

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pendekatan Analisis Transaksional

1. Pengertian Pendekatan Analisis Transaksional

Teori analisis transaksional merupakan karya besar Eric Berne (1964), yang ditulisnya dalam buku *Games People Play*. Berne adalah seorang ahli ilmu jiwa terkenal dari kelompok humanisme, yang menyelesaikan spesialisasi psikiatri di Yale University. Ketika mengabdikan diri di tentara Amerika Serikat selama tahun 1943-1946, ia mulai bereksperimen tentang terapi kelompok. Setelah itu, ia memulai praktik psikiatri di Carmel, California. Berdasarkan hasil observasinya terhadap konseling – konseling, Berne membuat kesimpulan tentang struktur dan fungsi kepribadian yang bertentangan dengan sebagian besar psikiatris pada pertengahan tahun 1950-an. Teori analisis transaksional merupakan teori terapi yang sangat populer dan digunakan dalam konsultasi pada hampir semua bidang ilmu-ilmu perilaku.¹

Teori analisis transaksional telah menjadi salah satu teori komunikasi antar pribadi yang mendasar. Kata transaksi selalu mengacu

¹ Peter Bremer, "Games People Play," *Reference Librarian* 58, no. 3 (2017): 202–205.

pada proses pertukaran dalam suatu hubungan. Dalam komunikasi antarpribadi pun dikenal transaksi. Yang dipertukarkan adalah pesan-pesan baik verbal maupun nonverbal.² Analisis transaksional sebenarnya bertujuan untuk mengkaji secara mendalam proses transaksi (siapa-siapa yang terlibat di dalamnya dan pesan apa yang dipertukarkan).³

Analisis Transaksional (AT) adalah salah satu pendekatan Psychotherapy yang menekankan pada hubungan interaksional. Transaksional maksudnya ialah hubungan komunikasi antara seseorang dengan orang lain. Adapun hal yang dianalisis yaitu meliputi bagaimana bentuk cara dan isi dari komunikasi mereka. Dari hasil analisis dapat ditarik kesimpulan apakah transaksi yang terjadi berlangsung secara tepat, benar dan wajar.⁴ Bentuk, cara dan isi komunikasi dapat menggambarkan apakah seseorang tersebut sedang mengalami masalah atau tidak. Analisis transaksional terdiri dari dua kata, analisis berarti pengujian secara detail agar lebih memahami atau agar dapat menarik kesimpulan dari bahasa pengujian tersebut, sedangkan transaksional atau transaksi adalah unit pokok dari sebuah hubungan sosial. Dengan demikian, analisis transaksional adalah metode yang digunakan untuk

² Gerald Corey, "Pendekatan Teknik Analisis Transaksional," *JURNAL PSIKO-EDUKASI Vol. 18 Issue 2, 2020 (149-166) pendekatan analisis transaksional (2015)*.

³ Robert L. Gibson & Marianne H. Mitchel, *Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta : Pustaka Belajar,2011), 225.

⁴ Gerald Corey, "Pendekatan Teknik Analisis Transaksional."

mempelajari interaksi antar individu dan pengaruh yang bersifat timbal balik yang merupakan gambaran kepribadian seseorang.

Teori ini memiliki asumsi dasar bahwa perilaku komunikasi seseorang dipengaruhi oleh *ego state* yang dipilihnya, setiap tindakan komunikasi dipandang sebagai sebuah transaksi yang di dalamnya turut melibatkan *ego state* serta sebagai hasil pengalaman dari masa kecil, setiap orang cenderung memilih salah satu dari empat kemungkinan posisi hidup.⁵ Teori ini memfokuskan pada pengambilan keputusan di awal yang dilakukan oleh klien dan menekankan pada kapasitas konseli untuk membuat keputusan baru, menekankan pada aspek kognitif, rasional dan tingkah laku dari kepribadian, dan berorientasi pada meningkatnya kesadaran sehingga konseli dapat membuat keputusan baru dan mengganti arah hidupnya.⁶

2. Perkembangan Perilaku

Struktur kepribadian ketika Berne menghadapi klien, ia menemukan bahwa kliennya kadang-kadang berfikir, berperasaan dan berperilaku seperti anak-anak, tapi di lain kesempatan terlihat seperti orang tua atau orang dewasa. Berdasarkan pengalamannya dengan klien itu, Berne berkesimpulan bahwa manusia memiliki berbagai bentuk

⁵ Christina Hoff Sommers, "I'm Okay, You're Okay," *Forbes* 175, no. 7 (2005): 44.

