

## Implikasi Ikhlas Pada Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Masalah Keluarga di SMA Karya Pembangunan Paron

\*<sup>1</sup>Samsul Hadi, <sup>2</sup>Ayu Apriliya, <sup>3</sup>Syamsul Bakri, <sup>4</sup>Yusup Rohmadi

<sup>1,2</sup> STIT Islamiyah Karya Pembangunan Paron Ngawi

<sup>3,4</sup> Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

email: [samsul2005@yahoo.com](mailto:samsul2005@yahoo.com)

Tanggal Submitt: 1 Juli 2023 Tanggal diterima: 4 Juli 2023 Tanggal Terbit: 22 Juli 2023

---

**Abstract:** This study aimed to determine the impact of sincerity on the resilience of adolescents in dealing with family problems. This research method is a qualitative phenomenological study. The research subjects consisted of 3 female high school students at Karya Pembangunan Paron High School who had family problems with economic difficulties, orphans and divorce. Methods of data collection using observation, interviews and documentation. The results showed that family problems faced by adolescents included financial challenges caused by parents who did not have a permanent job, the issue of orphaned youth and the problem of lack of attention from parents due to a broken home divorce. A sincere picture of childhood in dealing with family problems, namely surrendering to Allah SWT. Adolescent resilience in dealing with family problems through family behaviour that supports each other, friendship environmental factors, the understanding that everything owned is only a deposit and expressions of gratitude. The impact of sincerity on the resilience of adolescents in dealing with family problems is obtaining inner satisfaction, understanding that we should not love the world excessively, feeling relieved after letting go and being persistent in doing good.

**Keywords:** Sincere, Resilience, Family Problem, Youth

**Abstract:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dampak ikhlas pada resiliensi remaja dalam menghadapi masalah keluarga. Metode penelitian ini merupakan studi kualitatif fenomenologi. Subjek penelitian terdiri dari 3 siswi remaja SMA Karya Pembangunan Paron yang memiliki masalah keluarga kesulitan ekonomi, yatim dan perceraian. Metode pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permasalahan keluarga yang dihadapi remaja antara lain masalah kesulitan ekonomi yang disebabkan oleh faktor orang tua yang tidak memiliki pekerjaan tetap, masalah remaja yatim dan masalah kurangnya perhatian orang tua akibat dari broken home perceraian. Gambaran ikhlas remaja dalam menghadapi masalah keluarga yaitu berserah diri kepada Allah SWT. Resiliensi remaja dalam menghadapi masalah keluarga melalui perilaku keluarga yang saling mendukung, faktor lingkungan pertemanan, pemahaman bahwa segala yang dimiliki hanya titipan, dan ungkapan syukur. Dampak ikhlas pada resiliensi remaja dalam menghadapi masalah keluarga yaitu memperoleh kepuasan batin, memaknai bahwa kita tidak seharusnya menyayangi dunia secara berlebihan, merasa lega setelah mengikhlaskan dan istiqomah dalam melakukan kebaikan.

**Keywords:** Ikhlas, Resiliensi, Masalah Keluarga, Remaja

### Pendahuluan

Kehidupan manusia dipenuhi tantangan yang harus dihadapi. Dibutuhkan resiliensi untuk bisa bertahan dan mencapai hasil yang diinginkan. Resiliensi mencakup

kemampuan mengatasi rasa sakit, pengendalian diri dan mempertahankan kondisi dalam menghadapi berbagai ujian hidup.<sup>1</sup> Individu dengan resiliensi yang baik mampu memaknai setiap peristiwa, termasuk yang tidak diharapkan.

Remaja merupakan masa transisi dari anak ke dewasa. Pada masa ini remaja harus mengembangkan potensinya dengan didampingi orang yang lebih dewasa, terutama keluarga. Dukungan keluarga akan membantu remaja tumbuh menjadi pribadi yang sehat. Dari hasil penelitian Sri Erniati dkk menunjukkan prosentase sebesar 33.94% bahwa dukungan sosial keluarga memberikan kontribusi terbesar terhadap kebahagiaan<sup>2</sup> Akan tetapi kenyataan yang terjadi tidak selalu ideal. Keluarga kadang menjadi sumber masalah utama dalam kehidupannya.

Bagi remaja yang mengalami permasalahan berat tentu bukan hal yang mudah untuk bisa bangkit dan bertahan pada situasi yang kurang baik. Hasil wawancara pada siswa SMA Karya Pembangunan Paron menyebutkan bahwa 99% masalah yang dihadapi beruntun, silih berganti, dan bercabang. Hasil survei kepada 12 siswa di SMA Karya Pembangunan Paron menyebutkan bahwa permasalahan terberat yang dihadapi adalah masalah keluarga sebesar 90%. Disusul masalah dengan teman sebesar 10%. Permasalahan keluarga meliputi perceraian, pertengkaran, kematian, kesulitan ekonomi, gangguan kesehatan dan kurang kasih sayang orang tua. Sedangkan permasalahan teman meliputi perilaku mengolok-olok antar teman.

Masalah keluarga merupakan segala bentuk perilaku, tindakan, dinamika, pola dan interaksi yang mengganggu keluarga, entah dari sisi manapun. Permasalahan tentang keluarga yang sering terjadi sudah menjadi hal biasa bagi masyarakat bahkan sampai beredar di media sosial dan menimbulkan sesuatu yang tidak diinginkan. Berikut bentuk permasalahan keluarga diantara lain :

#### 1) Broken Home

Broken home adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan di dalam keluarga, seperti perceraian, keretakan keluarga, pertengkaran, keluarga tidak harmonis, keluarga tidak utuh dan berantakan Kesenjangan dalam keluarga menimbulkan broken home yang dapat berdampak negatif pada psikologi remaja dan membuat mereka dalam keadaan sangat mencemaskan.<sup>3</sup>

Konflik dalam keluarga dapat menimbulkan keretakan, krisis keluarga, atau bahkan broken home. Banyak pihak, terutama anak-anak, yang dapat menderita akibat keadaan keluarga yang rusak.<sup>4</sup>

Remaja yang memiliki orang tua yang bercerai, dominan memiliki emosi marah, kecewa, tertekan, dan mengasingkan diri selama waktu yang tidak tertentu dengan

<sup>1</sup> Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*, Prenada Media, Jakarta, 2022, hlm. 182.

<sup>2</sup> Sri Erniati, E. Yuliasesti, and D. Sari, "Peran Resiliensi Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kebahagiaan Remaja," *Prosiding Konferensi Nasional Ke-7, May, 2018*, 78–85., [https://www.researchgate.net/publication/341616468\\_Peran\\_Resiliensi\\_dan\\_Dukungan\\_Sosial\\_Keluarga\\_terhadap\\_Kebahagiaan\\_Remaja](https://www.researchgate.net/publication/341616468_Peran_Resiliensi_dan_Dukungan_Sosial_Keluarga_terhadap_Kebahagiaan_Remaja)., diakses 11 Januari 2023.

<sup>3</sup> Sabilla Hasanah dkk., "Broken Home pada Remaja dan Peran Konselor," *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 2, no. 2 (2017)., <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti/article/view/212>, diakses 29 Februari 2023.

<sup>4</sup> Desi Wulandari dan Nailul Fauziah, "Pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologis)," *Jurnal Empati* 8, no. 1 (2019): 1–9., <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/23567>, diakses 29 Februari 2023.

menampakkannya dirinya melalui sikap yang kurang baik dan bermusuhan terhadap orang yang menimbulkan permasalahan tersebut.<sup>5</sup>

## 2) Yatim Piatu

Remaja yatim piatu semakin mengalami tekanan akibat ketiadaan orang tua sebagai sumber kasih sayang, perlindungan dan dukungan. Remaja yang berstatus yatim piatu dapat menghambat perkembangan pribadinya dengan menunjukkan disposisi keterpisahan, diam dan melamun. Masalah yang akan dihadapi remaja yatim piatu antara lain perasaan berbeda dari orang lain, kurangnya sesuatu dalam diri mereka, dan mendapat perlakuan berbeda dari lingkungannya.<sup>6</sup>

Yatim piatu adalah kondisi keluarga bagi anak-anak yang kehilangan orang tuanya. Sedangkan yatim adalah anak yang kehilangan ayah, dan piatu adalah anak yang kehilangan ibu.

## 3) Kesulitan Ekonomi

Kecemasan, kegelisahan tentang keuangan keluarga disebabkan oleh kesulitan ekonomi. Pendidikan cenderung menghindari kemiskinan dan kesulitan ekonomi. Solusi untuk masalah kesulitan keuangan adalah meningkatkan pendapatan melalui pendidikan yang lebih baik. Karena mereka mengalami lebih sedikit kesulitan keuangan daripada mereka yang berpendidikan lebih rendah. Selain itu, depresi dan kesulitan ekonomi dapat memprediksi penurunan produktivitas remaja dalam mencari ilmu di sekolah.<sup>7</sup>

Dari hasil wawancara peneliti terhadap 3 subjek utama (NH, RR dan WA) dengan masalah keluarga berat didapatkan masalah yang berbeda-beda. NH memiliki masalah kesulitan ekonomi karena bapak yang tidak memiliki pekerjaan tetap karena lapangan pekerjaan yang minim. RR memiliki masalah keluarga yatim karena bapaknya meninggal dunia ketika masuk SD. WA memiliki masalah broken home karena pertengkaran orang tua ketika SMP

Dibutuhkan sikap ikhlas bahwa setiap kesulitan pasti ada kemudahan, sehingga dapat merasakan ketenangan jiwa dan terhindar dari perbuatan yang bersifat merusak seperti stres, mengurung diri dan perasaan takut.<sup>8</sup> Adapun langkah-langkah remaja dalam menghadapi permasalahan *pertama*, dihadapi dengan hati yang lapang *kedua*, mengembalikannya kepada Allah dan *ketiga*, ikhlas menerima.<sup>9</sup>

Ikhlas menjadi poin utama penerimaan remaja terhadap masalah yang dialami sehingga dapat bertahan menghadapi masalahnya. Ikhlas dapat membuat remaja memiliki resiliensi masalah yang baik. Perbuatan ikhlas pasti berdampak positif selama

<sup>5</sup> Aswina Mayang Safitri, "Proses dan faktor yang mempengaruhi perilaku memaafkan pada remaja broken home," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, no. 1 (2017)., diakses 01 Maret 2023.

<sup>6</sup> Sulfahmi dan Ridha, "Resiliensi remaja yatim piatu yang melaksanakan salat tahajud.," <https://journal.uin.ac.id/Psikologika/article/view/10688>, diakses 23 Januari 2023.

<sup>7</sup> Partono Thomas, "Peran kontrol diri dalam memediasi pengaruh motivasi berprestasi, perfeksionisme, dan kesulitan ekonomi terhadap prokrastinasi akademik (studi kasus pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi FE UNNES)," *Economic Education Analysis Journal* 7, no. 1 (2018): 45–58., <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj/article/view/22856/10778>, diakses 03 Maret 2023.

<sup>8</sup> Miss Rosidah Haji Daud Salman Abdul Muthalib and Mudlim Djuned, "Konsep Iklas Dalam Al Quran," *Journal of Qur'anic Studies* 2, no. 1 (2017): 180–97., <https://jurnal.arraniry.ac.id/index.php/tafse/article/view/13635/pdf>, diakses 28 Desember 2022.

<sup>9</sup> Wawancara siswa di SMA Karya Pembangunan Paron pada 06 Desember 2022.

dilakukan dengan benar. Dengan sikap ikhlas, remaja yang mengalami banyak permasalahan diharapkan mampu menghadapi banyak hal yang akan dilaluinya dan tetap tenang dalam kondisi seburuk apapun.

Hasil penelitian Andi Sulfahmi dan Andi Ahmad Ridha (2017) pada Resiliensi Remaja Yatim Piatu yang melaksanakan Solat Tahajud menunjukkan bahwa manfaat ikhlas pada resiliensi remaja adalah membersihkan diri dari pujian manusia, hati menjadi tenang dan untuk mendapat keberkahan hidup meskipun sedang taat menjalani ibadah solat.<sup>10</sup> Penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian Khusnul Khotimah (2018) pada Faktor Pembentuk Resiliensi Remaja dari Keluarga Broken Home menjelaskan bahwa manfaat ikhlas antara lain dapat mengelola emosi dengan baik, efikasi diri dalam menghadapi hambatan dan memiliki rasa empati terhadap orang lain.<sup>11</sup> Ditegaskan oleh penelitian Taufiqurrahman (2019) pada Ikhlas dalam perspektif Al Quran menunjukkan manfaat penting dari ikhlas yaitu adanya konstruk yang unik dan terakomodir dalam konsep psikologi sehingga akan melengkapi pemahaman dalam wilayah agama manusia.<sup>12</sup>

Ikhlas memiliki tiga tingkatan, dikutip dari penelitian Taufiqurrahman (2019)<sup>13</sup> yaitu *ikhlasul ibad* ikhlasnya ahli ibadah, *ikhlasul mubibbin* ikhlasnya para pecinta dan *ikhlasul arifin* ikhlas tertinggi dengan kesadaran mendalam bahwa segala yang dimiliki karunia Allah SWT.

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bertahan dari kondisi tertekan, kesulitan dan hambatan, dengan memaknai setiap pengalaman negatif menjadi pembelajaran kedepannya dan mampu mengembangkan kekuatan baru dari dalam dirinya. Kemampuan resiliensi remaja berdasarkan proses belajar dari permasalahan yang dihadapi dan kemampuan untuk melakukan evaluasi setiap tindakan yang dilakukan. Remaja yang kurang memiliki kemampuan optimisme dan efikasi dengan baik, menyebabkan cenderung ragu-ragu dengan kemampuan dirinya, berpikir bahwa permasalahan yang dihadapinya akan terjadi hingga di masa depan.<sup>14</sup>

Dikutip dari hasil penelitian Arih Merdekasari (2022), bahwa resiliensi merupakan kemampuan menghadapi kesulitan besar, mereka akan membangun kembali kehidupan yang terganggu dengan cara baru sesuai dengan keadaan diri mereka dan berusaha mengembangkan kekuatan baru dari dalam dirinya.<sup>15</sup>

<sup>10</sup> Andi Sulfahmi and Andi Ahmad Ridha, "Resiliensi Remaja Yatim Piatu Yang Melaksanakan Salat Tahajud," *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 22, no. 2 (2017): 36–47., <https://journal.uin.ac.id/Psikologika/article/view/10688>, diakses 23 Januari 2023.

<sup>11</sup> Khusnul Khotimah, "Faktor Pembentuk Resiliensi Remaja Dari Keluarga Broken Home Di Desa Pucung Lor Kecamatan Kroya Kabupaten Cilacap," *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 12, no. 1 (2018): 136–57., <https://ejournal.uinsaiu.ac.id/index.php/komunika/article/view/1384>, diakses 23 Januari 2023.

<sup>12</sup> Taufiqurrahman Taufiqurrahman, "Ikhlas Dalam Perspektif Al Quran," *Eduprof: Islamic Education Journal* 1, no. 2 (2019): 279–312., <https://iaibbc.e-journal.id/xx/article/view/23>, diakses 23 Januari 2023.

<sup>13</sup> Taufiqurrahman Taufiqurrahman, "Ikhlas dalam Perspektif Al Quran," *Eduprof: Islamic Education Journal* 1, no. 2 (2019): 279–312., <https://iaibbc.e-journal.id/xx/article/view/23>, diakses 23 Januari 2023.

<sup>14</sup> Berna Detta and Sri Muliati Abdullah, "Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home," *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 19, no. 2 (2017): 71–86., <http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/psikologi/article/view/600/390>, diakses 23 Januari 2023.

<sup>15</sup> Arih Merdekasari, "SELF RESILIENSI PEREMPUAN JAWA PADA MASA PANDEMI COVID-19," *JURNAL EDUCATION AND DEVELOPMENT* 10, no. 3 (2022): 394–400., <https://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/4162/2637>, diakses 09 Maret 2023.

Berdasarkan fakta di SMA Karya Pembangunan Paron dan studi penelitian terdahulu peneliti mencoba menganalisis lebih dalam terhadap implikasi ikhlas pada resiliensi remaja dalam menghadapi masalah. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui implikasi ikhlas sebagai proses penerimaan individu dalam suatu kejadian baik dan buruk yang disertai kerelaan hati dengan perbuatan yang bertujuan mendekatkan diri kepada Allah SWT dan membersihkan dari motivasi kesenangan duniawi semata.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metodologi kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan mempelajari keadaan objek yang alamiah, dan peneliti merupakan instrumen kunci.<sup>16</sup> Pendekatan fenomenologi adalah pendekatan penelitian untuk menggali dan mengungkap kesamaan makna dari fenomena yang menjadi pengalaman hidup.<sup>17</sup> Adapun lokasi penelitian berada di SMA Karya Pembangunan Paron.

Metode observasi, wawancara dan dokumentasi peneliti gunakan untuk mengumpulkan data. Observasi dilakukan dengan melengkapi formulir atau blanko sebagai instrumen. Formulir yang dikompilasi berisi elemen dari peristiwa atau perilaku yang dijelaskan. Pengamat mempunyai peran yang paling penting dalam menerapkan metode observasi. Pengamat harus jeli dalam memperhatikan, mengawasi peristiwa, perkembangan atau proses.<sup>18</sup> Wawancara adalah pertemuan tatap muka antara dua orang atau lebih yang mendengarkan secara langsung fakta-fakta atau pernyataan-pernyataan guna mengembangkan makna dalam isu tertentu.<sup>19</sup> Yang ketiga metode dokumentasi dengan sumber data baik berupa sumber tertulis, film, gambar, dokumen, gambar, tulisan angka dan karya-karya monumental yang keseluruhan memberikan informasi yang valid bagi proses penelitian berupa laporan keterangan yang dapat mendukung penelitian.<sup>20</sup>

Subjek penelitian ini adalah 3 siswa remaja SMA Karya Pembangunan Paron yang berusia 14-17 tahun yaitu NH, RR dan WA yang memiliki permasalahan keluarga seperti kesulitan ekonomi, yatim dan broken home perceraian. Selain itu ada 7 informan terdiri dari *pertama*, teman siswa yaitu; CE, DK dan NM. *Kedua*, keluarga siswa yaitu; BP keluarga dari NH, IB keluarga dari RR dan KA keluarga dari KA serta *ketiga* adalah AN yaitu guru kelas siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak ikhlas pada resiliensi remaja dalam menghadapi masalah keluarga. Penelitian ini menggunakan teknik triangulasi data untuk memastikan validitasnya. Triangulasi adalah teknik

<sup>16</sup> Salim, dkk, *Penelitian Pendidikan: Metode, Pendekatan, dan Jenis*, Kencana, Jakarta, 2019, hlm. 28

<sup>17</sup> Eko Murdiyanto, *Metode Penelitian Kualitatif : Teori dan Aplikasi disertai Contoh Proposal*, LPMD, Yogyakarta, 2020, hlm. 27-28.

<sup>18</sup> M. Djamal, *Paradigma Penelitian Kualitatif*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2017, hlm. 66.

<sup>19</sup> Muh Fitrah & Luthfiyah, *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*, CV Jejak, Sukabumi, 2018, hlm. 66

<sup>20</sup> Muh Fitrah & Luthfiyah, *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*, CV Jejak, Sukabumi, 2018, hlm. 74

pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain dalam membandingkan hasil wawancara terhadap objek penelitian.<sup>21</sup>

## Pembahasan

### a. Masalah Keluarga yang Dialami Remaja

Remaja merupakan periode transisi dari anak-anak menuju dewasa yang memiliki rentang usia antara 10-22 tahun diikuti perubahan fisik, psikis dan kognitif dalam dirinya. Fase perkembangan yang dihadapkan dengan berbagai konflik, perubahan suasana hati, dan stress penuh tantangan. Pada usia remaja merupakan usia masa sulit bagi dirinya dan orang tuanya yang masih sangat rentang terhadap perubahan dalam dirinya dan permasalahan yang dialaminya.

Masalah keluarga meliputi segala bentuk perilaku, tindakan, dinamika, pola dan interaksi yang mengganggu keluarga, entah dari sisi manapun. Permasalahan keluarga yang dihadapi remaja antara lain broken home, yatim piatu dan kesulitan ekonomi.

