

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Direktur Kementerian Kesehatan, Dr. Celentinus menuturkan bahwa kasus bunuh diri adalah permasalahan yang cukup besar di dunia, serta bunuh diri merupakan penyebab kematian tertinggi kedua di usia 15-29 tahun (masa remaja dan dewasa awal). Menurut data kepolisian di Indonesia pada tahun 2020, tercatat sebanyak 671 orang melakukan bunuh diri, serta BPS juga mencatat sebanyak 5,787 kasus bunuh diri dan percobaan bunuh diri dilakukan (Galamedianews.com, 2021). Kasus bunuh diri yang semakin meningkat ini menunjukkan adanya degradasi mental yang dialami oleh remaja, atau munculnya permasalahan psikologis pada remaja. Permasalahan mental ini disebabkan oleh banyak hal seperti penyesuaian diri di era pandemi, ekonomi yang mungkin sedang sulit, permasalahan keseharian, masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja, adanya tuntutan dari sekolah dan orang tua, dan beragam permasalahan yang mungkin saja dialami.

Mencermati fenomena yang terjadi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa daya tahan serta daya lentur (resiliensi) sangat diperlukan bagi remaja agar memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan-tantangan dalam hidupnya serta dapat meminimalisir adanya stress, depresi, serta perilaku menyimpang lainnya. Seringkali resiliensi yang dimiliki oleh manusia dalam menghadapi kesulitan ditemukan kurang optimal. Menurut Herrman, et al. (2011) terdapat temuan yang mengatakan bahwa fungsi intelektual, fleksibilitas kognitif, *social attachment*, *self-concept* yang positif, regulasi emosional, emosi positif, spiritualitas, *coping* aktif, ketahanan, optimisme, *hope*, akal, dan juga kemampuan penyesuaian berkaitan dengan resiliensi. Resiliensi mengacu pada adaptasi yang positif atau kemampuan untuk mempertahankan atau mendapatkan kembali kesehatan mental meski sedang mengalami kesulitan atau masalah (Herrman, et al., 2011). Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap 37 orang responden terlihat bahwa sebanyak 25 orang (67,6%) pernah membolos

dengan alasan yang beragam seperti ingin *nongkrong*, untuk menghibur diri, malas, ikut-ikutan, bahkan beberapa mengatakan membolos tanpa alasan. Selanjutnya, sebanyak 19 (51,3%) orang responden pernah berkelahi secara fisik dan juga *bully* dengan alasan tidak bisa menahan emosi, karena diusik terlebih dahulu, melampiaskan, dan alasan lainnya. Dilihat dari adanya perilaku yang menyimpang tersebut, maka dapat dikatakan bahwa resiliensi yang dimiliki oleh individu cenderung kurang. Salah satunya seperti berkelahi secara fisik, perilaku tersebut termasuk ke dalam aspek resiliensi, yakni *emotion regulation*, dimana individu kurang dapat bersikap tenang dalam kondisi yang menekan.

Resiliensi dinilai sangat penting dan juga berperan dalam memprediksi kualitas hidup seseorang. Pernyataan tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, Listiyandini, dan Rahmatika (2019) pada remaja berusia 11-18 tahun sebanyak 200 subjek yang tersebar di 12 panti asuhan di Jakarta dan Bekasi yang menemukan bahwa secara umum resiliensi psikologis berperan secara signifikan dalam memprediksi setiap dimensi kualitas hidup yang berkaitan dengan kesehatan dengan rincian sebagai berikut: sebanyak 16,3% resiliensi berperan pada dimensi kesejahteraan fisik; sebanyak 8,2% resiliensi berperan pada dimensi kesejahteraan psikologis; sebanyak 8,1% resiliensi berperan pada dimensi hubungan orang tua dan otonomi; sebanyak 5% resiliensi berperan pada dimensi dukungan sosial dan teman sebaya; dan sebanyak 5,5% resiliensi berperan pada dimensi lingkungan sekolah.