⁶ *Ibid.* 45

kondisi ego, atau disebutnya dengan ego states yaitu unsur-unsur kepribadian yang terstruktur dan itu merupakan satu kesatuan yang utuh. Adapun struktur kepribadian itu terdiri dari 3 status ego yaitu; ego orang tua, ego dewasa dan ego anak.⁷

1. Status Ego orang tua (*Ego state parent*)

Yaitu bagian dari kepribadian yang menunjukkan sifat-sifat orang tua, berisi perintah (harus dan semestinya). Jika individu merasa dan bertindak laku sebagaimana orang tuanya dahulu, maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut dalam status ego orang tua. Status ego orang tua merupakan suatu kumpulan perasaan, sikap, pola-pola tingkah laku yang mirip dengan bagaimana orang tua individu merasa dan bertindak laku terhadap dirinya.

2. Status Ego dewasa (*Ego state adult*)

Yaitu bagian dari kepribadian yang objektif, stabil, tidak emosional, rasional, logis, tidak menghakimi, berkerja dengan fakta dan kenyataan-kenyataan, selalu berusaha untuk menggunakan informasi yang tersedia untuk menghasilkan pemecahan yang terbaik dalam pemecahan berbagai masalah. Dalam status orang dewasa selalu akan berisi hal-hal yang produktif, objektif, tegas, dan efektif dan bertanggung jawab dalam menghadapi kehidupan. Jika individu bertindak laku sesuai

⁷ Ibid.47-49

dengan yang telah disebutkan tadi, maka individu tersebut dikatakan dalam status ego dewasa.

3. Status ego anak (*Ego state child*)

Yaitu bagian dari kepribadian yang menunjukkan ketidakstabilan, reaktif, humor, kreatif, serta inisiatif, masih dalam perkembangan, berubah-ubah, ingin tahu dan sebagainya. Status ego anak berisi perasaan, tingkah laku dan bagaimana berpikir ketika masih kanak-kanak dan berkembang bersama dengan pengalaman semasa kanak-kanak. Sehubungan dengan penilaian seseorang terhadap dirinya (I) dan orang lain (you).

Berkaitan dengan konsep –konsep sekenario kehidupan, pesan – pesan dan perintah – perintah orang tua, dan putusan – putusan dini itu, adalah konsep dalam Analisis Transaksional tentang empat posisi dasar dalam hidup:⁸

1. Saya Ok-kamu OK
2. Saya OK – kamu Tidak OK
3. Saya Tidak OK – kamu OK
4. Saya Tidak OK – Kamu Tidak OK.

⁸ Ibid.50-52

Masing – masing posisi itu berlandaskan putusan –putusan yang dibuat orang sebagai hasil dari pengalaman dini di masa kanak – kanak. Jika seseorang telah membuat suatu putusan, maka dia pada umumnya akan bertahan pada putusannya kecuali jika ada campur tangan (terapi atau kejadian tertentu) yang mengubahnya. Posisi yang sehat adalah posisi dengan perasaan sebagai pemenang atau posisi Saya OK – Kamu OK.

Pribadi yang sehat merupakan individu yang mampu menempatkan posisinya sebagai Saya OK – Kamu OK. Karena pada posisi tersebut tidak ada pihak yang dirugikan, dan satu sama lain bisa menjalin hubungan yang terbuka. Sedangkan pribadi yang bermasalah adalah individu yang tidak bisa menyeimbangkan posisinya pada Saya OK – Kamu OK. Bisa bersifat arogan (Saya OK– Kamu Tidak OK), tak berkuasa atau menarik diri (Saya Tidak OK – Kamu OK), serta kehilangan minat hidup dan harapan (Saya Tidak OK – Kamu Tidak OK).⁹

3. Tujuan Pendekatan Analisis Transaksional

Tujuan dari konseling analisis transaksional adalah membantu konseli untuk melakukan pembuatan keputusan baru, keputusan baru tersebut mengarah kepada kehidupan dan tingkah lakunya pada saat ini. Konseling analisis transaksional (AT) mendorong konseli untuk menyadari bahwa kebebasan dari dirinya untuk melakukan atau memilih telah dibatasi oleh

⁹ Ibid.55

keputusan mengenai posisi serta cara hidupnya yang deterministik. Tujuan konseling Analisis Transaksional lainnya adalah membentuk individu yang memiliki kebebasan dan menentukan pengendalian keinginannya sesuai dengan stimulus yang muncul. Berne (1964) menyatakan bahwa tujuan utama konseling Analisis Transaksional yakni dicapainya rujukan untuk menemukan kembali 3 hal dalam hidup yakni sebuah kesadaran, munculnya spontanitas dan terbentuknya keakraban.¹⁰

Menurut Eric Berne dalam Dewa Ketut Sukardi, ada empat tujuan yang harus diupayakan oleh teknik analisis transaksional adalah:¹¹

- 1) Konselor mendampingi klien yang mengalami pencemaran diri yang berlebihan.
- 2) Konselor membantu klien mengembangkan kemampuan untuk menggunakan semua keadaan ego yang sesuai, termasuk kemampuan untuk memperoleh kemandirian dan bergerak melalui keadaan ego.
- 3) Konselor mencoba membantu klien mengembangkan dirinya secara utuh. Perkembangan ini pada dasarnya adalah disposisi pikiran individu, kebutuhan individu untuk menjadi yang terbaik dan kemampuan untuk mengendalikan hidupnya.

¹⁰ Gerald Corey, "Pendekatan Teknik Analisis Transaksional."

¹¹ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta : Rineka Cipta, 2008),161.

4) Konselor membantu klien keluar dari situasi kehidupan yang tidak sesuai dan menggantinya dengan rencana hidup baru yang lebih produktif.

4. Proses dan Pendekatan Analisis Transaksional

Berdasarkan keempat tujuan analisis transaksional, kemudian dibuatlah suatu kontrak. Kontrak di antara konselor dan klien ini merupakan suatu ciri khas dalam usaha klien untuk mengadakan hubungan proses konseling analisis transaksional. Terdapat beberapa persyaratan yang harus dipenuhi dalam kontrak, yaitu:¹²

- a. Dalam kontrak, konselor dan klien harus melalui transaksi secara matang, serta ada kesepakatan dalam menentukan tujuan-tujuan yang ingin dicapai.
- b. Kontrak harus mempertimbangkan beberapa hal, diantaranya pertimbangan pertama, konselor memberikan layanan kepada klien secara profesional (baik berupa kesempatan maupun keahlian) sedangkan pertimbangan kedua, klien memberikan imbalan jasa kepada konselor dan menandatangani serta melaksanakan isi kontrak sesuai dengan waktu atau jadwal yang telah ditetapkan.
- c. Kontrak memiliki pengertian sebagai bentuk kompetensi antara dua pihak, yaitu pihak pertama adalah konselor yang harus memiliki kecakapan atau kemampuan untuk membantu klien dalam mengatasi masalah-

¹² Ibid, 170.

masalahnya, sedangkan di pihak kedua adalah klien yang harus cukup umur dan matang untuk memasuki suatu kontrak.

d. Akhirnya, tujuan dari kontrak haruslah sesuai dengan kode etik konseling.

e. Dalam konseling analisis transaksional digunakan teknik tertentu. Teknik yang digunakan terdiri dari empat tahap, diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Analisis struktur (*structural analysis*)

Analisis struktural sebagai langkah pertama dari proses hubungan konseling analisis transaksional, bahwa setiap orang memiliki status ego anak, dewasa, orang tua, dengan demikian setiap kali konselor mengadakan pertemuan konseling dengan seorang klien, maka dapatlah dianalisis sejumlah enam status ego, atau dengan kalimat yang lebih sederhana dengan dikatakan bahwa pada pertemuan dua orang (konselor-klien) di dalam analisisnya ada enam orang. Jadi pada tahap ini lebih menekankan kepada pengembangan pemahaman klien untuk mengikat transaksi yang normal.

b. Analisis transaksional

Terjadinya suatu transaksi disebabkan oleh adanya stimulus atau rangsangan yang datang dari seseorang pembicara yang didengarkannya. Sedangkan respon atau tanggapan dari orang yang diajak

bicara (mendengarkan) mungkin saja menyebabkan terjadinya suatu rangkaian stimulus-respon-stimulus- dan seterusnya. Disini yang terpenting bagaimana seorang konselor mampu untuk menganalisis status ego yang manakah yang menerima stimulus serta memberikan respon. Dengan mengenali status ego yang dinyatakan oleh klien baik secara langsung maupun tidak langsung. Baik secara verbal maupun nonverbal konselor dapat mengenali status ego yang tampak pada diri klien. Dengan mengetahui status ego pada diri klien, konselor dapat menentukan produktivitas komunikasi dengan klien. Dengan demikian, konselor akan dengan mudah memberikan suatu analisis terhadap klien.

c. Analisis mainan (*game analysis*)

Menurut *Eric Berne* mengatakan bahwa *Game* merupakan suatu rangkaian transaksi terselubung yang berulang yang menuju pada hasil psikologis yang nyata yang telah dapat digunakan sebelumnya. Suatu *game* memiliki tiga unsur yang penting, yaitu:¹³

a) Transaksi yang tampaknya berjalan seperti biasa/ berlangsung secara wajar.

¹³ Eric Berne, "Games People Play: The Psychology of Human Relationships" (New York : Press Inc,1991). 99-105.

b) Maksud yang terselubung dalam transaksi (maksud yang tersirat di dalam ucapan).

c) Adanya imbalan (*pay off*).

Ketiga unsur ini selalu ada dalam segala bentuk analisis transaksional dengan menggunakan *game*: peranan konselor dalam analisis mainan apabila klien benar-benar termotivasi untuk memperbaiki sikap.

d. Analisis naskah (*script analysis*)

Analisis naskah merupakan langkah terakhir dari suatu tata laksana pendekatan konseling dengan berorientasi kepada analisis transaksional. Analisis naskah terjadi sejak masa si bayi masih dalam asuhan orang tuanya, dimana pada masa terjadi bentuk transaksi antara dua orang tua dengan anak-anaknya. Lambat laun dengan terjadinya transaksi antara anak kedua orang tua terciptalah satu tujuan hidup atau rencana hidup yang dalam istilah analisis transaksional disebut *script* atau naskah. Segi positif dari naskah ialah naskah bisa diubah karena naskah itu bisa terjadi karena adanya proses *learned* atau sesuatu yang dibiasakan dan tidak karena faktor bawaan.

5. Kelebihan dan Kelemahan Pendekatan Analisis Transaksional

Terdapat beberapa kelebihan dari Analisis Transaksional, yakni:¹⁴

- a. Punya pandangan optimis dan realistis tentang manusia.
- b. Penekanan waktu di sini dan sekarang (here and now).
- c. Mudah diobservasi.
- d. Meningkatkan keterampilan berkomunikasi.

Selain kelebihan, tentunya terdapat beberapa kelemahan dari Analisis Transaksional, yakni:¹⁵

- a. Kurang efisien terhadap kontrak treatment karena banyak klien yang beranggapan jelek terhadap dirinya dan tidak realistis sehingga sulit tercapai kontrak karena klien tidak dapat mengungkapkan tujuan apa yang ia inginkan.
- b. Subyektif dalam menafsirkan status ego.

6. Karakteristik Pendekatan Konseling Analisis Transaksional

¹⁴ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung : PT. Rafika Aditama, 2013), 156.

¹⁵ Ibid, 156.

Eric Berne dalam Dewa Ketut Sukardi, dalam menyatakan dua kebutuhan tambahan yang harus dimiliki seorang konselor analisis transaksional, yaitu:¹⁶

- a. Konselor harus memiliki kemampuan untuk mengenal darimana memulai untuk mengungkapkan ketiga status ego dari klien.
- b. Konselor harus dapat memperlihatkan kemurnian dari komitmen pada klien, menunjukkan kepercayaan atas kemampuan dirinya dalam membantu mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi klien.

Jadi dengan demikian, seorang konselor dengan memakai pendekatan harus memiliki pandangan yang penuh dengan kehangatan, empati, caap untuk memberikan tanggapan walaupun sekecil-kecilnya untuk mencapai tujuan dari konseling yang telah ditetapkan.

7. Landasan Alkitabiah Teknik Pendekatan Analisis Transaksional

Sosok konselor yang baik disajikan dalam Alkitab dimana penuh empati yang bisa menerima dan mendengarkan orang lain. Yesus adalah teladan bagi kita dalam dunia konseling, mau mengosongkan diri-Nya dan menjadi sama dengan para klien-Nya yang berdosa, bahkan rela memikul

¹⁶ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 169.

salib dosa klien-klien tersebut (Filipi 2:5-8).¹⁷ Konselor yang baik tidak mengkonfrontasi kesalahan klien dengan hukum dan Firman Tuhan yang berlaku, melainkan hadir dan menyentuh akar permasalahan terdalam dari klien tersebut. Konseling yang sejati tidak berfokus pada fenomena luar, tetapi merasuk ke dalam hingga ke akar masalah dibalik fenomena tersebut.

Dalam Alkitab Tuhan Yesus pun melakukan beberapa kali tindakan pendekatan secara analisis transaksional, seperti dalam :

a. Lukas 19 :1-10 (Zakheus)¹⁸

Dimana diceritakan bahwa Zakheus adalah seorang pemungut cukai, seorang yang kaya dan pendek badannya. Yang mana seorang pemungut cukai adalah sosok yang paling dibenci oleh orang Yahudi pada zaman itu, karena mereka dianggap sebagai penghianat dan bekerja untuk bangsa Romawi. Ketika Yesus datang di kota Yerikho tempat Zakheus berada, ia pun merasa ingin melihat seperti apakah Yesus itu, akan tetapi ia tidak berhasil melihat-Nya karena orang banyak, sebab badannya pendek. Tidak sampai disitu, ia pun berlari mendahului orang banyak dan

¹⁷ Donald Guthrie, *Tafsiran Alkitab Masa Kini 3 (Matius-Wahyu)*, (Jakarta: BPK-GM, 1982)

¹⁸Lembaga Alkitab Indonesia, *Alkitab Edisi Studi* (Jakarta: LAI, 2017), hlm. 187.