Remaja yang tumbuh dalam keluarga broken home membutuhkan proses penerimaan diri untuk beradaptasi dengan realitas yang mereka hadapi dan mengatasi toleransi terhadap peristiwa traumatik yang berkaitan dengan konflik keluarga.<sup>22</sup> Proses terjadinya permasalahan keluarga dari orang tua yang mengalami pengurangan jumlah karyawan dari pekerjaan, orang tua yang mengalami kecelakaan lalu meninggal dunia dan orang tua yang mengalami konflik akhirnya mengakibatkan perceraian

Remaja yang berstatus yatim piatu cenderung menutup diri, diam dan melamun karena kurangnya perhatian orang tua sebagai sumber kasih sayang, perlindungan dan dukungan. Kehilangan orang tua di usia remaja akan membuat mereka mengalami tekanan karena mereka berada dalam keadaan yang berbeda dari pihak lain karena pengaruh eksternal. Di antara masalah yang dihadapi remaja yatim piatu adalah merasa berbeda dari orang lain, kekurangan sesuatu, dan menerima perlakuan yang berbeda dari lingkungannya.<sup>23</sup>

Kesulitan ekonomi yang disebabkan dari faktor orang tua yang tidak memiliki pekerjaan tetap juga turut andil dalam menurunkan produktivitas remaja dalam mencari ilmu di sekolah. Pendidikan cenderung mengurangi kemiskinan dan kesulitan ekonomi. Peningkatan pendapatan melalui pendidikan yang lebih baik adalah solusi permasalahan untuk tantangan kesulitan ekonomi<sup>24</sup> Waktu terjadinya masalah keluarga yakni pasca Covid-19, ketika remaja duduk di bangku SD dan ketika remaja duduk di bangku SMP.

<sup>21</sup> Sandu Siyoto dan Muhammad Ali Sodik, *DASAR METODOLOGI PENELITIAN*, Literasi Media Publishing, Yogyakarta, 2015, hlm. 107.

<sup>22</sup> Ida Ayu Shintya Dewi dan Y. Herdiyanto, "Dinamika penerimaan diri pada remaja broken home di bali," *Jurnal Psikologi Udayana* 5, no. 2 (2018): 434–43., diakses 01 Maret 2023.

<sup>23</sup> Sulfahmi dan Ridha, "Resiliensi remaja yatim piatu yang melaksanakan salat tahajud.," <https://journal.uii.ac.id/Psikologika/article/view/10688>, diakses 23 Januari 2023.

<sup>24</sup> Partono Thomas, "Peran kontrol diri dalam memediasi pengaruh motivasi berprestasi, perfeksionisme, dan kesulitan ekonomi terhadap prokrastinasi akademik (studi kasus pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi FE UNNES)," *Economic Education Analysis Journal* 7, no. 1 (2018): 45–58., <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj/article/view/22856/10778>, diakses 03 Maret 2023.

Dampak dari masalah keluarga yang dihadapi remaja mengakibatkan remaja mudah sekali mengalami gangguan psikis, gangguan moral, mudah terpengaruh pada hal-hal negatif, suka mengasingkan diri, membenci orang tuanya, hidupnya sia-sia, suka memberontak, berperilaku kasar serta mempunyai tingkat kecemasan tinggi. Dapat dikatakan pada usia remaja, masih minim pengalaman sehingga rentan sekali mengalami kebingungan, kegelisahan, pertentangan, dan konflik pada diri sendiri dalam memandang peristiwa dan menentukan sikap dan perilakunya dalam menghadapi masalah yang dialaminya.

#### **b. Implikasi Ikhlas pada Resiliensi Remaja dalam Menghadapi Masalah Keluarga**

Ikhlas merupakan segala perbuatan yang bertujuan mendekatkan diri kepada Allah SWT dan membersihkan diri dari motivasi kesenangan duniawi semata. Gambaran ikhlas remaja dalam menghadapi permasalahan keluarga meliputi mengelola rasa kecewa seperti berserah diri kepada Allah SWT dengan mengambil hikmah dari permasalahan keluarga, menerima takdir Allah SWT dengan menyembunyikan segala keinginan dan menerima dengan lapang dada atas apa yang telah terjadi di dalam keluarga. Adapun tindakan rahasia yang dilakukan remaja antara lain rajin melaksanakan solat wajib, solat sunah dan mendoakan keluarga. Sedangkan harapan remaja dikembalikan kepada Allah SWT sebagai maha pengatur kehidupan dan pencipta alam semesta beserta isinya.

Individu yang telah masuk fase ikhlas cenderung merelakan apapun yang terjadi dalam dirinya dan menganggap apa yang terjadi sudah ketentuan dari Allah SWT serta lebih menyempurnakan ibadahnya meskipun dalam keadaan sendiri.<sup>25</sup>

Ikhlas memiliki tiga tingkatan, tingkatan yang pertama adalah orang-orang awam, kedua orang-orang *khanwash* dan yang ketiga orang-orang *khanwashulkhanwas* dari beberapa tingkatan tersebut ketiga remaja di SMA Karya Pembangunan Paron berada pada tingkatan pemahaman orang-orang awam yaitu remaja masih mengharapkan pahala setelah melakukan keikhlasan.<sup>26</sup>

Menurut data analisis dan wawancara peneliti terhadap ketiga subjek di atas yaitu NH, RR dan WA dalam aktualisasi sifat ikhlas memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Subjek NH memiliki ciri ikhlas mengelola rasa kecewa dengan berserah diri kepada Allah SWT. Subjek RR memiliki ciri ikhlas mengelola rasa kecewa dengan menerima takdir Allah SWT. Subjek WA memiliki ciri ikhlas mengelola rasa kecewa menerima dengan lapang dada dan bersikap rela apapun yang terjadi dalam keluarganya.

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bertahan dari kondisi tertekan, kesulitan dan hambatan, dengan memaknai setiap pengalaman negatif

<sup>25</sup> Sulman Sulman dan Nur Alim Hamzah, "IKHLAS DALAM BERIBADAH SESUAI TUNTUNAN AL-QUR'AN DAN HADITS," *Jurnal Ushuluddin Adab dan Dakwah* 2, no. 1 (2019): 65–73., <http://journal.iaialmawar.ac.id/index.php/juad/article/view/176/78>, diakses 01 Maret 2023.