Berdasarkan kajian di atas maka peneliti kemudian membuat *survey preliminary*. Hasil *survey* awal dimana sebanyak 21 (56,8%) responden mengatakan tidak bisa tetap tenang ketika berada dalam sebuah masalah, dan sebanyak 20 (54,1%) responden mengatakan tidak mampu mengendalikan diri ketika berada pada situasi yang tidak menyenangkan. Hasil *survey* awal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yasin, Sugara, dan Imaddudin (2020) pada siswa kelas XI SMK Mitrabatik sebanyak 350 siswa mengenai resiliensi, sebanyak 172 (49%) siswa memiliki resiliensi yang cukup dan sebanyak 59 (17%) siswa memiliki resiliensi yang rendah.

Menurut Everall, Altrows, dan Paulson (dalam Stapley, Delghton, dan Demkowlcz, 2022) menyebutkan faktor resiliensi, yaitu: (a) *Social Processes*, yaitu sifat konsisten, relasi yang *supportive* dengan yang lainnya (seperti anggota keluarga, teman sebaya, dan guru); (b) *emotional processes*, yaitu sikap peduli, dan dapat mengekspresikan perasaannya; (c) *cognitive processes*, yaitu adanya perspektif baru dan juga kemampuan untuk mengontrol; (d) mengambil tindakan dengan tujuan yang spesifik. Penelitian ini mengambil salah satu faktor tersebut yaitu *social processes* (keluarga), khususnya orang tua.

Berdasarkan hasil *survey* awal pada remaja berusia 18-21 tahun sejumlah 37 responden yang telah dilakukan oleh peneliti, sebanyak 24 (64,9%) responden menyatakan bahwa mereka pernah mendapatkan kekerasan secara fisik dari salah satu atau kedua orang tuanya. Selanjutnya sebanyak 16 (43,2%) responden mengisi mereka jarang dan kadang-kadang mendapatkan kekerasan fisik tersebut. Hasil *survey* tersebut sesuai dengan data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, tercatat sebanyak 736 orang tua dan anggota keluarga melakukan kekerasan pada anak (KOMPAS.com, 2020). Selain itu, sebanyak 35 (94,6%) responden menjawab mereka pernah mendapatkan kekerasan secara verbal dari salah satu atau kedua orang tuanya. Selanjutnya sebanyak 13 (35,1%) responden menjawab mereka hampir selalu mendapatkan kekerasan verbal tersebut. Hasil *survey* tersebut sesuai dengan data dari Wahana Visi Indonesia yang menyebutkan bahwa sebanyak 33,8% anak mengalami kekerasan verbal oleh orang tuanya selama berada di rumah (KOMPAS.com, 2020).

Peneliti juga melakukan wawancara singkat untuk memperdalam data yang ada terkait dengan kekerasan yang dilakukan oleh orang tua. Subjek dari wawancara ini adalah seorang remaja berusia 21 tahun yang mengatakan kerap mendapatkan kekerasan fisik dan juga verbal dari salah satu orang tuanya, hal tersebut dapat dilihat dari pernyataan FE:

*Sejak kecil saya suka dipukul sama papa saya, entah itu pake tangan kosong ataupun pake benda-benda yang ada di rumah kayak sapu, dan sabuk. Padahal itu hanya disebabkan karena masalah-masalah kecil seperti contohnya main ke rumah tetangga yang nggak disuka sama papa, atau terkadang karena sesuatu yang menurut papa saya salah ya saya langsung dimaki-maki bahkan sampe dipukul. Pernah waktu itu dipukul sampe*