memanjat pohon ara untuk melihat Yesus yang akan lewat disitu. Ketika Yesus sampai di tempat itu, Ia melihat ke atas dan berkata "Zakheus segeralah turun, sebab hari ini Aku akan menumpang di rumahmu". Lalu Zakheus segera turun dan menerima Yesus dengan sukacita. Tetapi semua orang yang melihat itu bersungut-sungut, katanya : "Ia menumpang di rumah orang berdosa". Tetapi Zakheus berdiri dan berkata kepada Tuhan : "Tuhan, setengah dari milikku akan kuberikan kepada orang miskin dan sekitarnya dan sesuatu yang kuperas dari seseorang akan ku kembalikan empat kali lipat". Kata Yesus kepadanya " Hari ini terjadi keselamatan kepada rumah ini, karena orang ini pun anak Abraham. Sebab Anak Manusia datang untuk mencari dan menyelamatkan yang hilang.

Dari cerita Zakheus kita bisa, Yesus menegaskan bahwa hari itu telah terjadi keselamatan di rumah Zakeus. Yesus mencari orang berdosa dan membantu mereka bertobat supaya layak menerima keselamatan. Bertobat tidak hanya berarti tidak lagi berbuat jahat, tetapi mulai dan terus melakukan yang baik. Zakeus bertobat bukan karena takut akan menerima hukuman, tetapi karena bergembira telah berjumpa dengan Yesus. Perjumpaannya dengan Tuhan telah mendatangkan sukacita dalam dirinya dan itu mendorongnya untuk

memperbaiki hidupnya. Makna pertobatan yang sesungguhnya adalah berhenti berbuah jahat dan mulai melakukan kebaikan. Tadinya, Zakeus hanya peduli mendapat keuntungan bagi dirinya sendiri dan tidak peduli dengan penderitaan dan kesulitan orang lain. Kini ia peduli dengan orang miskin dengan merelakan setengah dari harta kekayaannya untuk menolong mereka. Yesus datang untuk menolong orang berdosa agar bertobat dan keluar dari lingkaran dosa yang membuatnya jauh dari Allah. Yesus menghendaki supaya orang berdosa bebas dari kekuasaan dosa dan hidup sebagai orang yang berkenan pada Allah. Yesus melakukan itu dengan tatapan kasih dan sapaan kelembutan. Pertobatan sejati adalah buah tatapan belas kasih dan kelembutan.

b. Yohanes 5:1-18 (Penyembuhan pada hari Sabat di kolam Betesda)¹⁹

Jawab orang sakit itu kepada-Nya, "Tuan, tidak ada orang yang menurunkan aku ke dalam kolam itu ketika airnya mulai terguncang, dan sementara aku menuju ke kolam itu, orang lain sudah turun mendahului aku." (Yohanes 5:7).

Tidak mudah untuk tetap memiliki pengharapan bagi orang yang telah menderita sakit hingga tiga puluh delapan tahun lamanya.

¹⁹ Lembaga Alkitab Indonesia, *Alkitab Edisi Studi* (Jakarta: LAI, 2017), hlm.201.

Selama itu ia berkumpul bersama sejumlah besar orang yang bernasib sama seperti dirinya. Menunggu air dalam kolam Betesda tergoncang dan berlomba untuk menjadi yang pertama menceburkan diri ke dalam kolam itu. Tiga puluh delapan tahun ia berharap dan selalu kalah cepat dari orang lain. Kecewa? Pasti! Itu setidaknya yang tergambar dari keadaan orang ini. Bahkan ketika Yesus datang dan menawarkan kesembuhan pun orang ini menanggapi dengan penuh keraguan. "Tuan, tidak ada orang yang menurunkan aku! Saat aku mencoba menceburkan diri, selalu saja ada orang lain mendahuluiku. Inilah pikiran orang yang telah dikurung oleh kebiasaan dan cara pikir yang sempit. Seperti inilah kita semua. Hanya ketika anugerah Tuhan tiba, lalu membukakan pikiran kita dan membentuknya berdasarkan firman Tuhan, barulah kita dapat diselamatkan dari cara berpikir seperti ini. Kesempitan berpikir yang membuat orang tidak bisa mengenal Tuhan dengan benar. Kemudian Tuhan menyembuhkan dia dengan sebuah perintah, "angkat tilammu dan berjalanlah". Orang itu sembuh dan melakukan apa yang Yesus perintahkan. Penting bagi kita untuk mengingat bahwa kita memiliki Tuhan yang selalu peduli dan hari ini berdiri di hadapan kita untuk "menyembuhkan kelumpuhan" kita. Ya, Yesus ingin kita menyambut uluran tangan-

Nya yang menyembuhkan itu. Ia ingin kita bangkit dari semua kekecewaan dan melanjutkan hidup baru yang Ia sediakan.

c. Yohanes 8:2-11 (Pengampunan Yang Mengubahkan)²⁰

"Tidak ada, Tuan." Lalu kata Yesus, "Aku pun tidak menghukum engkau. Pergilah, dan mulai sekarang, jangan berbuat dosa lagi." (Yohanes 8:11).

