

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Tinjauan tentang Kesejahteraan Sosial**

##### **2.1.1 Pengertian Kesejahteraan Sosial**

Kesejahteraan berasal dari kata “Sejahtera”. Sejahtera ini mengandung pengertian dari Bahasa sanskerta “Catera” yang berarti payung. Dalam konteks ini, kesejahteraan yang terkandung dalam arti “catera” (payung) adalah orang yang Sejahtera yaitu orang yang dalam hidupnya bebas dari kemiskinan, kebodohan, ketakutan, atau kekhawatiran sehingga hidupnya aman tenteram, baik lahir maupun batin. Sedangkan sosial berasal dari kata “Socius” yang berarti kawan, teman, dan kerja sama. Orang yang sosial adalah orang dapat berelasi dengan orang lain dan lingkungannya dengan baik. Jadi kesejahteraan sosial dapat diartikan sebagai suatu kondisi di mana orang dapat memenuhi kebutuhannya dan dapat berelasi dengan lingkungannya secara baik (Fahrudin, 2014: 8-9).

Menurut Friedlander (1980) dalam (Fahrudin, 2014: 9) Kesejahteraan Sosial adalah sistem yang terorganisasi dari pelayanan-pelayanan sosial dan institusi-institusi yang dirancang untuk membantu individu-individu dan kelompok-kelompok guna mencapai standar hidup dan Kesehatan yang memadai dan relasi-relasi personal dan sosial sehingga memungkinkan mereka dapat mengembangkan kemampuan dan kesejahteraan sepenuhnya selaras dengan kebutuhan-kebutuhan keluarga dan masyarakatnya. Menurut PBB (Perserikatan Bangsa-Bangsa) Kesejahteraan sosial merupakan suatu kegiatan yang terorganisasi

dengan tujuan membantu penyesuaian timbal balik antara individu-individu dengan lingkungan sosial mereka (Fahrudin, 2014: 9)

Dalam UU No. 6 Tahun 1974 Pasal 2 Ayat 1 Kesejahteraan Sosial ialah suatu tata kehidupan dan penghidupan sosial, materil, ataupun spiritual yang diliputi oleh rasa keselamatan, kesusilaan, dan ketenteraman lahir batin, yang memungkinkan bagi setiap warga negara untuk mengadakan usaha pemenuhan kebutuhan-kebutuhan jasmaniah, rohaniah, dan sosial yang sebaik-baiknya bagi diri, keluarga serta Masyarakat dengan menjunjung tinggi hak-hak asasi serta kewajiban manusia sesuai dengan Pancasila. UU Nomor 6 Tahun 1974 kemudian diganti dengan UU No 11 Tahun 2009 tentang kesejahteraan sosial menyatakan bahwa kesejahteraan sosial adalah kondisi terpenuhinya kebutuhan material, spiritual, dan sosial warga negara agar dapat hidup layak dan mampu mengembangkan diri, sehingga dapat melaksanakan fungsi sosialnya. Terdapat perbedaan yang signifikan pengertian kesejahteraan sosial dalam UU Nomor 6 Tahun 1974 dan UU Nomor 11 Tahun 2009. Perbedaan yang mencolok terletak pada cara pemenuhan kesejahteraan sosial di mana dalam UU Nomor 6 Tahun 1974 sangat tegas dinyatakan dengan tetap menjunjung hak-hak asasi dan Pancasila, namun dalam UU No. 11 Tahun 2009 tidak dijelaskan dalam pengertian kesejahteraan sosial (Fahrudin, 2014: 9-10).

Midgley mencoba mendefinisikan kesejahteraan sosial sebagai suatu kondisi dalam suatu Masyarakat. Midgley (1997: 5) dalam (Adi, 2013) melihat kesejahteraan sosial sebagai:

*“a state or condition of human well-being that exist when social problems are managed, when human needs are met, and when social opportunities are maximized.”*

(suatu keadaan atau kondisi kehidupan manusia yang tercipta Ketika berbagai permasalahan sosial dapat terpenuhi dan Ketika kesempatan sosial dapat dimaksimalisasikan).

Rumusan di atas menggambarkan Kesejahteraan Sosial sebagai suatu keadaan di mana digambarkan secara ideal adalah suatu tatanan (tata kehidupan) yang meliputi kehidupan material maupun spiritual, dan tidak menempatkan satu aspek lebih penting dari yang lainnya, tetapi lebih mencoba melihat pada Upaya mendapatkan titik keseimbangan. Titik keseimbangan yang dimaksud adalah keseimbangan antara aspek sosial, material, dan spiritual (Adi, 2013).

### **2.1.2 Tujuan Kesejahteraan Sosial**

Menurut Fahrudin (2014: 10) Kesejahteraan Sosial mempunyai tujuan yaitu:

1. Untuk mencapai kehidupan yang sejahtera dalam arti tercapainya standar kehidupan pokok seperti sandang, perumahan, pangan, kesehatan, dan relasi sosial yang harmonis dengan lingkungannya.
2. Untuk mencapai penyesuaian diri yang baik khususnya dengan masyarakat di lingkungannya, misalnya dengan menggali sumber-sumber, meningkatkan, dan mengembangkan taraf hidup yang memuaskan

Selain itu, Schneiderman (1972) mengemukakan tiga tujuan utama dari sistem kesejahteraan sosial yang sampai tingkat tertentu tercermin dalam semua program kesejahteraan sosial, yaitu pemeliharaan sistem, pengawasan sistem dan perubahan sistem.(Fahrudin, 2014: 10)

a. Pemeliharaan Sistem

Pemeliharaan dan menjaga keseimbangan atau kelangsungan keberadaan nilai-nilai dan norma sosial serta aturan-aturan kemasyarakatan dalam masyarakat, termasuk hal-hal yang bertalian dengan definisi makna dan tujuan hidup. Kegiatan sistem kesejahteraan sosial untuk mencapai tujuan semacam itu meliputi kegiatan yang diadakan untuk sosialisasi anggota terhadap norma-norma yang dapat diterima, peningkatan pengetahuan dan kemampuan untuk mempergunakan sumber-sumber dan kesempatan yang tersedia dalam masyarakat melalui pemberian informasi, nasihat dan bimbingan seperti penggunaan sistem rujukan, fasilitas pendidikan, kesehatan dan bantuan sosial lainnya.

b. Pengawasan Sistem

Melakukan pengawasan secara efektif terhadap perilaku yang tidak sesuai atau menyimpang dari nilai-nilai sosial. Kegiatan-kegiatan kesejahteraan sosial untuk mencapai tujuan semacam itu meliputi; mengintensifkan fungsi-fungsi pemeliharaan berupa kompensasi, (re) sosialisasi, peningkatan kemampuan menjangkau fasilitas-fasilitas yang ada bagi golongan masyarakat yang memperlihatkan penyimpangan tingkah laku misalnya kelompok remaja dan kelompok lain dalam masyarakat. Disamping itu, dapat pula dipergunakan

saluran-saluran dan batasan-batasan hukum guna meningkatkan pengawasan eksternal (*external-control*) terhadap penyimpangan tingkah laku misalnya orangtua yang menelantarkan anaknya, kejahatan, kenakalan remaja, dan sebagainya.

c. Perubahan Sistem

Mengadakan perubahan ke arah berkembangnya suatu sistem yang lebih efektif bagi anggota masyarakat. Dalam mengadakan perubahan itu, sistem kesejahteraan sosial merupakan instrumen untuk menyingkirkan hambatan-hambatan terhadap partisipasi sepenuhnya dan adil bagi anggota masyarakat dalam pengambilan keputusan; pembagian sumber-sumber secara lebih pantas dan adil; dan terhadap penggunaan struktur kesempatan yang tersedia secara adil pula.

