

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Bab ini berisi uraian mengenai hal-hal yang mendasari penelitian ini, yaitu latar belakang penelitian, rumusan masalah, dan tujuan penelitian.

### **1.1. Latar Belakang Penelitian**

Keluarga merupakan tempat pertama dan utama yang dimiliki anak ketika lahir di dunia. Keluarga memiliki peranan yang penting untuk remaja dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya. Salah satunya menjalin hubungan sosial karena menjadi wadah yang paling banyak digunakan remaja untuk menghabiskan waktu dalam kehidupannya, dan tempat utama untuk mendapatkan kasih sayang (Anggareni, 2021). Anak tumbuh berkembang dan menghabiskan sebagian besar kehidupan di keluarganya. Keharmonisan dalam keluarga akan memberikan dampak positif pada anak, seperti penyayang, lembut, dan peduli terhadap sesama hingga ia masuk ke masa remaja atau dewasa (Ardilla & Cholid, 2021).

Salah satu fungsi keluarga menurut WHO, yaitu fungsi psikologi, dimana keluarga memberikan rasa aman dan kasih sayang, memberikan perhatian, menumbuhkan perhatian, dan memberikan identitas keluarga. Sejalan dengan kedua fungsi keluarga yang dikemukakan oleh Nuroniyah (2023), yaitu fungsi cinta dan kasih sayang dan fungsi perlindungan. Keluarga menunjukkan cinta kasih lahir dan batin dari hubungan suami-istri, orang tua-anak, dan anak-anak yang ditunjukkan. Lalu, keluarga sebagai rumah untuk memberikan rasa aman, ketenangan, dan kehangatan pada seluruh anggota keluarga.

Tidak dapat dihindari bahwa setiap keluarga pernah mengalami perselisihan, konflik, dan pertengkaran. Dalam beberapa keluarga, hal-hal tersebut menjadi penyebab dari hancurnya rumah tangga, yang berakhir dengan

perceraian (Dewi et al., 2021). Anak akan kurang mendapatkan fungsi keluarga ketika menghadapi keluarga yang bercerai.

*Tabel 1.1 Kasus Perceraian di Indonesia*

No.	Provinsi	Kasus
1	Jawa Barat	102.280
2	Jawa Timur	88.213
3	Jawa Tengah	76.367
4	Sumatera Utara	18.269
5	DKI Jakarta	17.263
6	Banten	16.158
7	Lampung	15.784
8	Sulawesi Selatan	14.612
9	Sumatera Selatan	11.450
10	Riau	10.141

Badan Pusat Statistika mempublikasi jumlah kasus perceraian pada tahun 2023 sebanyak 463.654 kasus perceraian. Dengan Jawa Barat mencatatkan jumlah kasus perceraian tertinggi di Indonesia, yaitu mencapai 102.280 kasus atau setara dengan 22,06% dari total kasus perceraian secara nasional. Berdasarkan data catatan Badan Pusat Statistika, terdapat empat faktor teratas penyebab perceraian pada tahun 2023, yaitu perselisihan dan pertengkaran (251.828 perkara); faktor ekonomi (108.488 perkara); meninggalkan pasangan (34.322 perkara); dan kekerasan dalam rumah tangga (5.174 perkara) (GoodStats, 2024). Perceraian menjadi masalah yang serius karena meninggalkan konsekuensi negatif bagi setiap anggota keluarga, terutama ayah, ibu, dan anak.

Berdasarkan hasil penelitian (Humairah, 2016), dampak negatif yang dialami oleh anggota keluarga adalah masalah ekonomi, kecewa terhadap pasangan, stres, putus komunikasi, permusuhan, marah, dendam, menyalahkan orang tua, kesedihan, perasaan tidak disukai, kehilangan rasa aman dan kehangatan, prestasi menurun, agresif, depresi, dan kesepian. Anak akan mengalami perasaan sedih dan kehilangan ketika menghadapi situasi

perceraian orangtuanya (Hadiani et al., 2017). Mereka akan merasa tertekan dan kesulitan dalam menjalani perubahan yang terjadi dalam keluarga setelah perceraian. Perubahan ini termasuk harus tinggal hanya dengan salah satu orang tua saja, dan konflik yang terus terjadi setelah perceraian. Tentu remaja merasa kesulitan untuk menerima hal tersebut (Yakin, 2014). Selain itu, Sikap anak akan berubah secara spontan, seperti selalu merasa tidak aman dan sulit untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Selain itu, secara psikologis akan membentuk perkembangan kepribadian yang kurang sehat, emosian, hingga tidak punya tanggung jawab (Mamuly & Paunno, 2021). Keluarga yang seharusnya menjadi tempat teraman dan nyaman bagi pertumbuhan yang baik untuk anak dan remaja, pada akhirnya malah menimbulkan situasi yang tidak diinginkan, sehingga menghambat pertumbuhan remaja. Perceraian orang tua pada akhirnya menjadi pengalaman traumatis bagi anak yang dapat menjadi pemicu ide bunuh diri (Mariyati & Dwiastuti, 2023).