Ahli Taurat dan orang Farisi membawa kepada Yesus seorang perempuan yang kedapatan berbuat zinah. Mereka ingin melihat reaksi dan mencari-cari kesalahan Yesus. Mereka bertanya apa yang Tuhan Yesus akan lakukan terhadap perempuan ini. Pikir mereka, bila Yesus menyarankan untuk menghukum sesuai dengan hukum Taurat, mereka akan mengatakan Tuhan Yesus tidak punya kasih. Bila Yesus membebaskan perempuan itu, jelas para ahli Taurat dan orang Farisi akan menuduh Yesus melanggar hukum Taurat yang tegas mengatakan pezinah harus mati dilempari batu. Reaksi Tuhan Yesus di luar dugaan. Yesus balik bertanya siapa di antara mereka yang membawa perempuan yang merasa tidak berdosa, maka orang itulah yang pertama melempar batu. Semua pergi, semua tidak jadi melempar batu, karena tahu diri bahwa mereka pun berdosa. Kepada perempuan itu, Yesus

²⁰ *Ibid*, hlm.209.

tegas mengatakan bahwa Ia juga tidak akan menghukum dan mengingatkan supaya ia tidak berbuat dosa lagi. Disini Yesus ingin mengingatkan kepada perempuan berzinah ini bahwa pengampunan masih ada jika kita menyadari akan dosa yang kita perbuat dan tidak melakukannya lagi. Pengampunan telah mengubah hidupnya. Tetapi Allah Bapa dalam Tuhan Yesus begitu mengasihi kita dan mengaruniakan pengampunan dosa dan hidup baru. Inilah kesempatan kedua sebagai orang-orang yang bebas.

Pemikiran positif dan membangun tentu memiliki dampak yang baik terhadap kehidupan manusia. Fikiran positif memberikan antusiasisme dan optimism dalam hidup. Sebaliknya dengan pemikiran negatif yang akan bisa memberikan dampak buruk dalam kehidupan manusia, yang mana bisa membawa hingga tahap depresi. Maka dari itu, sebagai orang Kristen kita perlu menangani rasa depresi akan fikiran negatif kita dengan mengandalkan Tuhan, membaca dan mendalami Firman-Nya sebagai pedoman dan landasan kita dalam menghadapi situasi yang sulit. Firman Tuhan melalui Alkitab selalu mengingatkan kita akan selalu berfikir positif dan tidak mengikuti fikiran negatif yang ada.

Roma 8 : 5-6, "Sebab mereka yang hidup menurut daging, memikirkan hal-hal yang dari daging; mereka yang hidup menurut roh, memikirkan hal-hal yang dari roh.

*Karena keinginan daging adalah maut, tetapi keinginan roh adalah hidup dan damai sejahtera”.*²¹

Dari bunyi ayat tersebut, kita diingatkan untuk hidup oleh roh, hal ini berarti kita tidak hidup lagi untuk dunia, tetapi untuk Allah yang dituntun oleh kuasa roh kudus. Pikiran negatif tentu tidak sesuai dengan kehidupan roh kudus. Pikiran negatif merupakan hal yang dari daging dan membawa kita kepada maut. Makanya kita harus senantiasa memikirkan hal-hal yang dari roh dan kita pun akan mendapatkan damai sejahtera.

*Mazmur 94:19, “Apabila bertambah banyak pikiran dalam batinku, penghiburan-Mu menyenangkan jiwaku”.*²²

Ayat Alkitab ini menunjukkan betapa dunia ini penuh dengan ketidakadilan. Seringkali ketika kita melihat ketidakadilan, kita begitu pesimis, langsung memiliki banyak pikiran negatif bahwa dunia ini tidak bisa menjadi baik kembali. Namun, pemazmur ingin mengingatkan bahwa bukan fikiran negatif yang harus kita miliki dan pedomani. Semakin banyak ketidakadilan, seharusnya kita semakin mengerti akan kasih Allah yang tidak pernah berkesudahan untuk kita umat-Nya. Ia selalu memberikan penghiburan-Nya untuk kita dan penghiburan itu menyenangkan jiwa. Sehingga kondisi terburuk apapun yang kita alami, seharusnya kita datang mencari-Nya dengan

²¹ SABDA dan Tim Alkitab Android. *Tafsiran 1.3.6.*

²² *Ibid.*

penghiburan-Nya, bukan kita terkurung dalam fikiran-fikiran negatif. Selain itu, kita pun harus bertindak secara bijaksana untuk menghadapi ketidakadilan tersebut dengan mengingat kembali ayat Alkitab akan kebijaksanaan.