### **2.1.3 Fungsi-Fungsi Kesejahteraan Sosial**

Pada dasarnya fungsi-fungsi kesejahteraan sosial bertujuan untuk menghilangkan atau mengurangi tekanan-tekanan yang diakibatkan perubahan-perubahan sosial-ekonomi, menghindarkan terjadinya konsekuensi-konsekuensi sosial yang negative terhadap Pembangunan serta menciptakan kondisi-kondisi yang mampu mendorong peningkatan kesejahteraan Masyarakat (Pujileksono, 2015). Ada empat fungsi kesejahteraan sosial, yakni:

a. Fungsi penyembuhan (*Curative*)

Kesejahteraan sosial melaksanakan fungsi penyembuhan bila di dalamnya tercakup sekumpulan kegiatan yang ditujukan untuk menghilangkan kondisi-kondisi, ketidakmampuan fisik, emosional dan sosial agar orang yang

mengalami masalah tersebut dapat berfungsi secara normal Kembali di dalam Masyarakat. Contoh pelaksanaan fungsi penyembuhan ini, antara lain, masalah keluarga, kelompok, kesatuannya: anak terlantar, keluarga miskin, penderita cacat, lanjut usia (lansia), dsb.

b. Fungsi pencegahan (*Preventive*)

Fungsi pencegahan dalam kesejahteraan sosial bertujuan untuk memperkuat keluarga, kelompok-kelompok, dan kesatuan-kesatuan Masyarakat agar jangan sampai timbul masalah-masalah sosial yang baru. Di samping itu juga diusahakan pencegahan tingkah laku perorangan yang abnormal. Di dalam masyarakat yang mengalami perubahan cepat, upaya pencegahan ditekankan pada kegiatan-kegiatan untuk membantu penciptaan pola-pola baru hubungan sosial serta lembaga-lembaga sosial baru. Upaya pencegahan ini tergantung kepada bagaimana tingkat kehidupan suatu negara dengan melihat sumber-sumber yang tersedia.

c. Fungsi Pengembangan (*Development*)

Kegiatan kesejahteraan sosial yang bersifat pengembangan, tujuan-tujuan dan orientasinya untuk memberikan sumbangan langsung bagi proses pembangunan. Dalam hal ini kesejahteraan sosial bertindak sebagai suatu unsur pelaksana perubahan (*change agent*), yaitu membantu peningkatan proses perubahan berencana. Perubahan ini dapat memengaruhi struktur dan fungsi keluarga serta masyarakat, sehingga anggotanya perlu disiapkan untuk memperoleh dan melaksanakan peranan-peranan serta tanggung jawab yang baru. Kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan mencakup cara-cara untuk

memperbaiki situasi-situasi melalui pelibatan orang-orang di lingkungan sosialnya dan untuk memecahkan masalahnya.

d. Fungsi Penunjang (*Supportive*)

Fungsi penunjang dalam kesejahteraan sosial ini mencakup kegiatan untuk membantu mencapai tujuan-tujuan sektor lain. Misalnya dalam membantu mencapai tujuan kebijaksanaan pemerintah dalam menunjang program kependudukan dan Perspektif Pemenuhan Keadilan dan Kesejahteraan keluarga berencana dengan jalan mempengaruhi sikap-sikap atau memotivasi masyarakat untuk ikut serta menyukseskan program KB, maupun program-program pemberdayaan masyarakat, dsb.

#### **2.1.4 Nilai dan Prinsip Dasar dalam Ilmu Kesejahteraan Sosial**

Menurut Zastrow dalam (Adi, 2005) bahwa ada beberapa komponen yang perlu dipertimbangkan dan dielaborasi dalam mengembangkan profesi praktisi di bidang pekerjaan sosial dan kesejahteraan sosial. Ketiga komponen dasar tersebut adalah:

- 1) Pengetahuan (*knowledge*) merupakan pemahaman teoritis ataupun praktis yang terkait dengan cabang-cabang ilmu pengetahuan, belajar dan seni yang melibatkan penelitian praktik serta pengembangan keterampilan
- 2) Keterampilan (*skill*) merupakan kemampuan keahlian atau kemahiran yang diperoleh dari praktik dan pengetahuan

- 3) Nilai (*value*) merupakan sikap dan tindakan seseorang dalam berinteraksi dengan orang lain

Komponen kesejahteraan sosial diatas menjelaskan bahwa dalam praktiknya para praktisi pekerja sosial dalam praktik pertolongannya menggunakan ketiga komponen tersebut. Disamping nilai-nilai diatas ada beberapa prinsip dasar yang harus diperhatikan dalam praktik pekerja sosial. Menurut Maas (1997) dalam (Adi, 2005) prinsip-prinsip kesejahteraan sosial adalah sebagai berikut:

- 1) Penerimaan bahwa praktisi kesejahteraan sosial harus menerima klien apa adanya, tanpa menghakimi klien tersebut.
- 2) Komunikasi bahwa pekerja sosial harus mampu menangkap pesan atau keinginan dari klien dan mampu menggali permasalahan klien
- 3) Individualisasi yaitu pemahaman bahwa setiap individu berbeda satu dengan yang lainnya
- 4) Partisipasi yaitu ikut mengajak klien untuk turut serta berperan aktif dalam menghadapi masalah yang dihadapinya.
- 5) Kerahasiaan, pekerja sosial harus mampu menjaga kerahasiaan dari masalah yang dihadapi klien
- 6) Kesadaran diri yaitu praktisi kesejahteraan sosial harus mampu mengendalikan diri sehingga tidak terhanyut oleh perasaan klien

Prinsip-prinsip diatas adalah prinsip yang saling terkait satu dengan lainnya. Pembahasan prinsip kesejahteraan sosial diatas lebih erat kaitannya dengan intervensi mikro. Akan tetapi prinsip-prinsip tersebut dapat digunakan dalam intervensi makro (pada level organisasi dan komunitas).

### **2.1.5 Program Kesejahteraan Sosial**

Mengacu kepada perspektif De Guzman (1992), program kesejahteraan sosial biasanya meliputi tiga jenis kategori program, yakni:

- a) Jaminan sosial (*social security*), serangkaian tindakan wajib yang dilembagakan untuk melindungi individu dan keluarganya dari konsekuensi gangguan yang tidak dapat dihindarkan
- b) Layanan sosial pribadi (*personal social services*), fungsi layanan yang memiliki pengaruh besar pada masalah pribadi, situasi stress individu, bantuan interpersonal atau membantu orang yang membutuhkan, dan penyediaan kerjasama langsung dengan pekerja oleh pemerintah dan lembaga sukarela
- c) Bantuan umum (*public assistance*), bantuan material yang biasanya diberikan oleh instansi pemerintah kepada orang-orang yang tidak memiliki penghasilan atau sarana penunjang bagi dirinya dan keluarganya

### **2.2 Tinjauan tentang Pekerjaan Sosial**

Ada banyak bentuk pekerjaan sosial dan definisi pekerjaan sosial yang sederhana dan konkret yang mudah dipahami melalui satu atau dua kalimat. Sebaliknya, definisi pekerjaan sosial merupakan disiplin luas yang mencakup banyak modalitas dan metodologi. pekerjaan sosial mencakup segala hal mulai dari misi penyelamatan kemanusiaan, untuk membantu keluarga mendapatkan akses bantuan pemerintah, untuk konseling orang-orang yang hampir meninggal dan mengalami krisis kehidupan, untuk pengembangan kapasitas dan sumber-sumber

sosial. Satu hal yang dimiliki oleh pekerjaan sosial yang memiliki ruang lingkup luas ini adalah pekerjaan sosial berusaha memperbaiki kehidupan di tingkat individu, keluarga, kelompok, komunitas atau Masyarakat (Pujileksono et al., 2018: 10).