*berdarah di lutut yang sampe sekarang masih ada bekasnya. Waktu itu papa mukanya ngerasa bersalah dan bingung sih karena baru pertama kalinya sampe berdarah. Tapi ya masih diulangi lagi mukulnya. Selain itu juga papa sering banget sih maki-maki, bahkan sampe ngomong jorok atau bahasa surabayanya misuh. Saya merasa sangat sakit hati karena saya kan perempuan, nggak selayaknya saya diperlakukan seperti itu. Dampaknya saya merasa tidak bisa menahan emosi dan selalu melampiaskan amarah saya dengan cara yang salah seperti melempar adik saya dengan kursi, membanting pintu ataupun barang, berteriak, bahkan juga memaki. Hal itu saya lakukan karena saya tidak bisa menahan emosi saya, dan jika saya menahan emosi maka dada saya merasa sakit dan sesak*

*(FE, 21 tahun)*

Berdasarkan pernyataan FE, terlihat bahwa ayahnya kerap melakukan kekerasan verbal dan fisik dengan alasan yang terkadang tidak jelas. Perilaku tersebut sudah diterima oleh subjek sejak ia masih kecil bahkan ia mengatakan bahwa ingatan pertamanya adalah diikat oleh ayahnya di kamar. Subjek juga mengatakan bahwa ia kesulitan untuk menahan emosinya dan akan langsung melampiaskannya langsung. Adanya kesulitan untuk menahan emosi ini dapat dikarenakan subjek yang sudah terbiasa untuk melihat perilaku ayahnya yang tidak baik. Menurut Reivich dan Shatte (2002) kesulitan untuk menahan emosi ini dapat dikategorikan sebagai rendahnya *emotion regulation*. *Emotion regulation* adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk tetap bersikap tenang meski berada dalam kondisi yang menekan. Individu dengan resiliensi yang cukup tinggi akan menggunakan keterampilannya untuk membantu mereka mengontrol emosi, atensi, dan juga perilakunya. Mengacu pada adanya hasil data awal yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat dilihat bahwa pengaruh dari orang tuanya yang suka memukuli, memaki, dan berteriak mungkin menyebabkan resiliensi yang dimiliki oleh subjek cukup rendah yang ditunjukkan melalui kurangnya *emotion regulation* yang dimiliki oleh subjek. Kondisi keluarga ini berbeda dengan kondisi keluarga yang disebutkan dalam penelitian Saskara dan Ulio (2020) mengenai peran komunikasi keluarga dalam mengatasi *toxic parents* bagi kesehatan mental anak. Menurut Saskara dan Ulio (2020), karakteristik keluarga yang sehat yaitu: *support*, adanya rasa sayang, adanya keamanan dan perasaan saling memiliki, keterbukaan, serta menganggap setiap anggota

keluarga berharga, menghormati, dan juga rasa percaya diri. Kondisi keluarga seperti ini dapat berdampak positif pada anak.

Keluarga merupakan sekelompok individu yang umumnya lebih dekat dengan kita dibandingkan kelompok lainnya karena sejak pertama kali manusia membuka mata hingga waktu yang tidak ditentukan, seseorang akan tinggal bersama keluarganya dan akhirnya membentuk keluarganya sendiri. Keluarga merupakan sebuah struktur terkecil yang terdiri dari suami-istri, orang tua, dan juga anak yang masing-masing anggotanya memiliki perannya masing-masing (Puspitawati, 2012). Rasa nyaman antar anggota keluarga sangat diperlukan karena keluarga akan bersama-sama dalam jangka waktu yang cukup lama. Rasa nyaman ini bisa ditunjukkan dengan adanya kedekatan antar anggota, khususnya kedekatan emosional. Khususnya di era pandemi Covid-19 ini dimana masyarakat dihibau oleh pemerintah untuk mengurangi mobilitas di luar rumah, terlebih lagi apabila bukan merupakan urusan yang mendesak. Seperti yang diketahui, saat pandemi Covid-19, mayoritas aktivitas wajib untuk dilakukan di rumah. Hal ini semakin membuat keluarga menjadi dekat secara fisik yang berarti sangat dibutuhkan kenyamanan pada saat berada di rumah.