Pada studi pendahuluan yang dilakukan oleh Aulia, Yulastri, dan Sasmita (2020) terhadap 20 siswa SMPN 3 Rengat dan 20 siswa SMAN 2 Rengat dihasilkan sebanyak 20% remaja memiliki ide tentang bunuh diri dan sedikitnya sekali memiliki rencana untuk bunuh diri, namun tidak sampai percobaan bunuh diri. Hasil dari wawancara dengan siswa yang memiliki pikiran bunuh diri, diketahui bahwa ide bunuh diri muncul ketika mereka mengalami masalah dengan orang tua, *broken home*, hutang dengan institusi pendidikan, masalah dalam keluarga, teman, atau pacar. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zong (2015) bahwa masalah di rumah (kemiskinan, perceraian, perselisihan, atau kekerasan dalam rumah tangga) menjadi salah satu faktor munculnya ide bunuh diri pada remaja.

WHO (2023) mengemukakan bahwa secara global, bunuh diri menjadi penyebab kematian tertinggi urutan keempat pada kelompok usia 18-29 tahun. Rudd (dalam Febriana, Purwono, & Djunaedi, 2021) menyampaikan *suicidal ideation* sebagai suatu situasi yang mana individu cenderung berfokus pada emosi negatif hingga memiliki keinginan untuk mati sampai pada perencanaan untuk melakukan bunuh diri.

Indonesia sendiri sedang mengalami banyak kasus bunuh diri pada remaja karena perceraian orang tuanya. Beberapa kasus diantaranya, yang pertama terjadi pada tahun 2023 bulan Maret, yaitu salah satu mahasiswa UI yang melakukan tindakan bunuh diri tiga hari sebelum acara wisudanya di apartemen tempat ia tinggal. Diduga yang menjadi motif dari tindakan ini adalah kedua orang tua dari almarhum yang telah bercerai tidak dapat hadir di acara wisudanya. Menurut pernyataan pihak kepolisian, mahasiswa beberapa kali melakukan konseling kepada psikolog sebelum melakukan tindakan bunuh diri. Psikolog tersebut pun menyatakan bahwa adanya masalah psikologis yang dialami oleh mahasiswa (Arbi, 2023). Kasus dengan penyebab yang sama terjadi pada Agustus 2023, yaitu seorang remaja bunuh diri dengan tindakan gantung diri di pelepah pohon kelapa sawit dengan menggunakan tali nilon. Hal itu dilakukan oleh korban dikarenakan mengalami depresi sejak ibu dan ayahnya bercerai dan korban masih sangat berharap orangtuanya masih bisa bersatu kembali. Namun, harapan itu menjadi sirna ketika korban mengetahui bahwa ibunya akan menikah kembali dengan pria lain (Mindrayani, 2023). Kasus di atas memaparkan bahwa perilaku bunuh diri dapat terjadi karena akibat dari emosi negatif yang tidak diatasi.

Bartle-Haring, Rosen, & Stith (dalam Febriana, Purwono, & Djunaedi, 2021) menekankan pentingnya untuk mengembangkan persepsi positif mengenai diri sendiri untuk menurunkan emosi negatif dengan tujuan untuk menghindari pemikiran bunuh diri. Hasil penelitian Crocker dan Canevello (dalam Teleb & Awamleh, 2013) menyatakan bahwa persepsi positif yang dapat diterima adalah *self-compassion*, yang dapat membantu individu membantu remaja untuk memahami dirinya sendiri, menyayangi diri sendiri, tidak menyalahkan situasi, dapat menerima diri sendiri, dan dapat menghadapi kesusahan, seperti stres, depresi, dan tekanan.

Neff (2011) menyatakan bahwa *self-compassion* dapat memberikan kemampuan untuk individu menghadapi penderitaan yang dialami menjadi dengan perasaan damai. *Self-compassion* membantu individu bertahan dalam situasi sulit, memiliki kemampuan meregulasi diri, dan memecahkan masalah dengan cara yang positif (Rahman et al., 2019). Selaras dengan beberapa

penelitian yang ada, bahwa *self-compassion* berkorelasi negatif dengan ide bunuh diri, yang menunjukkan bahwa *self-compassion* menjadi komponen pelindung terhadap perilaku bunuh diri karena *self-compassion* yang dimiliki individu mengakibatkan ide bunuh diri relatif rendah (Febriana, Purwono, & Djunaedi, 2021; Riesta, Winta, & Erlangga, 2024; Suh & Jeong, 2021)