Hal yang membedakan pekerjaan amal dan aktivitas kesukarelawanan dengan pekerjaan sosial adalah adanya asesmen awal terhadap klien/penerima manfaat dan situasinya. Penerapan teknik asesmen ditemukan di semua level/tingkatan praktik pekerjaan sosial. Mulai dari level mikro, meso maupun makro (Pujileksono et al., 2018: 10).

### **2.2.1 Pengertian Pekerjaan Sosial**

Menurut Allen Pincus dan Anne Minahan (1973) dalam (Pujileksono et al., 2018: 12) pekerjaan sosial berkepentingan dengan permasalahan interaksi antara orang dengan lingkungan sosialnya, sehingga mereka mampu melaksanakan tugas-tugas kehidupan, mengurangi ketegangan, mewujudkan aspirasi dan nilai-nilai mereka. Sedangkan Menurut Goldstein (1975) dalam (Pujileksono et al., 2018: 12) Pekerjaan Sosial adalah bentuk intervensi sosial untuk membantu seseorang baik secara individual maupun kolektif dalam mengatasi “Permasalahan Sosial” dalam eksistensi sosialnya.

Menurut studi kurikulum yang disponsori oleh *the Council on Social Work Education* dalam Tahun 1959 (Fahrudin, 2014: 59) dinyatakan bahwa:

*“Social work seeks to enhance the social functioning of individuals, singly and groups, by activities focused upon their social relationships which constitute the interaction between man and his environment. These activities*

*can be grouped into three functions: restoration of impaired capacity, provision of individual and social resources and prevention of social dysfunction.*" (dalam Farley et al.,2003, hal.4).

Artinya: Pekerjaan sosial berusaha untuk meningkatkan keberfungsian sosial individu, secara sendiri-sendiri atau dalam kelompok, dengan kegiatan-kegiatan yang dipusatkan pada hubungan-hubungan sosial mereka yang merupakan interaksi antara orang Dan lingkungannya. Kegiatan-kegiatan ini dapat dikelompokkan menjadi tiga fungsi: pemulihan kemampuan yang terganggu, penyediaan sumber-sumber individu dan sosial dan pencegahan disfungsi sosial.

Menurut Asosiasi Nasional Pekerja Sosial Amerika Serikat (NASW) dalam (Fahrudin, 2014) pekerjaan sosial dirumuskan sebagai berikut:

*"Social work is the professional activity of helping individuals, groups, or communities to enhance or restore their capacity for social functioning and to create societal conditions favorable to their goals.*

*Social work practice consists of the professional application of social work values, principles, and techniques to one or more of the following ends: helping people obtain tangible services; providing counseling and psychotherapy for individuals, families, and groups; helping communities or groups provide or improve social and health services; and participating in relevant legislative processes.*

*The practice of social work requires knowledge of human development and behavior; of social, economic, and cultural institutions; and of the interaction of all these factors."* (Dalam Zastrow, 2008, hal. 5).

Artinya: Pekerjaan sosial adalah kegiatan profesional membantu individu, kelompok, atau masyarakat untuk meningkatkan atau memulihkan kemampuan keberfungsian sosial mereka dan untuk menciptakan kondisi sosial yang mendukung tujuan-tujuan ini. Praktik pekerjaan sosial terdiri atas penerapan profesional dari nilai-nilai, prinsip-prinsip, dan teknik-teknik pekerjaan sosial pada satu atau lebih dari tujuan-tujuan berikut: membantu orang memperoleh pelayanan-pelayanan

nyata; memberikan konseling dan psikoterapi untuk individu-individu, keluarga-keluarga, dan kelompok-kelompok; membantu komunitas atau kelompok memberikan atau memperbaiki pelayanan-pelayanan sosial dan kesehatan; dan ikut serta dalam proses-proses legislatif yang berkaitan. Praktik pekerjaan sosial memerlukan pengetahuan tentang perkembangan dan perilaku manusia; tentang institusi-institusi sosial, ekonomi, dan kultural; dan tentang interaksi antara semua faktor ini.

Definisi pekerjaan sosial internasional yang baru yang diterima oleh *the International Federation of Social Workers (IFSW)* dan yang dibenarkan oleh NASW dalam (Fahrudin, 2014) adalah sebagai berikut:

*The social work profession promotes social change, problem solving in human relationships and the empowerment and liberation of people to enhance well-being. Utilising theories of human behaviour and social systems, social work intervenes at the points where people interact with their environments. Principles of human rights and social justice are fundamental to social work.* (dalam DuBois & Miley, 2005, hal. 4).

Artinya: Profesi pekerjaan sosial meningkatkan perubahan sosial, pemecahan masalah dalam hubungan-hubungan manusia serta pemberdayaan dan pembebasan orang untuk meningkatkan kesejahteraan. Dengan menggunakan teori-teori perilaku manusia dan sistem sosial, pekerjaan sosial melakukan intervensi pada titik-titik tempat orang berinteraksi dengan lingkungannya. Prinsip-prinsip hak asasi manusia dan keadilan sosial merupakan dasar bagi pekerjaan sosial.

Jadi dapat disimpulkan bahwa pekerjaan sosial adalah kegiatan professional untuk membantu individu, kelompok maupun Masyarakat untuk meningkatkan

atau memulihkan keberfungsian sosialnya untuk memberikan perubahan sosial dan meningkatkan kesejahteraan sosialnya.

### **2.2.2 Tujuan Pekerjaan Sosial**

Mengacu kepada Undang-Undang Nomor 14 tahun 2019 tentang Pekerja Sosial, menyatakan bahwa pekerja sosial adalah seseorang yang memiliki pengetahuan, keterampilan, dan nilai praktik pekerjaan sosial serta telah mendapatkan sertifikat kompetensi. Selanjutnya disebutkan bahwa pekerja sosial melaksanakan praktik pekerjaan sosial dengan tujuan:

1. Mencegah terjadinya disfungsi sosial individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat
2. Memulihkan dan meningkatkan keberfungsian sosial individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat
3. Meningkatkan ketahanan sosial masyarakat dalam menghadapi masalah kesejahteraan sosial
4. Meningkatkan kualitas manajemen penyelenggaraan kesejahteraan sosial dalam rangka mencapai kemandirian individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat
5. Meningkatkan kemampuan dan kepedulian masyarakat dalam penyelenggaraan kesejahteraan sosial secara melembaga dan berkelanjutan

Zastrow (2017), mengemukakan bahwa terdapat 5 tujuan praktik pekerjaan sosial, diantaranya:

- 1) Meningkatkan pemecahan masalah, mengatasi, dan mengembangkan kapasitas orang (*Enhance the problem-solving, coping and developmental capacities of people*)
- 2) Menghubungkan orang dengan sistem yang menyediakan sumber daya, layanan, dan peluang (*Link people with systems that provide them with resources, services, and opportunities*)
- 3) Mempromosikan efektivitas dan operasional sistem yang menyediakan sumber daya dan layanan yang lebih manusiawi (*Promote the effectiveness and humane operation of system that provide people with resources and services*)
- 4) Mengembangkan dan meningkatkan kebijakan sosial (*Develop and improve social policy*)
- 5) Mempromosikan kesejahteraan manusia dan komunitas yang lebih baik (*Promote human and community well-being*)

Menurut Segal, dkk. (2019) menyatakan bahwa tujuan dari pekerjaan sosial adalah untuk meningkatkan kesejahteraan manusia dan membantu memenuhi kebutuhan dasar manusia dan membantu memenuhi kebutuhan dasar manusia semua orang, dengan perhatian khusus pada kebutuhan dan pemberdayaan orang-orang yang rentan, tertindas, dan hidup dalam kemiskinan.

