

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dalam beberapa dekade terakhir, perceraian orangtua diketahui menjadi salah satu peristiwa traumatis penyebab tekanan pada anak (Shafer, Jensen, & Holmes, 2016). Peristiwa ini tidak hanya berdampak pada pasangan yang bercerai namun juga keluarga inti secara keseluruhan. Terkait dengan segala ketergantungan yang masih erat terhadap orangtua, anak merupakan pihak yang paling rentan dalam sebuah perceraian (Amato, 2009). Perceraian dapat mengubah kehidupan anak dalam banyak hal dan menimbulkan banyak kekacauan serta kebingungan dalam masa-masa penting tumbuh kembang mereka. Anak yang berasal dari keluarga bercerai lebih banyak terpapar stresor dibandingkan dengan mereka yang berasal dari keluarga yang utuh (Amato, 2009).

Anak-anak dan remaja dengan orangtua yang bercerai menurut beberapa penelitian memiliki risiko tinggi mengalami gangguan emosi, perilaku, dan penurunan performa akademik (Tebeka, dkk., 2016). Berakhirnya hubungan dari kedua orangtua mereka merupakan suatu hal yang dapat mengubah kehidupan anak secara drastis. Ross dan Miller (2009) mengungkapkan bahwa perceraian dapat memengaruhi individu secara negatif sepanjang sisa hidup mereka tanpa memandang usia (Ross & Miller, 2009). Bahkan dampak buruk yang dirasakan pada masa kanak-kanak akibat perceraian orangtua dapat bertahan hingga usia dewasa (Huurre, Junkkari, & Aro, 2005).

Dibandingkan dengan anak yang berasal dari keluarga yang utuh, anak dari keluarga bercerai akan lebih sering menunjukkan kesulitan secara psikologis seperti rendahnya pencapaian akademik, kesulitan membangun hubungan sosial, serta cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah (Clarke-Stewart & Brentano, 2006). Dikutip dari *Promises Behavioral Health* (2018), bahwa anak yang mengalami perceraian orangtua saat usianya belum mencapai 15 tahun menunjukkan peningkatan gejala depresi yang cukup tinggi. Selain itu, mereka diketahui menunjukkan gangguan psikiatri lainnya yang dapat terjadi pada usia dewasa seperti gangguan mood, penyalahgunaan obat, hingga percobaan bunuh diri (Tebeka, dkk., 2016).

Gejala depresi akibat perceraian orangtua diketahui lebih banyak ditemukan pada individu dalam rentang usia 18 hingga 30 tahun (Shafer, Jensen, & Holmes, 2016). Remaja yang mengalami depresi pasca perceraian orangtua diketahui memiliki kerentanan untuk mengalami depresi kembali ketika dewasa (Promises Behavioral Health, 2018). Kerentanan ini disertai risiko gangguan yang lebih besar seperti melukai diri sendiri hingga melakukan percobaan bunuh diri. Selain depresi, diketahui bahwa 7 dari 10 individu dengan riwayat orangtua yang bercerai dilaporkan memiliki gangguan psikologis lain seperti penyalahgunaan obat, OCD, kecemasan, dan *panic disorder* saat usia mereka diatas 17 tahun (Tebeka, dkk., 2016).

Bagi individu dengan orangtua yang bercerai, faktor risiko terhadap perkembangan kesehatan mental yang dialami akan lebih banyak dibandingkan dengan individu seusia mereka yang lain. McLanahan (1999, dalam Howe, 2012)

menyatakan bahwa pengaruh negatif yang ditemukan pada anak-anak yang mengalami perceraian orangtua secara umum memiliki perbedaan dengan kebanyakan penelitian serupa yang mengambil sampel pada anak-anak secara umum. Lebih lanjut dijelaskan bahwa prevalensi masalah depresi, kecemasan, agresi, dan masalah dalam menjalin hubungan ditemukan pada 10% populasi anak yang tidak mengalami perceraian orangtua, sementara itu 20% kasus ditemukan pada anak yang mengalami peristiwa tersebut (McLanahan, 1999 dalam Howe, 2012).

Dalam beberapa penelitian, perceraian diketahui memiliki dampak negatif jangka panjang bagi sebagian besar anak (Wallerstein, 2005). Dimana dampak ini mungkin akan berbeda tergantung dengan usia, jenis kelamin, dan karakter masing-masing anak (Hetherington, 2009). Bagi mereka yang mengalami perceraian orangtua disaat usia mereka masih berada antara 5 hingga 10 tahun menunjukkan lebih banyak gejala konflik emosional dan masalah dengan teman sebaya (Howe, 2012). Pada usia remaja, peristiwa ini akan menimbulkan masalah pada performa akademik, penyalahgunaan obat-obatan, hubungan sosial, serta perkembangan kepribadian (Amato & Keith, 1991). Dimana masalah-masalah ini akan berdampak pada aspek perkembangan mereka menuju dewasa.

Wallerstein (2005) mendeskripsikan dampak perceraian yang terjadi pada usia dewasa awal antara lain munculnya kecemasan, ketakutan untuk menikah, serta kurang memiliki rasa percaya diri dalam menjalin sebuah hubungan. Meskipun individu dalam usia dewasa awal secara perkembangan dianggap memiliki kemampuan beradaptasi yang lebih baik, namun tuntutan tugas

perkembangan seperti pembentukan identitas mandiri dan menjalin hubungan intim mungkin akan rentan untuk mengalami gangguan dikarenakan stres akibat perceraian orangtua (Schwartz, 1985). Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh Rogers dan Pryor (1995) menunjukkan bahwa anak yang mengalami perceraian orangtua ketika usianya berada diatas 20 tahun cenderung lebih rentan mengalami perceraian dan kegagalan dalam menjalin hubungan pada usia 33 tahun.

Dikutip dari Dualdiagnosis.org (2019) diperkirakan sebanyak satu dari lima individu pada usia dewasa awal diketahui memiliki masalah kesehatan mental. Masalah tersebut lebih banyak terkait dengan depresi, kecemasan, dan gangguan kepribadian. Kasus kejadian munculnya gangguan-gangguan ini juga ditemukan pada individu yang berasal dari keluarga bercerai seperti yang telah dijabarkan sebelumnya. Dimana biasanya setengah dari kasus kesehatan mental memiliki akar atau mulai dapat diidentifikasi sebelum individu mencapai usia 14 tahun dan meningkat menjadi tiga per empat pada usia 24 tahun (Dualdiagnosis.org, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental dapat mengalami peningkatan apabila tidak tertangani dengan baik.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Schaan dan kawan-kawan (2019) secara empiris membuktikan bahwa anak dari orangtua yang bercerai memiliki risiko dua kali lebih besar untuk memiliki masalah kesehatan mental pada saat dewasa yang disebabkan oleh perceraian orangtua. Melalui 121 subjek yang terlibat, diketahui sebanyak 60 subjek berasal dari orangtua yang bercerai dan 61 subjek lainnya berasal dari keluarga utuh dengan rata-rata subjek berusia 23

tahun. Lebih lanjut subjek memiliki rata-rata usia 10 tahun saat orangtua mereka melakukan perceraian. Melalui pengukuran kondisi psikologis saat ini yang dibandingkan dengan trauma masa kecil yang dimiliki, penelitian ini menemukan bahwa 26 anak dari keluarga bercerai dilaporkan memenuhi kriteria gangguan mental dimana hasil ini hanya ditemukan pada 14 anak pada kelompok kontrol.

Hasil lain ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Schaan dan kawan-kawan (2019) bahwa dewasa awal dengan orangtua bercerai dilaporkan memiliki trauma masa kecil yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan mereka yang berasal dari keluarga utuh. Berdasarkan hasil wawancara klinis terkait axis I pada subjek dengan orangtua bercerai diketahui sebanyak 15 subjek didiagnosis mengalami gangguan kecemasan dan 15 subjek dengan diagnosis gangguan mood. Sementara itu, pada anak yang berasal dari keluarga yang utuh hanya ditemukan sebanyak 9 orang dengan diagnosis gangguan kecemasan dan 5 orang dengan gangguan mood. Hasil ini membuktikan bahwa trauma masa kecil akibat perceraian orangtua memiliki hubungan erat terkait dengan kemunculan gangguan kesehatan mental pada usia dewasa awal dengan risiko yang sama bagi setiap individu.

Usia dewasa awal merupakan usia formatif dimana kehidupan mengalami banyak perubahan yang cenderung tidak stabil. Penelitian mengenai aspek-aspek dewasa awal yang dikaitkan dengan pengaruh transisi pada keluarga terhadap anak-anak, menunjukkan bahwa individu pada usia ini mungkin sangat rentan terhadap dampak dari perceraian orangtua (Jensen & Bowen, 2015). Sebagai masa dimana individu mengalami perubahan fase kehidupan dari remaja menuju

dewasa, usia dewasa awal merubah individu dalam banyak aspek. Aspek tersebut antara lain perkembangan fisik, sosial, seksual, identitas, serta tuntutan pendidikan (Rowling, 2006).

Dalam kasus individu dengan orangtua yang bercerai, tantangan perkembangan pada masa ini akan jauh lebih berat. Kontroversi yang terjadi selama perceraian akan menambah unsur stres dan cemas bagi individu dewasa awal karena mereka dipaksa untuk membuat pilihan-pilihan yang membuat mereka merasa tidak nyaman (Greenthal, 2017). Perubahan besar inilah yang diyakini menjadi alasan utama mengapa sebagian besar gangguan mood lebih sering muncul pada usia dewasa awal dan lebih banyak terjadi dalam kasus dengan orang tua yang bercerai.

Rickwood, Deane, Wilson, dan Ciarrochi (2005) menyebut bahwa usia dewasa awal merupakan tahap kehidupan yang krusial bagi perkembangan kesehatan mental. Hal ini diketahui karena masalah kesehatan mental dan gangguan psikologis lebih banyak dilaporkan terjadi pada masa ini (Rickwood, dkk., 2005). Namun pada kenyataannya, angka kejadian depresi dan gangguan mental yang berkembang pada usia dewasa awal cukup besar dan banyak individu yang tidak berupaya mencari bantuan sebagaimana mestinya (Pattyn, dkk., 2014). Hal ini menyebabkan banyaknya kasus gangguan mental yang terlambat tertangani atau bahkan tidak tertangani sama sekali.

Berdasarkan pengalaman pribadi penulis selama kurang lebih 11 bulan magang dalam sebuah lembaga pelayanan psikologi, penulis mengamati bahwa sebagian besar klien merupakan individu dengan rata-rata usia dewasa awal.

Terkadang mereka datang sendiri namun tidak sedikit pula yang didaftarkan oleh teman atau kerabat dekat. Dalam beberapa kasus, klien dibawa oleh teman atau kerabat menemui psikolog karena didapati bahwa mereka memiliki perubahan perilaku, melakukan *self harm*, hingga percobaan bunuh diri. Dalam kasus yang lain, klien datang sendiri namun dengan kekhawatiran yang cukup tinggi bahwa tindakannya akan diketahui oleh teman-temannya. Bahkan beberapa klien tidak ingin menuliskan permasalahannya saat *intake* awal serta menanyakan berulang kali apakah setiap proses yang ia jalani akan dirahasiakan. Hal ini menjadi salah satu alasan penulis meneliti terkait dengan pencarian bantuan psikologis pada dewasa awal.

Pengalaman yang dialami oleh penulis mungkin dapat dijelaskan melalui pernyataan Rickwood dan kawan-kawan (2005), dimana individu terutama dewasa awal cenderung tidak akan mencari bantuan pada profesional terkait dengan gangguan psikologis yang mereka alami. Salah satu penyebab kurangnya intensi tersebut diketahui akibat munculnya label dalam masyarakat mengenai individu dengan permasalahan psikologis. Label ini muncul seiring dengan perkembangan budaya dan keyakinan di masyarakat yang tersebar melalui proses sosialisasi. Label ini pada akhirnya mengubah pandangan dan intensi individu mengenai pencarian bantuan psikologis. Sementara itu menjalani sebuah konseling dianggap sebagai keputusan terakhir yang dilakukan apabila tidak terdapat pilihan lain untuk menghadapi masalah (Hinson, 1999 dalam Fathiyah, 2016).

Faktor lain yang diketahui memengaruhi intensi seseorang untuk tidak mencari bantuan yaitu sikap serta keyakinan terhadap pencarian bantuan psikologis (Rickwood, dkk., 2005). Faktor ini dipengaruhi oleh interaksi antara kognisi, afeksi, dan konasi (Ajzen, 2012). Pada umumnya individu akan terlebih dahulu mencari bantuan secara informal kepada keluarga atau teman sebagai sumber bantuan utama mereka. Namun pada sebagian individu dengan riwayat orangtua bercerai, melakukan interaksi dengan lingkungan sosial bisa jadi suatu hal yang sulit. Keluarga sebagai sumber afeksi utama yang tidak lagi berperan sebagaimana mestinya memengaruhi sikap individu dalam memandang sebuah perilaku baru yang ingin dilakukan.

Lemahnya kompetensi emosi juga dianggap mampu memengaruhi intensi seseorang untuk mencari bantuan psikologis (Clark, dkk., 2018). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dalam tingkatan tertentu kompetensi emosional individu dibutuhkan untuk mencari bantuan atas masalah psikologis yang dialami. Diketahui bahwa penderita kecemasan dan gejala depresi dengan kemampuan emosi yang rendah cenderung kesulitan untuk menggunakan bantuan yang tersedia secara efektif (Baudry, dkk., 2018). Mengingat lemahnya kemampuan emosional yang banyak ditemui pada individu pasca perceraian orangtua, faktor ini penting untuk mempertahankan kontrol perilaku saat mencari bantuan psikologis.

Berdasarkan penjabaran diatas, penulis mencoba meninjau faktor yang dapat memengaruhi intensi dalam mencari bantuan psikologis melalui kajian psikologi kesehatan. Konsep yang penulis gunakan dikenal dengan *Theory Of*

Planned Behavior (TPB). Smith (2008) menyatakan bahwa TPB menyediakan gambaran menyeluruh mengenai apa saja yang memengaruhi intensi seseorang dalam mencari bantuan psikologis. Berdasarkan teori ini ketiga prediktor yaitu sikap individu terhadap perilaku, norma subjektif, dan kontrol perilaku dianggap mampu memengaruhi intensi terhadap penggunaan layanan kesehatan mental (Bohon, dkk., 2016).

Atas dasar itulah penulis ingin mengetahui pengaruh prediktor dari *Theory of Planned Behavior* dalam membentuk intensi mencari bantuan psikologis pada individu yang memiliki riwayat orangtua bercerai. Penulis tertarik untuk mengetahui apakah ketiga faktor yang dikemukakan TPB benar memiliki pengaruh atas intensi individu untuk berperilaku mencari bantuan psikologis. Serta manakah dari faktor-faktor tersebut yang paling berperan dalam memprediksi keinginan individu untuk mencari bantuan. Sehingga nantinya dapat dikembangkan langkah intervensi yang efektif untuk meningkatkan intensi tersebut.

1.2. Identifikasi Masalah

Dalam sebuah perceraian, terdapat gangguan yang terjadi sebelum dan sesudah perceraian. Stigma negatif mengenai perceraian yang berkembang di masyarakat juga memengaruhi persepsi anak mengenai keadaan mereka sebagai anak dari orangtua yang bercerai. Anak yang tidak tinggal dengan kedua orangtua kandungnya dalam satu rumah diketahui memiliki kesehatan mental yang lebih rendah jika dibandingkan dengan anak yang tinggal bersama keluarganya secara lengkap (Bohman, dkk., 2017).

Ketika anak-anak dari keluarga yang bercerai mencapai usia remaja dan dewasa awal, mereka mulai bereaksi terhadap kondisi yang mereka alami (Amato, 2009). Lebih lanjut, Amato (2009) mengungkapkan bahwa pada usia ini individu mulai memutuskan jalan hidup mereka, segala hal yang terkait dengan pendidikan, tempat tinggal, hingga seberapa jauh hubungan yang akan dijalin dengan orangtua. Dengan adanya perceraian segala hal terkait keputusan tersebut akan terkena dampak. Secara tidak langsung individu dewasa awal akan menjalani konsekuensi atas perceraian yang dialami kedua orangtua mereka (Amato, 2009). Akibat dari konsekuensi ini seringkali menimbulkan berbagai masalah lain yang lebih serius.

Individu dalam rentang usia dewasa awal diketahui menjadi kelompok usia yang paling terpengaruh oleh perceraian (Patrick, 2013). Hal ini membuat mereka menjadi salah satu kelompok berisiko terkena masalah kesehatan mental. Individu yang berada dalam kelompok berisiko gangguan mental seringkali tidak menyadari bahwa mereka rentan terkena gangguan. Hal ini dapat menyebabkan lambatnya proses pencarian bantuan saat diperlukan. Terlebih apabila salah satu faktor yang menyebabkan ialah terbatasnya dukungan sosial dari lingkungan terdekat.

Theory of Planned Behavior diketahui dapat menjelaskan bagaimana faktor-faktor psikososial mampu memengaruhi intensi individu terhadap pencarian bantuan psikologis. Dimana dijelaskan bahwa terdapat tiga hal yang memengaruhi intensi individu dalam berperilaku. Ketiga hal tersebut ialah sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioral control*. Dalam beberapa penelitian,

ketiga prediktor tersebut terbukti mampu memprediksi intensi pencarian bantuan psikologis. Seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Mesidor dan Sly (2014) dalam sampel mahasiswa menunjukkan bahwa prediktor TPB mampu memprediksi terbentuknya intensi mencari bantuan psikologis.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Kgathi dan Pheko (2014), ditemukan bahwa sikap terhadap *help-seeking* memiliki hubungan yang positif terhadap pembentukan intensi pencarian bantuan psikologis. Dimana saat sikap individu terhadap pencarian bantuan cukup tinggi, maka intensi untuk melakukan perilaku tersebut akan cenderung tinggi. Selanjutnya, norma subjektif dan *perceived behavioral control* diketahui memiliki hubungan yang negatif dalam pembentukan intensi individu dalam pencarian bantuan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa tingginya norma subjektif dan *perceived behavioral control* pada individu akan menyebabkan rendahnya intensi pencarian bantuan. Namun hasil ini dilaporkan berbeda pada beberapa penelitian.

Banyak studi yang menemukan bahwa TPB telah terbukti mampu menjelaskan perilaku terkait kesehatan dan dianggap efektif memprediksi baik intensi berperilaku maupun perilaku itu sendiri (Schomerus, Matschinger, & Angermeyer, 2009). Lebih lanjut TPB dianggap sebagai sebuah model yang dapat membantu menjelaskan hal-hal yang berkontribusi pada intensi seseorang untuk menggunakan layanan kesehatan mental (Mesidor & Sly, 2014). Hingga saat ini masih banyak penelitian yang menggunakan TPB untuk menjelaskan penggunaan layanan kesehatan mental pada individu. Meski demikian, penggunaannya di Indonesia masih sangat terbatas.

Di Indonesia, TPB lebih banyak digunakan dalam penelitian dengan latar bisnis dan klinis medis. Seperti penggunaannya untuk mengetahui minat pembeli, memprediksi intensi berhenti merokok, penggunaan kondom, donor darah dan lain sebagainya. Sementara itu masih sedikit yang menggunakan TPB sebagai prediktor untuk mengetahui intensi individu untuk berperilaku dalam setting psikologis utamanya kesehatan mental. Terlebih jika melihat kondisi saat ini, kesadaran masyarakat akan pentingnya mencari bantuan atas masalah kesehatan mental yang mereka miliki masih sangat terbatas. Sehingga diperlukan penelusuran lebih lanjut mengenai faktor yang menyebabkan permasalahan tersebut.

1.3. Batasan Masalah

Agar penelitian memperoleh arah pembahasan yang baik sehingga tujuan dari penelitian ini dapat tercapai, maka penulis memberikan batasan pada ruang lingkup permasalahan yang akan dikaji, yaitu:

1. Individu dewasa awal dengan orangtua bercerai

Arnett mengklasifikasikan usia dewasa awal dimulai pada usia 18 sampai dengan 25 tahun (Arnett, 2007). Pada rentang usia ini, terdapat beberapa tugas perkembangan yang harus dilakukan individu agar mencapai tahap perkembangan yang optimal. Dalam rentang usia ini pula terdapat perubahan yang besar bagi individu baik dalam aspek perkembangan fisik, sosial, seksual, identitas, serta tuntutan pendidikan (Rowling, 2006). Dalam penelitian ini individu dalam rentang usia dewasa awal dengan orangtua bercerai menjadi ruang lingkup utama permasalahan.

2. *Help-seeking Intention*

Help-seeking merupakan sebuah konsep yang menjelaskan mengenai perilaku individu yang secara aktif mencari bantuan kepada orang lain (Rickwood, dkk., 2005). Sementara itu *help-seeking intention* adalah intensi atau keinginan individu untuk mencari bantuan psikologis. Dalam hal ini pencarian bantuan yang dimaksud ialah mengenai masalah kesehatan mental yang dialami oleh individu baik kepada psikolog maupun tenaga profesional kesehatan mental lainnya.

3. Sikap terhadap perilaku *help-seeking*

Sikap terhadap perilaku ditunjukkan dengan bagaimana individu memandang perilaku yang akan dituju. Individu secara mandiri mengevaluasi apakah perilaku yang akan dituju baik atau buruk, menyenangkan atau tidak, mudah atau sulit (Ajzen, 2012)

4. Norma subjektif

Norma subjektif mengarah kepada penilaian seseorang mengenai apa yang diyakini oleh orang lain serta bagaimana individu termotivasi dengan pendapat dari orang lain disekitarnya (Ajzen, 1991)

5. *Perceived Behavioral Control*

Perceived Behavioral Control atau kontrol perilaku dijelaskan sebagai bagaimana individu meyakini apakah dirinya mampu melakukan perilaku yang akan dituju (Ajzen, 2012). Hal ini sangat dipengaruhi oleh persepsi masing-masing individu.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah yang diajukan penulis dalam penelitian ini ialah :

“Apakah prediktor dalam model *theory of planned behavior* yaitu, sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan *perceived behavioral control* memiliki pengaruh terhadap intensi mencari bantuan psikologis pada individu dewasa awal dengan orangtua bercerai?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk menguji secara empiris apakah prediktor dalam *theory of planned behavior* yaitu, sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan *perceived behavioral control* memiliki pengaruh terhadap intensi mencari bantuan psikologis pada individu dewasa awal dengan orangtua bercerai.

1.6. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis dan praktis. Adapun manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

- a. Memahami konsep *theory of planned behavior* dalam penggunaannya di bidang psikologi utamanya yang terkait dengan *help-seeking intention*.
- b. Untuk memperkaya pengetahuan dan pemahaman terhadap *help-seeking intention* dan faktor-faktor yang memengaruhi.

1.6.2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan informasi mengenai hal apa saja yang memengaruhi intensi mencari bantuan psikologis bagi subjek penelitian.
- b. Memberi petunjuk bagi para profesional atau praktisi tentang strategi yang baik dilakukan untuk meningkatkan intensi masyarakat dalam mencari bantuan psikologis utamanya pada individu dengan riwayat orangtua bercerai.
- c. Sebagai bahan acuan bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti penelitian sejenis yang akan dilakukan.