Selain *suicide ideation*, *self-compassion* juga dapat menyebabkan rendahnya gejala depresi. Dalam DSM-IV (APA, 2013) depresi diartikan sebagai keadaan individu mengalami suasana perasaan ekstrem yang meliputi terganggunya kognitif dan fungsi fisik. Penelitian Danisati (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-compassion* dengan depresi pada remaja dari keluarga bercerai, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-compassion* maka semakin rendah tingkat depresi. Depresi juga menjadi prediktor lainnya yang dapat memengaruhi *suicide ideation*. Dalam pedoman DSM-IV (APA, 2013) menyebutkan bahwa pikiran tentang kematian secara terus-menerus, ide bunuh diri berulang tanpa rencana, atau percobaan bunuh diri atau rencana bunuh diri sebagai salah satu dari gejala depresi. Berdasarkan penelitian Febrianti & Husniawati (2021) yang menunjukkan korelasi yang signifikan dan positif antara depresi dengan faktor resiko ide bunuh diri pada remaja di SMPN 20 Jakarta Timur, dengan pola semakin parah tingkat depresi, maka semakin besar peluang munculnya resiko ide bunuh diri. Brooks (dalam Hadianti et al., 2017) menjelaskan bahwa ketika orang tua bercerai, anak akan mengalami depresi. Dampak ini paling banyak dialami oleh remaja dikarenakan mereka memiliki sensitivitas yang tinggi karena kondisi mereka yang naik dan turun secara drastis, mudah bergolak, dan sangat rentan terhadap konflik (Dianovinina, 2018).

Menurut Santrock (2003), terdapat dua model yang menjelaskan bagaimana perceraian memengaruhi gejala depresi pada remaja, yaitu model struktur keluarga dan model faktor berganda. Model struktur keluarga menunjukkan bahwa ketidakhadiran salah satu orang tua memengaruhi remaja karena mereka harus menyesuaikan diri dengan orang tua tunggal. Sedangkan model faktor berganda mempertimbangkan berbagai pengaruh yang berdampak pada remaja, seperti kekuatan dan kelemahan sebelum perceraian,

peristiwa seputar perceraian, tipe orang tua wali dan pola kunjungan, status sosial-ekonomi, dan fungsi keluarga setelah perceraian. Selain itu, berdasarkan penelitian Safitri & Kusumawardhani (2021) ada korelasi antara penurunan kadar hormon serotonin pada cairan serebrospinal dan peningkatan hormon kortisol pada orang yang mengalami depresi, yang kemudian dianggap sebagai indikasi dari ide dan percobaan bunuh diri. Sejalan dengan penelitian Aulia (2016) yang menyatakan bahwa adanya hubungan depresi dengan ide bunuh diri pada remaja.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self-compassion*, *suicide ideation*, dan gejala depresi memiliki keterkaitan. Serta, peneliti belum menemukan penelitian yang membahas ketiga variabel tersebut di Indonesia. Sesuai dengan fenomena yang telah dijelaskan, peneliti bertujuan untuk mengkaji pengaruh *self-compassion* terhadap *suicide ideation* pada remaja dengan orang tua yang bercerai, dan bagaimana gejala depresi berperan sebagai mediator dalam hubungan tersebut. Pentingnya penelitian ini adalah menemukan cara-cara yang dapat membantu remaja mengatasi dampak psikologis negatif perceraian orang tua. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam pengembangan intervensi yang berguna untuk mendukung kesehatan mental remaja akhir dalam keluarga terutama yang bercerai.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan dalam latar belakang di atas, maka terdapat batasan pokok dalam penelitian ini, yaitu apakah terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap *suicide ideation* yang dimediasi oleh gejala depresi pada remaja akhir dengan orang tua bercerai?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi pengaruh *self-compassion* terhadap *suicide ideation* yang dimediasi oleh gejala depresi pada remaja akhir dengan orang tua bercerai.

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu :

##### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini bermanfaat dalam memperkaya kajian penelitian psikologi terutama dalam bidang psikologi klinis tentang depresi pada remaja akhir dengan orang tua bercerai.

##### **1.4.2. Manfaat Praktis**

- a. Memberikan edukasi kepada masyarakat secara umum tentang pengaruh *self-compassion* yang dialami oleh remaja dengan orang tua bercerai.
- b. Bagi remaja, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan saran untuk mengurangi *suicidal ideation* pada remaja dengan orang tua bercerai yang mengalami depresi
- c. Bagi orang tua, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang faktor yang memengaruhi *suicidal ideation* seperti depresi dan faktor yang mengurangi pengaruh dengan *self-compassion*