Menurut Goleman (dalam Retnowati, Widhiarso, dan Rohmani 2003) keluarga yang dapat berfungsi secara optimal adalah keluarga yang memiliki kedekatan dan juga keterbukaan satu sama lain. Sayangnya menurut (Tricahyani & Wideasavitri, 2016) dalam sebuah perjalanan hidup, tidak semua anak memiliki keberuntungan untuk memiliki keluarga yang ideal yaitu saling menyayangi, peduli, dan juga memiliki kehangatan didalamnya.

Menurut Saskara dan Ulio (2020), *toxic parents* adalah orang tua yang memperlakukan anaknya dengan buruk, dan juga tidak menghormati/menghargai anaknya sendiri. Orang tua yang *toxic* tidak segan untuk melakukan tindak kekerasan bagi fisik, maupun psikis anak hingga dapat membuat kesehatan mental anak terganggu. Sehingga cukup banyak anak yang merasa tidak percaya diri karena orang tua yang sering menghina dengan kalimat “bodoh” atau “tidak berguna” atau kata-kata menyakitkan lainnya yang tentu saja tidak pantas untuk dikatakan terlebih lagi dari mulut orang tua pada anaknya. Terlebih lagi jika kata-

kata tersebut dilontarkan pada remaja. Menurut Forward (2002), ciri-ciri orang tua yang *toxic* adalah: (a) *The Controllers*, yaitu orang tua yang menggunakan perasaan bersalah, manipulatif, bahwa terlalu mengarahkan kehidupan anaknya; (b) *The Verbal Abusers*, dimana orang tua menghina dan menjatuhkan anaknya secara verbal sehingga seringkali mereka merampas kepercayaan diri anaknya; (c) *The Physical Abusers*, seringkali orang tua ini tidak mampu mengendalikan kemarahannya sehingga melimpahkan kesalahan mereka pada anaknya atas perilakunya yang tidak dapat dikendalikan; (d) *The Sexual Abusers*, terkadang orang tua ini tidak secara langsung melakukan kekerasan seksual, namun mereka memanfaatkan kepolosan seorang anak.

*Toxic parent* sebenarnya mirip dengan *abusive parent*. Hanya saja, seperti yang diungkapkan oleh Forward (2002) bahwa ciri-ciri orang tua yang *toxic* adalah *the controllers, the verbal abuser, the physical abuser*, dan juga *the sexual abuser*. Sehingga dapat dikatakan orang tua yang *abusive* adalah bagian dari *toxic parent*, namun tidak semua *toxic parent* adalah *abuser* karena adanya ciri-ciri lain yaitu *the controller*. Parrillo (2008) mengistilahkan *toxic parent* ini dengan sebutan keluarga disfungsi atau *dysfunctional family*. Lebih lanjut, Parrillo menjelaskan keluarga disfungsi adalah keluarga yang merujuk pada pola keluarga yang secara umum lebih rendah dalam hal kesehatan, *well-being*, kebahagiaan, dan juga rendahnya emosi positif dibandingkan dengan keluarga lainnya

Menurut Tricahyani dan Wideasavitri (2016), ketika dalam masalah, remaja memerlukan pendampingan dari orang tua yang mengerti dan bersikap dewasa dan juga bijaksana sesuai dengan kebutuhan para remaja. Remaja adalah mereka yang berusia 10 hingga 12 tahun, hingga 18 hingga 21 tahun (Santrock, 2012). Oleh karena itu, ketika memiliki hubungan yang kurang baik dengan orang tua nya, remaja mungkin akan lebih merasakan kesedihan dibandingkan dengan masa kehidupan lainnya. Hal ini dikarenakan pada saat remaja memiliki sebuah masalah, ia tidak dapat meminta pandangan lain dari orang tua nya dan terpaksa untuk menyelesaikannya sendiri. Masa remaja merupakan masa di mana seseorang ingin mencoba hal baru dan juga tidak mengenal rasa takut seperti