<sup>26</sup> Taufiqurrahman Taufiqurrahman, "Ikhlas dalam Perspektif Al Quran," *Eduprof: Islamic Education Journal* 1, no. 2 (2019): 279–312., <https://iaibbc.e-journal.id/xx/article/view/23>, diakses 23 Januari 2023.

menjadi pembelajaran kedepannya dan mampu mengembangkan kekuatan baru dari dalam dirinya.

Kemampuan resiliensi remaja dalam menghadapi permasalahan keluarga *pertama*, kemampuan bertahan menghadapi masalah berasal dari perilaku keluarga yang saling mendukung, faktor lingkungan pertemanan yang membuat remaja merasa lebih tenang dan melalui pemahaman bahwa segala yang dimiliki hanya titipan sehingga membuat remaja bersabar *kedua*, kemampuan memaknai kesulitan berasal dari ungkapan rasa syukur bahwa tidak ada kehidupan yang tidak bermasalah, melalui pemahaman bahwa kehidupan sudah ada yang mengatur dan remaja mengambil hikmah dari permasalahan yang menimpa keluarga *ketiga*, kemampuan mengembangkan kekuatan baru berasal dari sikap remaja dalam menerima keadaan yang kurang baik, mengembangkan bakat minat untuk menyelesaikan pendidikan, mampu bangkit kembali menjalani kehidupan melalui dukungan dari orang lain.

Dari hasil temuan peneliti menunjukkan NH memiliki resiliensi dengan meluapkan emosi melalui menangis sehingga membuatnya lega dan memaknai kesulitan melalui pemahaman sehingga memberi pengalaman dan kemampuan mengembangkan bajatnya dan membuatnya berprestasi dan disayangi orang lain. RR memiliki relisiensi melalui penerimaan akan takdir yang membuatnya tenang dan memiliki semangat untuk menjalani proses kehidupan. WA memiliki resiliensi melalui perilakunya yang sering bercanda sehingga membuatnya semangat dan ceria serta peningkatan dari segi ibadahnya.

Resiliensi dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal antara lain *pertama*, dalam mengatur emosi dengan cara bersabar dan bertawakal kepada Allah SWT *kedua*, dalam mengendalikan diri dengan cara mengurangi komunikasi dengan orang lain, menyibukkan diri dan bersikap hati hati dalam melakukan setiap tindakan *ketiga*, dalam bersikap optimis dengan cara mensyukuri apapun yang sudah menjadi kehendak Allah SWT, meyakini setiap masalah pasti ada solusi dan memiliki harapan baik kedepannya *keempat*, dalam menganalisis penyebab masalah yaitu karena takdir Allah SWT, faktor lingkungan dan faktor orang tua *kelima*, dalam berempati dengan cara saling mendukung satu sama lain dan mengajak teman melakukan ibadah. Sedangkan faktor eksternal antara lain mendapat dukungan dari teman, guru dan keluarga.

Reivich dan Shatte (Nasution, 2011) menyampaikan bahwa individu yang pernah mengalami kesulitan mampu bangkit apabila individu memiliki resiliensi yang baik dan memahami bahwa kegagalan, keterpurukan dan hambatan akan menjadikan pengalaman bermakna serta terhindar dari perasaan takut, kecemasan dan depresi.<sup>27</sup>

Sumber pembentuk resiliensi antara lain *pertama*, I have yaitu sumber pembentuk resiliensi yang berkaitan dengan dukungan sosial dari lingkungannya baik dari lingkungan keluarga, teman sebaya dan guru *kedua*, I am yakni sumber

<sup>27</sup> Vallahatullah Missasi dan Indah Dwi Cahya Izzati, "Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi," Jurnal Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, 2019, hlm. 433-441., <http://www.seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3455>, diakses 18 Desember 2022.

pembentuk resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan diri dari individu dan *ketiga*, I can yaitu sumber pembentuk resiliensi yang berkaitan dengan usaha dari dalam individu dalam memecahkan masalah.<sup>28</sup>

Ikhlas dan resiliensi menjadi poin penting remaja dalam menghadapi masalah keluarga. Maka mereka akan merasakan implikasi ikhlas dalam membentuk resiliensi dalam kehidupan sehari-hari. Dengan melakukan ikhlas dan resiliensi menjadikan kondisi badan sehat secara pikiran, mental dan batin serta mampu melibatkan Allah SWT dalam menjalani setiap tindakan.

Implikasi dapat diartikan sebagai dampak yang dirasakan di masa depan ketika melakukan sesuatu. Implikasi ikhlas dalam membentuk resiliensi antara lain *pertama*, dampak ikhlas terhadap kemampuan bertahan yakni memperoleh kepuasan batin, senantiasa bersyukur mendapat hikmah dan memiliki keyakinan kepada Allah SWT bahwa yang dilahirkan juga akan mengalami kematian *kedua*, dampak ikhlas terhadap pemaknaan yakni harus semangat belajar untuk mendapatkan pendidikan dan pekerjaan yang lebih baik dan kita tidak seharusnya menyayangi manusia secara berlebihan *ketiga*, dampak ikhlas terhadap kekuatan baru remaja menjadi tidak mudah tergiur dengan pujian, merasa lega setelah mengiklaskan dan senantiasa istiqomah dalam melakukan kebaikan.