Yakobus 4:7, "Karena itu tunduklah kepada Allah, dan lawanlah iblis, maka ia akan lari dari padamu".²³

Ayat ini mengingatkan kita bahwa kita bisa bersahabat dengan dunia dan menjadi rekan Allah secara bersamaan. Lalu, bagaimana cara agar kita menaklukkan rasa nafsu dan persahabatan dengan dunia? Dengan sepenuhnya tunduk kepada Allah. Ingatlah bahwa Allah berkuasa atas segala sesuatunya. Orang Kristen harus takut akan Tuhan dengan sungguh-sungguh mendalami akan pengertian takut akan Tuhan. Hal akan pikiran negative pun berlaku akan hal ini, dimana melalui ayat ini memebritahkan kepada kita bahwa satu-satu jalan untuk bisa mengusir dan tidak tunduk akan pemikiran negatif yakni dengan patuh kepada Allah. Jadilah seorang Kristen yang taat kepada Allah dan beriman penuh kepada-Nya.

2 Korintus 10:5, " Kami mematahkan setiap siasat orang dan merubuhkan setiap kubu yang dibangun oleh keangkuhan manusia untuk menentang pengenalan akan Allah. Kami melawan segala pikiran dan menaklukkannya kepada Kristus".²⁴

²³ Donald Guthrie, Tafsiran Alkitab Masa Kini 3 (Matius-Wahyu), (Jakarta: BPK-GM, 1982)

²⁴ SABDA dan Tim Alkitab Android. *Tafsiran 1.3.6.*

Para rasul berpikir bahwa Paulus hanya berani bersikap tegas dan keras lewat surat saja. Namun, Paulus menjelaskan bahwa bukan sikap tegas dan keras yang penting untuk diingat. Hal yang penting untuk diingat adalah ketika memberitakan injil, pikiran-pikiran Allah yang perlu kita ungkapkan, bukan cari aman. Para rasul seharusnya berani untuk mengenalkan Allah dengan cara bagaimanapun yang sesuai dengan kehendak Allah. Salah satu hal yang perlu dilakukan untuk dapat melakukan hal itu dengan menaklukkan pikiran negatif kita dan memenuhinya dengan pikiran akan kasih Kristus.

B. *Single Parent*

1. Definisi *Single Parent*

Seorang *single parent* adalah seorang wanita ataupun pria yang sudah menikah yang telah ditinggalkan oleh isteri atau suaminya, baik karena bercerai ataupun meninggal. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengertian *single parent* adalah seseorang yang tidak lagi menikah karena perceraian atau kematian.²⁵

Hal ini sesuai dengan pendapat Pudjibabudo dalam buku karya Sofyan S. Willis, *single parent* adalah perempuan yang menjadi orang tua tunggal karena kematian atau perceraian pasangannya, atau bahkan memilih untuk memiliki anak di luar nikah.²⁶

²⁵ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta : Balai Pustaka, 1990). 85

²⁶ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga* (Bandung: Alfabet, 2011),37.

Seperti yang dikutip oleh John Kotre dan Elizabeth Hall, Sager dkk menjelaskan bahwa tanpa bantuan dan kehadiran pasangannya, single parent adalah orang tua yang membesarkan anaknya seorang diri.²⁷

Jadi, dapat dikatakan jika *single parent* adalah situasi atau kondisi dimana suami atau isteri harus membesarkan anaknya seorang diri, dikarenakan ditinggalkan oleh pasangannya, karena bercerai ataupun salah satunya meninggal.

2. Penyebab Menjadi *Single Parent*

Perempuan biasanya banyak yang menjadi *single parent* dibandingkan laki-laki. Beberapa penyebab mengapa seseorang bisa menjadi *single parent* yakni seperti, perceraian atau kematian pasangan. Hidup ini tidak sempurna, terkadang kejadian tak terduga terjadi sehingga siap atau tidak kita harus menerima bahwa hidup harus terus berjalan. Kematian seseorang adalah salah satu kejadian tak terduga yang terjadi secara kebetulan. Kita harus siap menghadapi kehilangan, hidup sendiri, merawat dan membesarkan anak sendiri. Perceraian seringkali disebabkan oleh pernikahan dini pasangan muda yang belum cukup matang secara mental bahkan finansial untuk memulai

²⁷ John Kotre dan Elizabeth Hall, *Seasons of Life* (USA : The University Of Michigan Press, 1997). 344.

sebuah rumah tangga. Ada juga perempuan yang memilih menjadi *single parent* karena ingin hidup sendiri dengan anaknya dan tidak ingin menikah.²⁸

3. Masalah yang Dihadapi Sebagai *Single parent*

Menjadi seorang *single parent* jelas sulit. Banyak tantangan dan masalah yang harus diselesaikan, baik secara sosial, psikologis, peran *single parent* lebih sulit karena:

1. *Single parent* biasanya tidak mau menikah lagi karena mereka kekurangan kekuatan sosial dan pribadi.
2. *Single parent* biasanya mengalami kesulitan keuangan.
3. *Single parent* lebih agresif secara sosial dan membatasi kehidupan sosial mereka lebih dari pria.