### **2.2.3 Keberfungsian Sosial (*Social Functioning*)**

Pekerjaan sosial berusaha untuk memperbaiki, mempertahankan atau meningkatkan keberfungsian sosial orang, kelompok atau Masyarakat. Pekerjaan

sosial melakukan intervensi pada titik-titik di mana orang berinteraksi dengan lingkungannya.

Barlett (1970) dalam (Fahrudin, 2014) menyatakan bahwa keberfungsian sosial merupakan focus utama pekerjaan sosial. Menurut Barlett keberfungsian sosial adalah kemampuan mengatasi (*Coping*) tuntutan (*demands*) lingkungan yang merupakan tugas-tugas kehidupan. Dalam kehidupan yang baik dan normal terdapat keseimbangan antara tuntutan lingkungan dan antara keduanya maka terjadi masalah, misalnya tuntutan lingkungan melebihi kemampuan mengatasi yang dimiliki individu. Dalam hal ini pekerjaan sosial membantu menyeimbangkan tuntutan lingkungan dengan kemampuan mengatasinya oleh individu.

Siporin (1975) dalam (Fahrudin, 2014) menyatakan bahwa keberfungsian sosial merujuk pada cara individu-individu atau kolektivitas seperti keluarga, perkumpulan, komunitas, dan sebagainya-berperilaku untuk dapat melaksanakan tugas-tugas kehidupan mereka dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka. Karena orang berfungsi dalam arti peranan-peranan sosial mereka, maka keberfungsian sosial menunjukkan kegiatan- kegiatan yang dipandang pokok untuk pelaksanaan beberapa peranan yang, karena keanggotaannya dalam kelompok-kelompok sosial, setiap orang diminta untuk melakukannya. Peranan sosial, misalnya peranan sebagai suami, adalah pola tugas yang diharapkan dan perilaku lain yang berhubungan dengan status sosial. Setiap orang menduduki beberapa status sosial sekaligus, misalnya status sebagai suami, sebagai ayah, sebagai pegawai, sebagai warga masyarakat, dan sebagainya. Setiap status sosial disertai

oleh peranan sosial tertentu, dan pelaksanaan peranan-peranan sosial ini menunjukkan keberfungsian sosial.

Keberfungsian sosial menunjukkan keseimbangan pertukaran, kesesuaian, kecocokan, dan penyesuaian timbal balik antara orang, secara individual atau secara kolektif, dan lingkungan mereka. Keberfungsian sosial dinilai berdasarkan apakah keberfungsian sosial tersebut memenuhi kebutuhan dan memberikan kesejahteraan kepada orang dan komunitasnya, dan apakah keberfungsian sosial itu normal dan dibenarkan secara sosial.

#### **2.2.4 Misi, Maksud dan Tujuan Pekerjaan Sosial**

Misi utama profesi pekerjaan sosial menurut NASW dalam (Fahrudin, 2014) adalah untuk meningkatkan kesejahteraan manusia (*human well-being*) dan membantu memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar manusia, dengan perhatian khusus pada kebutuhan-kebutuhan orang-orang yang rawan, tertindas, dan miskin. Demikian pula Dewan Pendidikan Pekerjaan Sosial (CSWE) menggambarkan profesi pekerjaan sosial sebagai mempunyai komitmen untuk meningkatkan kesejahteraan manusia (*human well-being*) dan untuk mengurangi kemiskinan dan penindasan (dalam Hepworth, Rooney, & Larsen, 2002). Pekerjaan sosial berusaha untuk memperkuat keberfungsian orang dan meningkatkan efektivitas lembaga-lembaga dalam masyarakat yang menyediakan sumber-sumber serta kesempatan-kesempatan bagi warganya yang menyumbang kepada kesejahteraan masyarakat.

Misi pekerjaan sosial tersebut diterjemahkan menjadi tujuan pekerjaan sosial yang memberikan arah yang lebih jelas. Tujuan praktik pekerjaan sosial menurut NASW dalam (Fahrudin, 2014) adalah:

1. Meningkatkan kemampuan-kemampuan orang untuk memecahkan masalah, mengatasi (*Coping*), perkembangan.
2. Menghubungkan orang dengan sistem-sistem yang memberikan kepada mereka sumber-sumber, pelayanan-pelayanan, dan kesempatan-kesempatan.
3. Memperbaiki keefektifan dan bekerjanya secara manusiawi dari sistem-sistem yang menyediakan orang dengan sumber-sumber dan pelayanan-pelayanan.
4. Mengembangkan dan memperbaiki kebijakan sosial (dalam Zastrow, 2008).

Selain keenam tujuan itu, Zastrow (2008) juga menambahkan empat tujuan lagi yang dikemukakan oleh CSWE sebagai berikut:

5. Meningkatkan kesejahteraan manusia dan mengurangi kemiskinan, penindasan, dan bentuk-bentuk ketidakadilan sosial lainnya.
6. Mengusahakan kebijakan, pelayanan, dan sumber-sumber melalui advokasi dan Tindakan-tindakan sosial dan politik yang meningkatkan keadilan sosial dan ekonomi.
7. Mengembangkan dan menggunakan penelitian, pengetahuan, dan keterampilan yang memajukan praktik pekerjaan sosial.

8. Mengembangkan dan menerapkan praktik dalam konteks budaya yang bermacam-macam.

Tujuan umum praktik pekerjaan sosial adalah “perubahan yang terkendali dan berencana dalam sistem kepribadian individu dan sistem sosial”. Pekerjaan adalah untuk meningkatkan kesejahteraan Masyarakat secara keseluruhan, terutama untuk populasi yang paling rentan (Pujileksono et al., 2018).

### **2.2.5 Unsur-unsur Pekerjaan Sosial**

Pekerjaan sosial sebagai profesi mempunyai empat unsur utama, yang pada umumnya, tiga unsur di antaranya dikatakan sebagai pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Hepworth, Rooney, dan Larsen (2002) dalam (Fahrudin, 2014) menyatakan bahwa unsur-unsur inti yang mendasari pekerjaan sosial di mana pun dipraktikkan adalah sebagai berikut:

1. Maksud/tujuan profesi itu.
2. Nilai-nilai dan etika.
3. Dasar pengetahuan praktik langsung.
4. Metode-metode dan proses-proses yang dilakukan.

Dengan demikian seseorang yang memasuki lembaga Pendidikan pekerjaan sosial akan mempelajari pengetahuan, nilai-nilai serta etika, dan metode serta teknik pekerjaan sosial dari lembaga Pendidikan tersebut. Setelah semua itu dipelajari dan dikuasai, maka dalam diri calon pekerja sosial ini akan terbentuk “kemampuan melakukan analisis” (dilandasi oleh pengetahuan), “sikap” (dilandasi oleh nilai-nilai yang diyakini dan dianut), dan “keterampilan” (dilandasi oleh metode dan Teknik yang telah dipelajari dan dikuasai). Dengan berpedoman pada

ilmu pengetahuan yang telah dipelajarinya, serta dibimbing oleh nilai-nilai yang dianutnya, pekerja sosial menggunakan keterampilannya dalam membantu individu, kelompok atau Masyarakat(Fahrudin, 2014).

