini adalah pendekatan terapi rasional-emosional. Pendekatan ini menganggap bahwa manusia pada dasarnya adalah korban dari pola berpikirnya sendiri yang tidak rasional dan tidak benar yang dikemukakan oleh Albert Ellis. Terapi ini dalam pendekatannya berusaha untuk memperbaiki pola pikir yang tidak rasional. Berfungsi untuk mendidik kembali. Terapi ini bertindak sebagai pendidik dengan memberikan tugas yang harus dilakukan pasien (remaja).

Hal di atas menarik perhatian penulis, bahwa saat sekarang ini banyak anak remaja yang kemudian lebih banyak menggunakan waktu mereka untuk bermain dengan *smartphone (game online)* mereka dibanding dengan ikut dalam persekutuan di gereja baik itu ketika ibadah rumah tangga bahkan banyak anak remaja yang tidak lagi ikut dalam ibadah Sekolah Minggu, dan tidak jarang ditemui sedang asyik berkumpul ditempat tertentu yang biasa menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain *game* bahkan bermalam di tempat perkumpulan mereka. Hal ini terjadi di Gereja Toraja Jemaat Lemo-Klasis Mengkendek Utara. Hal ini terbukti bahwa kehadiran mereka dalam ibadah sangatlah kurang baik itu ketika hari minggu, ibadah

rumah tangga dan juga kegiatan-kegiatan di gereja. Jelas bahwa dampak dari *game online* ini di kehidupan remaja sungguh menggeser mereka dari persekutuan. Dan dengan demikian, spiritual mereka tidak akan bertumbuh di luar persekutuan, Dan inilah yang akan menjadi penelitian penulis bahwa bagaimana efektivitas pendekatan teori rasional-emosi bagi remaja generasi Z (umur 13 sampai 17 tahun) seiring dengan perkembangan *smartphone* dalam hal ini *game online* di Gereja Toraja Jemaat Lemo-Klasis Mengkendek Utara.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana efektivitas pendekatan *Rational Emotif* bagi keaktifan remaja (generasi Z) dalam kegiatan kerohanian yang kecanduan *game online*?

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan penulisan ini adalah ingin menjelaskan tentang efektivitas pendekatan *Rational Emotif* bagi keaktifan remaja dalam kegiatan kerohanian yang kecanduan *game online*.

C. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, maka manfaat dari penulisan ini adalah:

1. Manfaat Akademis

Penulisan ini diharapkan memberi sumbangsih dari segi pengembangan pendidikan di kampus IAKN Toraja secara khusus dalam bidang Pastoral Konseling.

2. Manfaat Praktis

Sebagai pemahaman bagi penulis bahwa efektivitaskah pendekatan *Rational Emotif* bagi remaja umur 13-17 tahun yang telah banyak dipengaruhi oleh *smartphone* sekaitan dengan aplikasi *game online*. Dan juga melengkapi penulis dalam mempersiapkan diri untuk menjadi seorang pelayan terlebih menjadi konselor ditengah-tengan gereja dan masyarakat. Memberi pengetahuan bagi remaja sehingga dapat menguasai *smartphone/aplikasi* dan mengendalikan diri.

3. Sistematika Penulisan

BAB I Pendahuluan yang berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan

BAB II Landasan Teori

BAB III Metodologi Penelitian

BAB IV Hasil Penelitian

BAB V Penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran

