

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Santrock (2011) menjelaskan bahwa manusia akan terus mengalami perkembangan dalam masa hidupnya, dimana terdapat beberapa tahapan perkembangan yang dibagi berdasarkan usianya. Pada tiap tahapan tersebut terdapat karakteristik dan tugas perkembangannya masing-masing. Salah satu tahap perkembangannya adalah *early adulthood* atau masa dewasa awal yang merupakan masa transisi dari fase remaja dan berada pada usia 18-29 tahun (Arnett, 2015). Individu biasanya masih banyak mengeksplorasi dalam hidup mereka pada tahap perkembangan ini, seperti mana jalur karir yang ingin mereka ambil, identitas apa yang ingin mereka adopsi, dan gaya hidup apa yang ingin mereka adopsi. Selain itu, fase dewasa awal ini merupakan fase dimana individu mempelajari konsep struktur kehidupan yang mencakup psikososial seperti pengembangan diri, perkembangan emosional, perkawinan dan kehidupan keluarga, hubungan sosial, kehidupan profesional, dan karir organisasi (Levinson & Levinson, 1997).

Untuk menyelesaikan perkembangan psikososialnya, seorang individu pada masa dewasa awal diharapkan dapat menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan kepadanya. Perubahan penting dalam representasi diri, hubungan sosial, dan kehidupan profesional dan keluarga pun akan terjadi ketika tugas perkembangan tersebut diselesaikan. Sumber daya yang berpotensi penting untuk berhasil menyelesaikan transisi kehidupan ini adalah fungsi psikologis positif, atau dikenal sebagai *psychological well-being*. Keterampilan dan persepsi *psychological well-being* ini penting bagi suatu individu untuk mereka berhasil terlibat dalam hubungan yang bermakna, menavigasi lingkungan, dan mewujudkan potensi penuh yang dimilikinya (Ryff, 1989). Dengan kata lain, *psychological well-being* penting tidak hanya bagi individu yang akan berada dalam masa dewasa

awal dimana ia sedang berada di masa transisi dari fase remaja, tetapi sama pentingnya juga untuk orang-orang dari segala usia (Bowman, 2010).

Psychological well-being sendiri merupakan suatu kondisi dimana seseorang dapat menjalankan kehidupan sehari-harinya dengan baik dan efektif. Ryff (1989) mengatakan bahwa suatu individu sehat secara psikologis bukan hanya suatu individu terbebas dari gangguan kesehatan mental, namun mencakup bagaimana individu mampu tumbuh dan berkembang, mampu menunjukkan potensinya secara optimal dan berani menghadapi tantangan yang dihadapinya. Selain itu, terdapat 6 dimensi penting pada *psychological well-being* yaitu, otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Secara lebih lanjut, penerimaan diri ini merupakan salah satu ciri utama kesehatan mental dan merupakan karakteristik dari aktualisasi diri. Penerimaan diri memerlukan sikap positif terhadap diri sendiri. Sikap positif ini memerlukan pengakuan dan penerimaan aspek positif dan negatif dari diri sendiri. Individu yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek dirinya, termasuk kualitas baik dan buruk, dan merasa positif tentang kehidupan masa lalu, memiliki sikap penerimaan diri. Sehingga individu merasa puas dengan diri sendiri dan tidak kecewa dengan peristiwa kehidupan yang dialami dari masa kecil. Hal tersebut berarti bahwa kehidupan pada masa kanak-kanak yang dilalui suatu individu akan menjadi faktor penting dalam *psychological well-being*nya.

Masa kanak-kanak seringkali disebut sebagai masa keemasan atau *golden age* yang membuat mereka amat mudah untuk menyerap dan mengerti hal yang berada di sekelilingnya. Hal tersebut dapat mempengaruhi keadaan mentalnya, sehingga apabila hal buruk yang banyak diserap dan diterima oleh anak, maka hal ini akan mengarahkan perkembangan anak ke arah yang lebih buruk juga. Sehingga sekecil apapun tindakan orangtua yang dilakukan disekeliling anak akan cepat diterima dan mempengaruhi kinerja otak anak. Sneddon (2003) juga menjelaskan bahwa

apa yang dirasakan oleh anak harus selalu didengar, karena hal sekecil apapun dapat menyebabkan perubahan pada diri anak yang sedang berkembang. Anak-anak sendiri merupakan bagian dari keluarga yang paling rentan untuk mengalami trauma atas dinamika apapun yang terjadi dalam satu ruang lingkup keluarga, karena anak-anak seringkali menjadi *punchbag* atau pelampiasan atas konflik atau ketidaknyamanan yang muncul. Maka tidak heran apabila kasus kekerasan yang terjadi pada anak meningkat setiap tahunnya. Hal ini didukung oleh data dari Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan drastis kasus kekerasan terhadap anak pada tahun 2019-2021. Dimana terdapat sebanyak 11.279 lalu meningkat menjadi 14.517 pada tahun 2021 (Ramadhan, 2022). Padahal peran orangtua merupakan salah satu faktor krusial dalam perkembangan anak, dimana tingkah dan perilaku orang tua menjadi cerminan dalam pembentukan dirinya pada masa depannya. Seringkali pihak yang lebih dewasa, seperti orangtua maupun sosok pengasuh lainnya yang seolah-olah melupakan bahwa anak-anak tidak akan selamanya menjadi anak-anak, mereka juga akan tumbuh dan berkembang, dimana dalam tahap perkembangannya, trauma yang mereka serap akan membantu membentuk dan menyokong bagaimana mereka tumbuh di masa depan.

Pitzer dan Fingerman (2010) secara lebih lanjut menjelaskan bahwa kekerasan yang terjadi pada masa kanak-kanak dapat menurunkan kemampuannya untuk menjalin hubungan antar sesama manusia sepanjang hidup korbannya. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengertian dari abuse adalah tindakan fisik dan non-fisik yang menyebabkan celaka, yang memiliki *life-long effect* untuk para korbannya, baik yang mengalami *abuse* secara fisik maupun non-fisik. Higgins dan McCabe (2003) mengatakan bahwa dalam kekerasan anak, didalamnya terdapat beberapa jenis *abuse* yaitu *sexual abuse*, *physical abuse*, *psychological maltreatment*, dan *neglect*.

Penelitian terdahulu menyimpulkan bahwa banyak dari orang tua yang melakukan kekerasan kepada anak seringkali menganggap bahwa apa yang mereka lakukan merupakan salah satu upaya pendisiplinan. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Kurniasari (2016) bahwa tindakan menghukum, menghardik sampai dengan menganiaya anak, banyak diyakini sebagai salah satu upaya untuk mendidik dan mendisiplinkan anak dalam kehidupan sehari-harinya. Seng dan Prinz (2008) mengatakan bahwa orang tua yang melakukan pendisiplinan dengan cara tersebut beranggapan bahwa cara tersebut merupakan cara yang tepat karena mereka juga mengalaminya sewaktu kecil. Selain alasan bahwa kekerasan telah menjadi jawaban dan pemecahan masalah untuk mendidik dan mendisiplinkan anak, banyak lagi alasan yang digunakan oleh mereka untuk menjustifikasi kekerasan yang dilakukan kepada anak-anak. Faktor ajaran agama juga sering kali menjadi alasan bagi mereka untuk ‘menghukum’ anaknya (Ismail & Desmukh, 2012).

Seperti yang sudah dijelaskan bahwa hardikan, rekekerasan atau perilaku yang masuk kedalam kategori *abuse* yang diterima oleh korban akan menimbulkan efek negatif baik *instant* atau di masa yang akan datang. Chen dan Chan (2016) mengatakan bahwa anak-anak yang mengalami trauma seperti penelantaran yang dilakukan orangtua akan lebih riskan untuk memiliki masalah kesehatan mental di masa perkembangannya. Selain itu, Herrenkohl dkk., (2012) menjelaskan bahwa penderitaan atau dampak emosional dan trauma psikologis yang berkaitan dengan kekerasan pada anak dapat muncul dalam bentuk perilaku psikososial yang kurang baik dan permasalahan lainnya dalam masa remaja dan dewasa. Penelitian menunjukkan bahwa orang dewasa yang memiliki histori mengalami kekerasan dalam bentuk apapun akan lebih rentan untuk mengalami depresi atau masalah kesehatan lainnya dua kali lipat dibandingkan dengan orang dewasa yang tidak mengalami kekerasan di masa kecil. Dampak keadaan psikologis yang muncul di masa remaja dan dewasa bukan hanya individu tersebut akan mengalami gangguan kesehatan mental seperti depresi dan

gangguan kecemasan, namun individu juga sangat mungkin untuk mengalami gangguan minor seperti ketidakpuasan atas pencapaiannya dalam hidup, mengalami kesulitan untuk menjalin relasi dengan lingkungannya, dan juga permasalahan kepercayaan diri (Shek, 2005). Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya bahwa bentuk kekerasan apapun yang dialami oleh anak. Selain daripada dampak jangka panjang yang akan ditunjukkan pasca terjadinya kekerasan pada anak, dampak jangka pendek yang muncul termasuk didalamnya adalah proses belajar di sekolah yang mengganggu, termasuk kurangnya konsentrasi belajar, malas sekolah sampai dengan berhenti sekolah. Efek tersebut sejalan dengan yang dikatakan oleh Armsworth dan Holaday (1993) yang mengatakan bahwa efek yang ditimbulkan oleh trauma yang dialami oleh satu individu dapat dikategorikan sebagai trauma ringan sampai dengan berat dan juga dalam jangka waktu yang panjang.

Penjelasan diatas telah merangkum bahwa perilaku *abusive* yang dilakukan figure orang tua maupun sosok pengasuh lainnya di masa kecil akan mempengaruhi keadaan psikologis suatu individu di masa yang akan datang dan juga mempengaruhi perkembangan dan kesehatan mental anak dalam jangka panjang. Keadaan psikologis suatu individu dibentuk melalui masa-masa pertumbuhan dan perkembangannya yang banyak mendapatkan pengaruh dari pengalaman masa kecil suatu individu tersebut, hal ini sesuai dengan yang dijelaskan oleh Dale dkk., (2009) dan Sugaya dkk., (2012) bahwa masalah mental yang umumnya diderita oleh korban termasuk didalamnya, *attention-deficit hyperactivity disorder*, *posttraumatic stress disorder*, *bipolar disorder* dan juga penyalahgunaan alkohol. Dengan seriusnya konsekuensi yang kemungkinan diderita individu akibat kekerasan yang dialami semasa kecil maka pembahasan mendalam mengenai keterkaitan antara perilaku serta perlakuan orang tua yang kasar atau perilaku *abusive* lainnya terhadap perkembangan suatu individu terutama faktor kesehatan mentalnya diperlukan. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengalaman

traumatis perilaku *abusive* dari orangtua terhadap *psychological well-being* nya di masa dewasa kelak. Pertanyaan inilah yang akan dicoba dijawab dalam penelitian ini.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian yang telah dipaparkan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan. Mulai dari mirisnya fakta yang stagnan bahwa kekerasan masih saja diandalkan sebagai metode mendidik anak di lingkungan rumah. Berbagai bentuk kekerasan yang disisipkan, baik verbal maupun fisik, dijustifikasikan dalam perilaku orangtua terhadap anaknya, lantaran telah lama dianggap sebagai cara yang sudah lazim dalam mendisiplinkan anak. Hal ini dapat berangsur-angsur mempengaruhi sang anak, terlebih psikologis dan kognisi mereka yang belum sepenuhnya kokoh. Anak-anak yang mengalami perilaku *abusive* melewati itu semua bersamaan dengan masa pertumbuhannya. Masa dimana seseorang sedang rentan-rentannya dan mampu menyerap banyak sekali informasi dan pengaruh dari lingkungan sekitar.

Tentu banyak faktor lain yang berkontribusi dalam pertumbuhan. Namun mengingat posisi orang tua yang memegang peran primer dalam hidup sang anak, perilaku selama *parenting* sangat krusial untuk diperhatikan, karena bersinggungan dengan sensoris, persepsi, dan emosi anak. Sugaya dkk., (2012) pun menjabarkan dalam penelitiannya, tentang bagaimana berbagai masalah mental kerap terjadi pada individu-individu yang mengalami perilaku *abusive* dari orangtuanya selama masa kecil. Pengalaman *abuse* dari orangtua, yang dapat mereka cerna dengan cara yang berbeda-beda, menghadirkan kemungkinan-kemungkinan mengenai pengaruhnya terhadap kondisi psikologis anak-anak itu saat dewasa kelak.

1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini berfokus untuk mengetahui pengaruh pengalaman traumatis perilaku *abusive* dari orangtua yang dialami oleh anak pada semasa kanak-kanak terhadap *psychological well-being* nya di masa dewasa awal. Dalam pelaksanaan penelitian ini, terdapat batasan masalah yang harus diatur agar penelitian yang dilakukan dapat berjalan sesuai dengan topik dan konsep yang diinginkan penulis. Di dalam pelaksanaan penelitian ini, batasan masalah yang ingin digarisbawahi oleh penulis adalah mengenai:

1.3.1 Psychological Well-being

Kesejahteraan psikologis yang memiliki terjemahan langsung *psychological well-being* merupakan suatu konsep yang sudah banyak dibahas dan dikenal dalam ilmu psikologi (Warr, 1978). *Psychological well-being* merupakan konsep yang dipahami dalam konteks luas dimana setiap aspek yang dialami satu individu dalam menjalankan kegiatan sehari-harinya diakui atau dirangkul. Meskipun konsepnya terdengar mudah, proses menjalankan hal ini lebih sulit dibandingkan dengan konseptualisasinya. Komponen negatif atau *bivalent* lainnya yang ada di dalam kesejahteraan mental lebih mudah untuk dikenali dibandingkan dengan aspek positifnya, aspek negatif dari konsep ini adalah munculnya depresi, ketidakmampuan untuk menjalin hubungan dengan lingkungan sekitar, gangguan kecemasan dan permasalahan kesehatan psikologis lainnya. Namun seperti yang sudah dibahas sebelumnya bahwa kesejahteraan satu individu secara psikologis mengharuskan kita untuk menjalani, merangkul dan menerima kejadian yang terjadi pada kehidupan sehari-hari sebagai satu individu.

Kesejahteraan psikologis juga diartikan sebagai suatu konsep saat hidup yang kita miliki berjalan dengan baik (Huppert, 2009). Hal ini merupakan suatu kombinasi dimana perasaan bahagia dan senang berjalan bersamaan dengan kemampuan individu untuk memaksimalkan potensinya. Dalam jangka panjang, kesejahteraan psikologis tidak

mengharuskan individu untuk bahagia setiap saat namun lebih kepada kemampuan untuk mengelola emosi negatif agar tidak mengganggu produktivitas sebagai manusia setiap harinya

1.3.2 Pengalaman Traumatis Berupa Perilaku *Abusive* Orangtua

Orang tua dianggap sebagai sosok yang dapat membimbing, menjaga dan merawat anaknya sebagai salah satu bentuk peran dan tanggung jawabnya sebagai orang tua. Namun pada kenyataannya tidak sedikit figur yang harusnya merawat justru melukai dan menghambat perkembangan anak dengan melakukan kekerasan. Dalam hubungan antara orang tua terdapat ketidak seimbangan *power dynamic* dimana seringkali sosok yang lebih tua menggunakan kuasanya untuk menyakiti dan mengintimidasi sosok anak yang seharusnya mereka rawat. Hal ini bukan tidak memiliki dampak bagi anak tersebut di kemudian hari, seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya bahwa masa kanak-kanak merupakan *golden age* dimana otak sedang sangat mudah menyerap berbagai macam informasi yang ada di sekelilingnya, maka dari itu, bentuk kekerasan apapun yang dialami oleh anak maka akan menjadi suatu peristiwa traumatis yang mempengaruhi pertumbuhan psikisnya di kemudian hari dan dalam jangka waktu pendek apabila kekerasan berjalan dengan intensitas yang tinggi.

1.3.3 Dewasa Awal

Dewasa awal merupakan tahapan yang paling dinamis sepanjang rentang kehidupan manusia, sebab seseorang mengalami banyak perubahan perubahan progresif secara fisik, kognitif maupun psikologis-emosional, untuk menuju integratif secara fisik, kognitif maupun psikososio-emosional, untuk integrasi kepribadian yang semakin matang dan bijaksana. Dewasa awal pada konteks penelitian ini mengacu pada penjelasan Arnett (2015) dimana dewasa awal merupakan individu yang berdasar pada umur 18-29 tahun.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam identifikasi masalah, maka dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah pengalaman traumatis berupa perilaku *abusive* dari orangtua dapat mempengaruhi *psychological well-being* anak?”

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris pengaruh pengalaman traumatis berupa perilaku *abusive* orangtua kepada anak terhadap *psychological well-being*.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi sebagai bahan kajian dan literatur bagi pembaca atau peneliti selanjutnya terkait dengan topik yang ada, yaitu pengalaman traumatis berupa perilaku *abusive* orangtua dan *psychological well-being*.

1.6.2 Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi khususnya bagi pembaca yang mendapatkan perilaku *abusive* dari orangtua ataupun orang lain di lingkungannya yang dapat memahami mengenai individu lain di sekitarnya yang mengalami perilaku *abusive* dari orangtua. Penelitian ini juga diharapkan dapat membantu pembaca yang mengalami perilaku *abusive* dari orangtua agar lebih memahami hal yang sebenarnya terjadi pada dirinya.