### **2.2.6 Tujuan dan Fungsi Kode Etik Pekerjaan Sosial**

Kode etik merupakan salah satu unsur dalam sebuah profesi. Oleh karena itu keberadaan kode etik menjadi sebuah keharusan untuk dijadikan pedoman perilaku. Begitu pula dengan kode etik pekerjaan sosial. Sebagai pedoman perilaku, kode etik pekerjaan sosial berisikan tentang tugas, tanggung jawab dan peran pekerja sosial yang mengatur hubungan-hubungan profesionalnya dengan klien, teman sejawat, rekan profesi lain, lembaga tempat bekerja, dan masyarakat. Selain mengatur hubungan profesional, kode etik juga berisikan tentang rambu-rambu berperilaku pekerja sosial professional agar tidak terjadi malapraktik. Sebagai rambu-rambu perilaku, kode etik berisikan tentang nilai-nilai dan norma-norma yang mengatur perilaku baik dan buruk, perbuatan salah dan benar (Pujileksono et al., 2018).

Tujuan Kode Etik menurut *Australian Association of Social Worker* (AASW) adalah untuk:

- a. Mengidentifikasi nilai-nilai dan etika yang mendukung praktik pekerja sosial.
- b. Memberikan panduan dan standar untuk etika perilaku pekerjaan sosial dan pelayan akuntabel.
- c. Memberikan fokus untuk identitas professional pekerjaan sosial.

- d. Menyediakan pekerja sosial dengan dasar untuk refleksi etis dan pengambilan keputusan.
- e. Membimbing pekerja sosial saat menentukan hak timbal balik mereka dengan pimpinan, rekan-rekan, dan sesama anggota AASW.
- f. Memberikan klarifikasi Tindakan pekerja sosial dalam konteks sengketa industry atau hukum.

Fungsi kode etik bagi profesi yaitu:

- a. Sebagai pedoman bagi setiap anggota profesi tentang prinsip profesionalitas yang ditetapkan.
- b. Mencegah adanya campur tangan pihak luar dari organisasi profesi terkait etika dalam keanggotaan sebuah profesi. Etika profesi sangat dibutuhkan sebagai penyeimbang sekaligus pengawal proses professional.
- c. Sebagai sarana kontrol sosial bagi Masyarakat atas sebuah profesi.

Berdasarkan tujuan dan fungsi di atas, maka setiap profesi (termasuk pekerjaan sosial) harus memiliki kode etik sebagai pedoman dan juga pengawasan dalam melaksanakan praktik atau kegiatan yang berkaitan dengan profesi tersebut. Kode etik profesi hanya berlaku untuk profesi tersebut, sebagai contoh. Kode Etik Profesi Pekerjaan Sosial hanya berlaku dan mengatur pekerja sosial yang tergabung dalam organisasi profesi pekerjaan sosial (Pujileksono et al., 2018).

### **2.2.7 Metode Pekerjaan Sosial**

Metode pekerjaan sosial adalah suatu prosedur kerja yang teratur dan dilaksanakan secara sistematis digunakan oleh pekerja sosial dalam memberikan

pelayanan sosial. Menurut Adi (2005:141) metode yang digunakan oleh pekerjaan sosial adalah sebagai berikut:

a. *Social casework* (Terapi individu dan keluarga)

Metode perubahan sosial terencana pada individu dan keluarga pada dasarnya adalah suatu upaya untuk memperbaiki keberfungsian sosial dari kelompok sasaran perubahan yang mempunyai masalah. Menurut Skidmore, Thackeray Farley dalam Adi (2005:149) menggambarkan proses casework menjadi empat tahapan, sebagai berikut:

- 1) Tahap penelitian, pada tahap ini klien mulai menjalani relasi dengan *casework*. Pada tahap ini selain mengumpulkan dan memilih data klien yang dapat dijadikan pegangan dalam proses pertolongan
- 2) Tahap pengkajian, dari pengkajian yang dilakukan diharapkan akan menghasilkan berbagai macam bentuk terapi
- 3) Tahap intervensi, dalam tahapan ini diawali dengan pertemuan awal dengan klien. Pada tahap ini seorang pekerja sosial sudah dapat mengklarifikasi permasalahan yang terjadi pada klien dan berusaha melakukan perubahan kondisi kehidupan mereka
- 4) Tahap terminasi, merupakan tahapan dimana relasi antara casework dan klien akan dihentikan

b. *Social group work* (Bimbingan sosial kelompok)

Bimbingan sosial kelompok adalah suatu pelayanan kepada kelompok yang tujuan utamanya untuk membantu anggota kelompok mempengaruhi fungsi

sosial, pertumbuhan atau perubahan anggota kelompok. Menurut Skidmore, Tharckeray dan Farley dalam Adi (2005:161) menyatakan *groupwork* sebagai:

*A method of working with people in groups (two or more people) for the enhancement of social functioning and for the achievement of socially desirable goals. Group work is based on the knowledge of people's needs for each other and their interdependence. Groupwork is a method of reducing and for accomplishing socially desirable purposes.*

Metode *groupwork* merupakan metode yang berorientasi penyembuhan yang didesain untuk memperbaiki atau menyembuhkan suatu disfungsi sosial. Tujuan dari metode *groupwork* adalah membantu seseorang untuk belajar berbuat sesuatu yang dapat digunakan untuk memperbaiki atau mengatasi masalah yang dihadapi.

c. Metode pengorganisasian dan pengembangan masyarakat

Metode pengorganisasian dan pengembangan masyarakat merupakan model intervensi yang diarahkan pada upaya merubah masyarakat di tingkatan yang lebih luas. Menurut Brokensha dan Hodge dalam Adi (2005:169) mendefinisikan pengembangan masyarakat sebagai berikut:

*A movement design to promote better living for the who community with the active participation, and if possible, on the in initiative of the community. It includes the whole range of development activities in the district whether these are undertaken by government or unofficial bodies. Community development must make use of the cooperative movement and must be put into effect in the close association with local government bodies.*

Definisi di atas menyatakan bahwa pengembangan masyarakat sebagai suatu gerakan yang dirancang untuk meningkatkan taraf hidup keseluruhan komunitas melakukan partisipatif aktif jika memungkinkan, berdasarkan inisiatif

masyarakat. Metode-metode diatas merupakan metode inti dalam pekerja sosial dan terdapat metode bantu yaitu aksi sosial, penelitian sosial, dan pelayanan sosial.

## **2.3 Tinjauan tentang Remaja**

### **2.3.1 Pengertian Remaja**

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Pada masa ini sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua (Ali & Asrori, 2016)

Menurut (Ali & Asrori, 2016) remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar. Memasuki masyarakat dewasa ini mengandung banyak aspek afektif, lebih atau kurang dari usia pubertas.

Masa remaja adalah masa peralihan manusia dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir. Menurut hukum di Amerika serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, dan bukan 21 tahun seperti ketentuan

sebelumnya. Pada usia ini, umumnya anak sedang duduk di bangku sekolah menengah.(Ali & Asrori, 2016)

### **2.3.2 Ciri-ciri Remaja**

Ciri-ciri remaja menurut (Putro, 2017) adalah sebagai berikut:

1. Masa remaja sebagai periode yang penting

Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetaplah penting. Perkembangan fisik yang begitu cepat disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama pada masa awal remaja. Semua perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental serta perlunya membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

2. Masa remaja sebagai periode peralihan

Pada fase ini, remaja bukan lagi seorang anak dan bukan juga orang dewasa. Kalau remaja berperilaku seperti anak-anak, ia akan diajari untuk bertindak sesuai dengan umurnya. Kalau remaja berusaha berperilaku sebagaimana orang dewasa, remaja seringkali dituduh terlalu besar ukurannya dan dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa.

3. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga

berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode perkembangan mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi persoalan yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri terhadap kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti sebelumnya. Status remaja yang mendua ini menimbulkan suatu dilema yang menyebabkan remaja mengalami “krisis identitas” atau masalah-masalah identitas-ego pada remaja.

6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan.

Remaja suka berbuat semaunya, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja yang takut bertanggungjawab.

#### 7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Harapan dan cita-cita yang tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkannya sendiri.

#### 8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks bebas yang cukup meresahkan. Mereka menganggap bahwa perilaku yang seperti ini akan memberikan citra yang sesuai dengan yang diharapkan mereka.

### **2.3.3 Karakteristik Remaja**

Menurut (Titisari & Utami, 2017) karakteristik perilaku dan pribadi pada masa remaja meliputi aspek:

1. Perkembangan fisik-seksual yaitu laju perkembangan secara umum berlangsung pesat, dan munculnya ciri-ciri seks sekunder dan seks primer.
2. Psikososial adalah perkembangan sosial remaja mulai memisahkan diri dari orang tua untuk memperluas hubungan dengan teman sebayanya.

3. Ditinjau dari perkembangan kognitif, remaja secara mental telah berpikir logis tentang berbagai gagasan yang abstrak.

#### **2.3.4 Tahap Perkembangan Remaja**

Menurut (Sarwono, 2011) ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu:

1. Remaja awal

Remaja awal sering dikenal dalam istilah asing yaitu early adolescence memiliki rentang usia antara 11-13 tahun. Pada tahap ini mereka masih heran dan belum mengerti akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Mereka juga mengembangkan pikiran-pikiran baru, mudah tertarik pada lawan jenis, dan juga mudah terangsang secara erotis.

2. Remaja madya

Remaja yang dikenal dalam istilah asing yaitu middle adolescence memiliki rentang usia antara 14-16 tahun. Tahap remaja madya atau pertengahan sangat membutuhkan temannya. Masa ini remaja lebih cenderung memiliki sifat yang mencintai dirinya sendiri (narcistic). Remaja pada tahap ini juga masih bingung dalam mengambil keputusan atau masih labil dalam berperilaku.

3. Remaja akhir

Remaja akhir atau istilah asing yaitu late adolescence merupakan remaja yang berusia antara 17-20 tahun. Masa ini merupakan masa menuju dewasa dengan sifat egois yaitu mementingkan diri sendiri dan mencari pengalaman baru. Remaja akhir juga sudah terbentuk identitas

seksualnya. Mereka biasanya sudah berpikir secara matang dan intelek dalam mengambil keputusan.

### **2.3.5 Perkembangan Remaja**

Berikut ini beberapa perkembangan remaja seperti perkembangan fisik, perkembangan aspek psikologia dan sosial sebagai berikut:

#### **1. Perkembangan fisik**

Perkembangan fisik pada remaja ditandai dengan tumbuhnya rambut di tubuh seperti di ketiak dan sekitar alat kemaluan. Pada anak laki-laki tumbuhnya kumis dan jenggot, dan suara membesar. Organ reproduksinya juga sudah mencapai puncak kematangan yang ditandai dengan kemampuannya dalam ejakulasi, dan sudah bisa menghasilkan sperma. Anak laki-laki mengalami ejakulasi pertama kali saat tidur atau yang lebih sering dikenal dengan mimpi basah. (Sarwono, 2011)

Perkembangan fisik pada anak perempuan yaitu tumbuhnya payudara, panggul yang membesar, dan suara yang berubah menjadi lembut. Pada anak perempuan mengalami puncak kematangan reproduksi yang ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*). Menstruasi merupakan tanda bahwa anak perempuan sudah mampu memproduksi sel telur yang tidak dibuahi, sehingga akan keluar bersama dengan darah menstruasi melalui vagina (Sarwono, 2011)

## 2. Perkembangan Aspek Psikologis dan Sosial

Karakteristik yang relevan dengan perkembangan (aspek psikologis dan sosial) dalam (Ali & Asrori, 2016) telah ditandai oleh adanya hal berikut:

### a. Kegelisahan

Remaja mempunyai banyak idealisme angan-angan atau keinginan yang hendak diwujudkan di masa depan. Akan tetapi sesungguhnya remaja belum memiliki banyak kemampuan yang memadai untuk mewujudkan semua itu. Tarik menarik antara angan yang tinggi dengan kemampuan yang belum memadai mengakibatkan mereka diliputi perasaan gelisah.

### b. Pertentangan

Pertentangan pendapat remaja dengan lingkungan khususnya orang tua mengakibatkan kebingungan dalam diri remaja itu sendiri maupun pada orang lain.

### c. Mengkhayal

Keinginan menjelajah dan berpetualang tidak semuanya tersalurkan. Biasanya terhambat dari segi biaya, oleh karena itu mereka lalu mengkhayal mencari kepuasan. Khayalan ini tidak selamanya bersifat negatif, justru kadang menjadi sesuatu yang konstruktif. Misalnya munculnya sebuah ide cemerlang.

### d. Aktivitas kelompok

Berbagai macam keinginan remaja dapat tersalurkan setelah mereka berkumpul dengan rekan sebaya untuk melakukan kegiatan bersama.

e. Keinginan Mencoba Segala Sesuatu

Remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (*high curiosity*), mereka lalu menjelajah segala sesuatu dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya. Remaja Indonesia menunjukkan bahwa perkembangan yang sempurna membawa peranan sosial sesuai dengan jenis kelamin mereka, dapat mempertimbangkan dan mengambil keputusan sendiri, melepaskan diri dari ikatan emosional dengan orang tua, memulai hidup berkeluarga, memulai hidup dalam ketatasusilaan dan keagamaan.

### **2.3.6 Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja**

Tugas-tugas perkembangan tersebut dikaitkan dengan fungsi belajar, karena pada hakikatnya perkembangan kehidupan manusia dipandang sebagai upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan dan upaya mempelajari norma kehidupan dan budaya masyarakat agar ia (mereka) mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik di dalam kehidupan nyata. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Hurlock dalam (Ali & Asrori, 2016) antara lain:

1. Mampu mencapai hubungan dengan teman lawan jenisnya secara lebih memuaskan dan matang;
2. Mampu mencapai perasaan seks dewasa yang diterima secara sosial;
3. Mampu menerima keadaan fisiknya;
4. Mencapai kebebasan emosional dari orang dewasa;
5. Mencapai kebebasan ekonomi;
6. Memilih dan menyipkan suatu pekerjaan;

7. Menyiapkan perkawinan dan kehidupan berkeluarga;
8. Mengembangkan ketrampilan dan kosep intelektual yang perlu bagi warga Negara yang kompeten;
9. Menginginkan dan mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial;dan
10. Mampu menggapai suatu perangkat nilai yang digunakan sebagai pedoman tingkah laku.

## **2.4 Tinjauan tentang Strategi *Coping***

### **2.4.1 Pengertian Strategi *Coping***

Strategi adalah pendekatan secara keseluruhan yang berkaitan dengan gagasan, perencanaan, dan eksekusi, sebuah aktivitas dalam kurun waktu tertentu. Di dalam strategi yang baik terdapat kordinasi tim kerja, memiliki tema mengidentifikasi faktor pendukungnya sesuai dengan prinsip-prinsip pelaksanaan gagasan secara rasional, efesiensi dalam pendanaan dan memiliki taktik untuk mencapai tujuan secara efektif. (Tjiptono, 2015)

Rasmun mengatakan bahwa *Coping* adalah dimana seseorang yang mengalami stress atau ketegangan psikologik dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari yang memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan, agar dapat mengurangi stress yang dihadapinya. Dengan kata lain, *coping* adalah proses yang dilalui oleh individu dalam menyelesaikan situasi stresful. *Coping* tersebut merupakan respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya baik fisik maupun psikologik (Rasmun, 2009).

Menurut Lazarus dan Folkman, *Coping* merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stresful (situasi penuh tekanan). (Smet, 1994)

Weiten dan Lloyd mengemukakan bahwa *Coping* merupakan Upaya-upaya untuk mengatasi, mengurangi, dan mentoleransi beban perasaan yang tercipta karena stress. (Syamsu, 2004)

Berdasarkan beberapa definisi diatas, maka strategi *Coping* adalah Upaya-upaya yang dilakukan individu dalam menyelesaikan situasi yang berasal dari individu maupun lingkungan dengan menggunakan sumber daya untuk mengurangi stress atau tekanan yang dialami agar mencapai tujuan yang efektif.

#### **2.4.2 Bentuk-Bentuk Strategi *Coping***

Lazarus dan Folkman dalam (Smet, 1994) menjelaskan terdapat 2 strategi dalam melaksanakan *Coping*, yaitu:

- a. *Emotional focused Coping*. Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stress. Pengaturan ini melalui perilaku individu, seperti penggunaan alkohol, bagaimana meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan, melalui strategi kognitif. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang penuh dengan stres, maka individu akan cenderung untuk mengatur emosinya.

- b. *Problem focused Coping*. Digunakan untuk mengurangi stressor atau mengatasi stres dengan cara mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini bila dirinya yakin dapat merubah situasi yang mendatangkan stres. Metode ini lebih sering digunakan oleh orang dewasa.

Mengatasi stres yang diarahkan pada masalah yang mendatangkan stress (*Problem Focused Coping*) bertujuan untuk mengurangi tuntutan hal, peristiwa, orang, keadaan yang mendatangkan stres atau memperbesar sumber daya untuk menghadapinya. Metode yang dipergunakan adalah metode tindakan langsung. Sedangkan pengatasan stres yang diarahkan pada pengendalian emosi (*Emotional Focused Coping*) bertujuan untuk menguasai, mengatur, dan mengarahkan tanggapan emosional terhadap situasi stres. Pengendalian emosi ini dapat dilakukan lewat perilaku negatif seperti menenggak minuman keras atau obat penenang, atau dengan perilaku positif seperti olahraga, berpaling pada orang lain untuk meminta bantuan pertolongan. Cara lain yang dipergunakan dalam penanganan stres lewat pengendalian emosi adalah dengan mengubah pemahaman terhadap masalah stres yang dihadapi. (Hardjana, 1994)

Dari bentuk-bentuk tingkah laku dalam menghadapi stress tersebut, Taylor dalam (Smet, 1994) mengembangkan teori *Coping* dari Folkman dan Lazarus menjadi 8 macam Indikator strategi *Coping*, yaitu:

a. *Problem Focused Coping*, yang terdiri dari 3 macam yaitu:

- 1) Konfrontasi; individu berpegang teguh pada pendiriannya dan mempertahankan apa yang diinginkannya, mengubah situasi secara agresif dan adanya keberanian mengambil resiko.
- 2) Mencari dukungan sosial; individu berusaha untuk mendapatkan bantuan dari orang lain.
- 3) Merencanakan pemecahan permasalahan; individu memikirkan, membuat dan Menyusun rencana pemecahan masalah agar dapat terselesaikan.

b. *Emosional Focused Coping*, yang terdiri dari 5 macam yaitu:

- 1) Kontrol diri; menjaga keseimbangan diri dan menaham emosi dalam dirinya.
- 2) Membuat jarak; menjauhkan diri dari teman-temannya dan lingkungan sekitar.
- 3) Penilaian Kembali secara positif; dapat menerima masalah yang sedang terjadi dengan berfikir secara positif dalam mengatasi masalah.
- 4) Menerima tanggung jawab; menerima tugas dalam keadaan apapun saat menghadapi masalah dan bisa menanggung segala sesuatunya.
- 5) Lari atau penghindaran; menjauh dan menghindar dari permasalahan yang dialaminya.

Berdasarkan penjelasan diatas, terdapat dua bentuk strategi *Coping* yaitu *problem focused Coping* yang berfokus pada upaya mengurangi tuntutan situasi dengan menggunakan metode Tindakan langsung. *Emotion focused Coping*

berfokus pada mengatur emosional terhadap tekanan dengan cara mengubah pemahaman terhadap permasalahan yang dialami.

### **2.4.3 Gaya *Coping* Positif dan Gaya *Coping* Negatif**

Gaya *coping* adalah gaya yang dimiliki oleh seseorang sebagai sebuah ciri khas tertentu ketika menghadapi situasi yang menyebabkan stress terutama dalam menyelesaikan masalah berdasarkan tuntutan yang dihadapinya, gaya *Coping* yang dikutip dan dimuat dalam buku yang berjudul Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori oleh Abdul Nasir dan Abdul Muhith, terbagi menjadi gaya *coping* positif dan gaya *coping* negatif, berikut ialah aspek yang termasuk di dalam *coping* positif dan *coping* negatif:

#### **A) Gaya *Coping* Positif**

Gaya *coping* yang mampu mendukung keutuhan ego, berikut ialah macam-macam gaya *coping* positif:

1. *Problem solving*, ialah usaha untuk memecahkan permasalahan yang harus dihadapi dan diselesaikan bukan untuk dihindari dengan menganggap masalah tersebut tidak berarti.
2. *Utilizing social support*, ialah kelanjutan dari penyelesaian masalah yang dihadapi ketika permasalahan tersebut belum terselesaikan dengan tidak mendiamkan permasalahan tersebut dan berusaha untuk mencoba mencari dukungan dan bantuan dari orang lain.
3. *Looking for silver lining*, ialah sebuah upaya penyelesaian masalah yang diharapkan dengan menerima kenyataan sebagai sebuah ujian dan cobaan

yang mesti dihadapi dan bersemangat untuk mencari berbagai alternatif penyelesaian masalah.

#### B) Gaya *Coping* Negatif

Gaya *coping* yang akan menurunkan keutuhan ego, yang mana penentuan gaya *coping* akan merusak dan merugikan diri sendiri, gaya *coping* negatif terdiri dari:

1. *Avoidance*, ialah cara penyelesaian masalah dengan melarikan diri dari permasalahan tersebut yang nantinya akan berujung pada bertumpuknya masalah dihari yang akan datang.
2. *Self-blame*, ialah bentuk dari kelemahan diri atas permasalahan yang sedang dihadapi dengan mencela diri sendiri atau menyalahkan diri sendiri atas permasalahan yang dialami tanpa berusaha untuk introspeksi diri atau mengevaluasi diri dengan optimal.
3. *Wishfull thinking*, ialah kegagalan dalam pencapaian tujuan yang diinginkan atau didamkan yang menjadikan seseorang berada pada kondisi terlalu berlarut-larut dalam kesedihan atau kesedihan yang mendalam (Nasir & Muhith, 2011).

Demikian disarankan untuk hendaklah berhati-hati dalam mengambil sebuah tindakan atas keputusan dalam menghadapi permasalahan yang dialami. Kondisi stress yang tinggi atau bahkan mengancam hal yang dapat menimbulkan gangguan dalam kesehatan jiwa seseorang akan menjadi sebuah hal yang krusial jika seseorang tidak mampu menanamkan nilai-nilai yang dipercayanya secara konsisten dan realistis dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupannya terutama pada stressor atau hal-hal yang dapat menimbulkan stress.