Dalam implikasinya subjek NH senantiasa bersyukur dengan apa yang diberikan kepadanya, semangat belajar, aktif dan berprestasi pada kegiatan sekolah. Subjek RR memiliki keyakinan kepada Allah yang hidup pasti meninggal, memanfaatkan waktu untuk belajar, dan memiliki tekad dan semangat untuk menyelesaikan pendidikan. Subjek WA memperoleh kepuasan batin, memaknai setiap masalah dan solusi hanya dari Allah, dan lebih sehat secara batin.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa implikasi ikhlas dalam membentuk aspek internal resiliensi remaja meliputi regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis penyebab masalah dan empati memiliki dampak positif yaitu meningkatkan istiqomah dan menghilangkan kemudhorotan.

Seseorang yang mengerjakan sesuatu karena Allah akan melekat dan berkesinambungan, tidak berhenti atau malas-malasan. Karena perbuatan tersebut dimaksudkan untuk mencari ridho ilahi bukan untuk sekedar tujuan duniawi dan kepentingan individu<sup>29</sup>

### Catatan Akhir

Permasalahan keluarga yang dihadapi remaja memberikan pengaruh terhadap perkembangan mental dan psikologi remaja seperti broken home, yatim piatu, kesulitan ekonomi. Permasalahan berat yang dialami remaja dapat menyebabkan turunnya resiliensi remaja dalam menghadapi masalah.

<sup>28</sup> Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*, Prenada Media, Jakarta, 2022, hlm. 45.

<sup>29</sup> Miss Rosidah Haji Daud Salman Abdul Muthalib dan Mudlim Djuned, "Konsep Iklas dalam Al Quran.", <https://jurnal.arraniry.ac.id/index.php/tafse/article/view/13635/pdf>, diakses 28 Desember 2022.

Dibutuhkan sikap ikhlas bahwa setiap kesulitan pasti ada kemudahan, sehingga dapat merasakan ketenangan jiwa dan terhindar dari perbuatan yang bersifat merusak seperti stres, mengurung diri dan perasaan takut. Adapun langkah – langkah remaja dalam menghadapi permasalahan *Pertama*, dihadapi dengan hati yang lapang *kedua*, mengembalikannya kepada Allah dan *ketiga*, ikhlas menerima.

Ikhlas menjadi poin utama penerimaan remaja terhadap masalah yang dialami sehingga dapat bertahan menghadapi masalahnya. Ikhlas dapat membuat remaja memiliki resiliensi masalah yang baik. Dengan sikap ikhlas, remaja yang mengalami banyak permasalahan diharapkan mampu menghadapi banyak hal yang akan dilaluinya dan tetap tenang dalam kondisi seburuk apapun. Gambaran ikhlas remaja dalam menghadapi masalah keluarga yaitu dapat dalam mengelola rasa kecewa dengan berserah diri dan menerima takdir Allah SWT yang diwujudkan dengan rajin melaksanakan ibadah solat wajib maupun sunah dan mendoakan keluarga.

Dampak dari ikhlas dapat meningkatkan kemampuan relisiansi remaja dalam menghadapi permasalahan. Implikasi ikhlas dalam membentuk resiliensi antara lain *pertama*, kemampuan bertahan menghadapi masalah berasal dari perilaku keluarga yang saling mendukung, faktor lingkungan pertemanan dan pemahaman bahwa segala yang dimiliki hanya titipan. *Kedua*, kemampuan memaknai kesulitan berasal dari ungkapan rasa syukur bahwa tidak ada kehidupan yang tidak memiliki masalah dan kehidupan sudah ada yang mengatur. *Ketiga*, kemampuan mengembangkan kekuatan baru berasal dari sikap remaja dalam menerima keadaan yang kurang baik. Implikasi ikhlas dalam membentuk aspek internal resiliensi remaja meliputi regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis penyebab masalah dan empati memiliki dampak positif yaitu meningkatkan istiqomah dan menghilangkan kemudhorotan.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian terkait upaya membentuk aspek internal relisiansi remaja sebagai bentuk pemertahanan yang berkesinambungan terhadap kemampuan seseorang dalam menghadapi masalah.

## Daftar Rujukan

- Agus Susanti, “Penanaman Nilai Nilai Tasawuf Dalam Pembinaan Akhlak,” *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 1 (2016): 277–97., <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/tadzkiyyah/article/view/1508>, diakses 28 Desember 2022.
- Andi Sul Fahmi and Andi Ahmad Ridha, “Resiliensi Remaja Yatim Piatu Yang Melaksanakan Salat Tahajud,” *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 22, no. 2 (2017): 36–47., <https://journal.uii.ac.id/Psikologika/article/view/10688>, diakses 23 Januari 2023.
- Arih Merdekasari, “SELF RESILIENSI PEREMPUAN JAWA PADA MASA PANDEMI COVID-19,” *JURNAL EDUCATION AND DEVELOPMENT* 10, no. 3 (2022): 394–400., <https://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/4162/2637>, diakses 09 Maret 2023.
- Aswina Mayang Safitri, “Proses dan faktor yang mempengaruhi perilaku memaafkan pada remaja broken home,” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, no. 1 (2017)., diakses 01 Maret 2023.
- Berna Detta and Sri Muliati Abdullah, “Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home,” *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 19, no. 2 (2017): 71–86., <http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/psikologi/article/view/600/390>, diakses 23 Januari 2023.
- Deden Rahmanudin, “IKHLAS ANTARA PERSPEKTIF DAN PRAKTEK,” *TAZKIYAH* 4, no. 1 (2022): 45–54., <https://jurnal.staiaulia.ac.id/index.php/TAZKIYAH/article/view/56/53>, diakses 7 Februari 2023.
- Desi Wulandari dan Nailul Fauziah, “Pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologis),” *Jurnal Empati* 8, no. 1 (2019): 1–9., <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/23567>, diakses 29 Februari 2023.