Permasalahan lain yang dirasakan oleh *single parent*, yang akan semakin berkembang dalam keluarga *single parent* seperti yang dinyatakan oleh Bigner:²⁹

- a. Mengalami penurunan pendapatan

Perubahan yang terjadi mengharuskan *single parent* untuk hidup sendiri dan berjuang untuk memenuhi kebutuhan hidup dengan anaknya, dikarenakan sudah tidak adanya seseorang yang akan menafkahnya.

²⁸ Ari Putra Elizon, "Peran Single Parent Dalam Memenuhi Kebutuhan Dasar Anak (Studi Di Kelurahan Betungan Kecamatan Selebar Kota Bengkulu)" (2019): 1-83, http://repository.iainbengkulu.ac.id/2739/1/FILE_KASET_ARI.pdf.

²⁹ Jerry Bigner, *Parent Child Relations : An Introduction To Parenting* (New York: MacMillan Publishing Co.Inc, 1999),57.

b. Mendapatkan peran ganda

Sebagai *single parent* tentunya peran kedua orang tua, ayah dan ibu haruslah di laksanakan dalam waktu bersamaan. Dan harus mampu untuk menjalankan kedua peran tersebut, agar anak-anak tidak kehilangan dari kedua sosok dalam hidupnya itu.

c. Mendapatkan sikap negatif dari masyarakat

Menjadi *single parent* tentu mendapat tanggapan buruk dari lingkungan sekitar. Mulai dari stigma apakah mampu untuk membesarkan anak, hingga apakah anaknya bisa mampu tumbuh dengan baik tanpa figure lengkap dari kedua orang tuanya.

d. Perubahan hubungan anak dan orang tua

Perpisahan tentu akan membawa dampak kepada anak. Baik itu perubahan hubungan anak dan orang tua dalam hal waktu ataupun kebersamaan.

Hurlock mengemukakan beberapa masalah yang umumnya akan dihadapi oleh *single parent* dalam hidupnya, yakni:³⁰

a. Masalah ekonomi

Sebelum perpisahan dengan pasangan tentu akan mengalami situasi ekonomi yang akan stabil, namun setelah terjadinya perpisahan akan membuat keadaan ekonomi *single parent* akan mengalami masalah. Karena

³⁰ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta : Erlangga,2019),hlm 361.

kini dia harus berjuang seorang diri untuk memenuhi kebutuhan anak dan dirinya.

b. Masalah sosial

Kehidupan sosial seorang *single parent* tentu tidaklah mudah. Dimana mereka sering dianggap sebelah mata oleh lingkungan sekitarnya. Dimana kadang mereka pun tidak mendapatkan ruang di masyarakat sebagai seorang warga. Mereka akan selalu dikucilkan karena dianggap hal yang tidak wajar jika seorang anak tidak dibesarkan oleh kedua orang tuanya.

c. Masalah keluarga

Seorang *single parent* tentunya tidak akan lepas dari keluarga. Baik keluarga sendiri ataupun dari keluarga pasangannya terdahulu. Tentu dalam posisi keluarga *single parent* akan mendapat banyak cibiran hingga kritikan dari keluarga akan cara dia bagaimana menjalani hidup dengan anaknya, cara merawat, mendidik hingga pendapatan dari *single parent*.

d. Masalah seksual

Keinginan seksual yang tidak bisa terpenuhi, dimana dulu bisa memenuhi itu dengan pasangannya, akan tetapi setelah perpisahan akan sulit untuk bisa memenuhi kebutuhan ini. Hal ini yang biasa bisa menimbulkan keinginan dari *single parent* untuk mencari cara agar bisa memenuhi kebutuhan tersebut. Misalnya, melakukan hubungan diam-diam dengan lawan jenis.

4. Dampak Menjadi *Single Parent*

Menjadi *single parent* mempengaruhi perempuan secara signifikan, mulai dari dampak masalah sosial, penurunan dukungan sosial, peningkatan kecemasan, depresi dan perilaku impulsif hingga perasaan kekosongan batin. Secara khusus, perempuan yang memilih menjadi *single parent* tanpa ikatan pernikahan memiliki lebih banyak kesempatan untuk mengalami kehidupan emosional yang dipengaruhi oleh alam bawah sadar. Di sana perempuan mengalami konflik internal, frustrasi, trauma, menerima kritik dari masyarakat, malu dan sakit.