#### 2.4.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *Coping*

Faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *Coping* yaitu segala sesuatu baik bersifat fisik maupun non fisik yang dimiliki individu guna membangun perilaku *Coping*. Setiap individu memilih perilaku *Coping* yang berbeda-beda karena sumber daya *Coping* bersifat subjektif dan bervariasi. Jika terjadi suatu permasalahan yang sama oleh dua individu, maka perilaku *Coping* yang dipilih akan berbeda pada setiap individunya, hal ini dikarenakan sumberdaya *Coping* yang bervariasi atau berbeda-beda. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *Coping* menurut Lazarus dan Folkman yaitu:

1. Kondisi fisik, kondisi Kesehatan menjadi hal yang penting, karena dalam usaha mengatasi stress setiap individu dituntut untuk mengeluarkan tenaga yang besar.
2. Keterampilan memecahkan masalah, keterampilan ini yaitu kemampuan untuk mengidentifikasi masalah, mencari informasi, menganalisa situasi untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan hal tersebut dengan hasil yang ingin dicapai, lalu melaksanakan rencana dengan melakukan Tindakan yang tepat.
3. Keyakinan atau pandangan positif, ini juga menjadi factor yang penting, seperti keyakinan akan Nasib (*eksternal locus of control*) yang mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaannya (*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan strategi *Coping*.
4. Keterampilan sosial, kemampuan untuk berkomunikasi dengan cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di Masyarakat.

5. Dukungan sosial, dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan Masyarakat sekitarnya.
6. Materi, dukungan ini berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Berdasarkan penjelasan diatas, faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *Coping* diantaranya kondisi fisik/Kesehatan, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial dan materi. Setiap individu memilih strategi *coping* yang berbeda untuk menyelesaikan permasalahannya. Dikarenakan situasi dan faktor-faktor yang mempengaruhi individu berbeda-beda, maka pemilihan strategi *coping*nya pun akan berbeda pula.

## **2.5 Tinjauan tentang *Body shaming***

### **2.5.1 Pengertian *Body shaming***

*Body shaming* merupakan gabungan 2 kata dari Bahasa Inggris yaitu *Body* (tubuh) dan *Shaming* (memalukan) sehingga diartikan dengan mempermalukan tubuh. Kini, *Body shaming* dikenal sebagai perlakuan atau Tindakan seseorang dalam memberikan komentar buruk terhadap kondisi tubuh atau fisik seseorang baik disadari maupun tidak disadari.

Peristiwa seperti ini sangat disayangkan, karena banyak orang yang tidak memiliki kesadaran penuh dalam memilih kata atau kalimat dalam berkomunikasi yang berdampak bagi lawan bicaranya. *Body shaming* ini masih dianggap hal yang wajar bagi orang-orang yang tidak paham akan dampak dari *Body shaming*.

Schlorke, et al, (2016) dalam (Karyanti & Aminudin, 2019) “mendefinisikan *Body shaming* sebagai pernyataan negatif dan sikap yang tidak pantas terhadap berat badan orang lain atau ukuran. "Smith & Associates mengambil pengetahuan ini dan menerapkannya untuk penelitian di komunitas perguruan tinggi. Lebih spesifik, Firma ingin mengukur seberapa banyak peran media terpengaruh pada *Body shaming*, atau tidak mempengaruhi mahasiswa.

Fredrickson & Roberts (Elíasdóttir, 2016) dalam (Karyanti & Aminudin, 2019) *Body shaming* adalah konsep yang digunakan untuk individu yang sadar diri, respons negatif emosional terhadap diri sendiri. Itu muncul dalam salah langkah individu untuk mencapai standar cita-cita tubuh ideal.

Crossle, et al (Stacey, 2017) dalam (Karyanti & Aminudin, 2019) Menurut pendapat saya, standar kecantikan fisik masyarakat kita berasal dari media *online* yang menyatakan bahwa menjadi "kurus" adalah cara ideal untuk melihat. Kebanyakan wanita yang digambarkan cantik di media *online* adalah wanita yang memiliki perut rata, payudara besar, dan pantat bulat, sedangkan pria yang digambarkan tampan berotot, tinggi, dan ramping.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa *Body shaming* merupakan perlakuan atau Tindakan pernyataan negatif dan sikap tidak pantas seseorang dalam memberikan komentar buruk terhadap kondisi tubuh atau fisik seseorang baik disadari maupun tidak disadari untuk mencapai standar tubuh ideal Masyarakat.

### 2.5.2 Bentuk-bentuk *Body shaming*

Terdapat macam istilah *Body shaming* yaitu:

a) *Fath shaming*

*Fath Shaming* atau obesitas adalah sebuah komentar Ini tidak baik untuk orang dengan tubuh gemuk atau tubuh lebih besar. Obesitas dan penghinaan Merupakan aib fisik karena dianggap siswa gemuk perbedaannya adalah bahwa ini terlihat mencolok di antara siswa dengan berat badan ideal.

b) *Thin Shaming*

*Thin shaming* adalah kebalikan dari obesitas, yang merupakan istilah untuk tindakan Mempermalukan tubuh orang kering atau kurus. Dalam *Thin Shaming*, penderita pernah mengalami gangguan makan dan rasa malu pada fisik juga menyebabkan gangguan kesehatan mental.

c) Warna Kulit

Warna kulit sering kali di jadikan perlakuan *Body shaming*, jika seseorang memiliki kulit yang berbeda seperti kulit yang terlalu gelap atau pucat.

d) Rambut Tubuh

Menghina seseorang yang memiliki kelebihan rambut di tubuhnya merupakan perlakuan *Body shaming*. Perempuan yang memiliki kelebihan rambut sering dianggap tidak menarik perhatian karena beranggapan seperti pria.

### 2.5.3 Dampak *Body shaming*

National Institute of Mental Health (Stacey, 2017) dalam (Karyanti & Aminudin, 2019) Sebuah reaksi besar dari *Body shaming* dapat menyebabkan citra diri yang lebih buruk pada *cybervictim*, dan bahkan mengalami gangguan makan. Gangguan makan adalah penyakit mental serius yang kadang bisa fatal, karena mengganggu perilaku makan yang tidak normal. Pria dan wanita sama-sama menderita gangguan makan yang umumnya mengarah pada obsesi terhadap bentuk dan berat badan mereka. Gangguan makan yang paling umum adalah gangguan anoreksia nervosa (kelaparan), bulimia nervosa (pembersihan), dan pesta makan (Over-makan).

Ketakutan berlebihan dievaluasi secara negatif atau dinilai tidak diinginkan oleh orang lain dapat menumbuhkan perasaan ketidakmampuan, penghinaan, rasa malu, rendah diri dan depresi. Pada dasarnya konsep mempermalukan dan kecemasan sosial tumpang tindih sejauh itu membuat orang rentan kedudukan sosial mereka, kehilangan daya tarik, penolakan dan atau kritik. Perbandingan antara kecemasan sosial antara laki-laki dan laki-laki perempuan telah dilakukan untuk waktu yang lama. Ada beberapa penelitian yang melaporkan wanita lebih menderita kecemasan sosial dari rekan pria. Namun, beberapa penelitian melaporkan bahwa wanita memiliki skor lebih tinggi daripada pria yang menunjukkan perbedaan signifikan jenis kelamin (Calabello et al., 2014; Agarwal, T. and Banerjee, A.2018) dalam (Karyanti & Aminudin, 2019). Dampak-dampak ini lah yang akan mempengaruhi pribadi individu.