bertengkar secara verbal maupun fisik, hingga pencurian. Pernyataan tersebut didukung dengan data yang dimiliki oleh Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) yang menyampaikan bahwa dalam kurun tahun 2016 hingga 2020 terdapat 24.974 kasus pengaduan anak dimana sebanyak 2.626 merupakan kasus anak yang berkaitan dengan hukum sebagai pelaku. Selain itu sejak tahun 2016 hingga 2020 pula KPAI mencatat sebanyak 3.194 pengaduan dibidang pendidikan yang termasuk tawuran, *bullying*, dan juga korban kebijakan (dikeluarkan karena hamil, pungli di sekolah, penyegehan sekolah, dll) (KPAI, 2021). Adanya pencatatan yang dilakukan oleh KPAI dari tahun 2016 hingga 2020 berupa pengaduan seperti tawuran dan *bullying* ini dapat menandakan kurangnya resiliensi, yaitu kurangnya *impulse control*, yang merupakan salah satu aspek resiliensi, yang artinya kurangnya kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan dan dorongan yang berasal dari individu tersebut (Reivich dan Shatte, 2002).

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai resiliensi dan *toxic parent* dikarenakan adanya penelitian serupa terkait resiliensi pada remaja, seperti penelitian yang dilakukan oleh Dipayanti dan Chairani (2012) mengenai resiliensi dan *locus of control* dengan sampel remaja berusia 13-17 tahun sebanyak 60 orang yang memiliki orang tua yang bercerai. Hasil dari penelitian tersebut terdapat 51 (85%) partisipan memiliki resiliensi yang sangat baik, 6 (10%) partisipan memiliki resiliensi sedang, dan sebanyak 3 (5%) partisipan memiliki resiliensi yang buruk dan sangat buruk. Meski penelitian mengenai resiliensi cukup banyak dilakukan, namun tidak begitu halnya dengan resiliensi pada remaja khususnya yang memiliki orang tua *toxic*. Selain itu pula mayoritas penelitian mengenai resiliensi pada remaja menggunakan pendekatan kualitatif, sehingga penelitian ini dinilai perlu untuk dilakukan untuk memberikan pandangan baru terkait “Hubungan Persepsi Terhadap *Toxic Parent* dengan Resiliensi pada Remaja”. Jika diperhatikan, maka terdapat kata “persepsi” yang ada pada judul, hal tersebut dikarenakan responden yang mengisi merupakan anak dan bukanlah orang tuanya dimana terdapat kemungkinan orang tua yang dianggap sebagai

*toxic parent* tidak benar-benar *toxic* apabila dilihat dari sudut pandang orang tua tersebut.

## **1.2. Batasan Masalah**

Penelitian ini membatasi ruang lingkup penelitian pada:

- a. Variabel dalam penelitian ini adalah resiliensi yang ada pada remaja dengan salah satu atau kedua orang tua *toxic* atau *toxic parent* dengan ciri-ciri *toxic parent* menurut Forward (2002),
- b. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja dengan usia 18 – 21 tahun (Santrock, 2012)
- c. Penelitian ini berfokus untuk menguji hubungan antara persepsi terhadap *toxic parent* dengan resiliensi pada remaja

## **1.3. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu “apakah ada hubungan antara persepsi terhadap *toxic parent* dengan resiliensi pada remaja?”

## **1.4. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji ada atau tidaknya hubungan antara persepsi terhadap *toxic parent* dengan resiliensi pada remaja

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan pengetahuan dibidang psikologi, khususnya psikologi klinis mengenai teori resiliensi dengan *toxic parent* yang dimiliki oleh remaja.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah:

- a. Bagi partisipan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai resiliensi dan juga *toxic parent* sehingga partisipan dapat memperhatikan resiliensi yang dimilikinya

b. Bagi orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi orang tua mengenai dampak *toxic parent* terhadap resiliensi yang dimiliki oleh anak khususnya remaja.

c. Bagi praktisi/konselor psikologi

Dikarenakan masih kurangnya informasi yang akurat dan ilmiah mengenai *toxic parent*, diharapkan dengan adanya penelitian ini akan menambah pengetahuan mengenai *toxic parent* dan dampaknya pada resiliensi