- Eko Murdiyanto, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Aplikasi disertai Contoh Proposal*, LPMD, Yogyakarta, 2020, hlm. 19-20.
- Eko Murdiyanto, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Aplikasi disertai Contoh Proposal*, LPMD, Yogyakarta, 2020, hlm. 27-28.
- Ida Ayu Shintya Dewi dan Y. Herdiyanto, "Dinamika penerimaan diri pada remaja broken home di bali," *Jurnal Psikologi Udayana* 5, no. 2 (2018): 434-43., diakses 01 Maret 2023.
- Khamim Zarkasih Saputro, "Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja," *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama* 17, no. 1 (2018): 25-32., <https://ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/aplikasia/article/view/201703/1180>, diakses 15 Februari 2023.
- Khusnul Khotimah, "Faktor Pembentuk Resiliensi Remaja Dari Keluarga Broken Home Di Desa Pucung Lor Kecamatan Kroya Kabupaten Cilacap," *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 12, no. 1 (2018): 136-57., <https://ejournal.uinsaiizu.ac.id/index.php/komunika/article/view/1384>, diakses 23 Januari 2023.
- M. Djamal, *Paradigma Penelitian Kualitatif*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2017, hlm. 66.
- Miss Rosidah Haji Daud Salman Abdul Muthalib and Mudlim Djuned, "Konsep Iklas Dalam Al Quran," *Journal of Qur'anic Studies* 2, no. 1 (2017): 180-97., <https://jurnal.arraniry.ac.id/index.php/tafse/article/view/13635/pdf>, diakses 28 Desember 2022.
- Muh Fitrah & Luthfiah, *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*, CV Jejak, Sukabumi, 2018, hlm. 66
- Muh Fitrah & Luthfiah, *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*, CV Jejak, Sukabumi, 2018, hlm. 74
- Muhammad Sholahuddin, "FAKTOR PEMBENTUK RESILIENSI REPORTER GENERASI MILENIAL DI PT JAWA POS KORAN SURABAYA," *Wahana* 71, no. 1 (2019): 77-86., <http://www.jurnal.unipasby.ac.id>, diakses 28 Januari 2023.
- Partono Thomas, "Peran kontrol diri dalam memediasi pengaruh motivasi berprestasi, perfeksionisme, dan kesulitan ekonomi terhadap prokrastinasi akademik (studi kasus pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi FE UNNES)," *Economic Education Analysis Journal* 7, no. 1 (2018): 45-58., <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj/article/view/22856/10778>, diakses 03 Maret 2023.
- Sabilla Hasanah dkk., "Broken Home pada Remaja dan Peran Konselor," *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 2, no. 2 (2017)., <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti/article/view/212>, diakses 29 Februari 2023.
- Salim, dkk, *Penelitian Pendidikan: Metode, Pendekatan, dan Jenis*, Kencana, Jakarta, 2019, hlm. 28
- Sandu Siyoto dan Muhammad Ali Sodik, *DASAR METODOLOGI PENELITIAN*, Literasi Media Publishing, Yogyakarta, 2015, hlm. 107.
- Sri Erniati, E. Yuliasesti, and D. Sari, "Peran Resiliensi Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kebahagiaan Remaja," *Prosiding Konferensi Nasional Ke-7, May*, 2018, 78-85., [https://www.researchgate.net/publication/341616468\\_Peran\\_Resiliensi\\_dan\\_Dukungan\\_Sosial\\_Keluarga\\_terhadap\\_Kebahagiaan\\_Remaja](https://www.researchgate.net/publication/341616468_Peran_Resiliensi_dan_Dukungan_Sosial_Keluarga_terhadap_Kebahagiaan_Remaja)., diakses 11 Januari 2023.
- Sulman Sulman dan Nur Alim Hamzah, "IKHLAS DALAM BERIBADAH SESUAI TUNTUNAN AL-QUR'AN DAN HADITS," *Jurnal Ushuluddin Adab dan Dakwah* 2, no. 1 (2019): 65-73., <http://journal.iaialmawar.ac.id/index.php/juad/article/view/176/78>, diakses 01 Maret 2023.
- Taufiqurrahman Taufiqurrahman, "Ikhlas Dalam Perspektif Al Quran," *Eduprof: Islamic Education Journal* 1, no. 2 (2019): 279-312., <https://iaibbc.e-journal.id/xx/article/view/23>, diakses 23 Januari 2023.
- Vallahatullah Missasi dan Indah Dwi Cahya Izzati, "Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi," *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 2019, hlm. 433-441., <http://www.seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3455>, diakses 18 Desember 2022.
- Wawancara siswa di SMA Karya Pembangunan Paron pada 06 Desember 2022.
- Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*, Prenada Media, Jakarta, 2022, hlm. 182.
- Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*, Prenada Media, Jakarta, 2022, hlm. 24.
- Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*, Prenada Media, Jakarta, 2022, hlm. 45.