BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah salah satu masa paling penting yang dilewati oleh Individu. Menurut Hurlock (1991), masa remaja dimulai dari usia tiga belas tahun dan berakhir di usia delapan belas tahun. Masa ini dikenal sebagai masa transisi dimana individu bukanlah lagi seorang anak kecil dan bukan juga seorang dewasa. Sementara itu, berdasarkan Papalia & Feldman (2014), masa remaja juga merupakan perkembangan antara masa anak dan masa dewasa yang mengakibatkan perubahan fisik, kognitif dan psikososial pada diri individu. Menurut Dahl (2004), individu di masa remaja belajar untuk senantiasa memperoleh pengetahuan dan keterampilan agar dapat mengemban peran dan tanggung jawab di masa dewasa. Di masa remaja ini, individu membutuhkan orang dewasa untuk membimbing dan memberikan dukungan.

Salah satu pihak yang memiliki peran paling penting pada remaja adalah orang tua. Peran dukungan orang tua penting karena berpengaruh terhadap perkembangan identitas dan karir remaja (Zammitti et al., 2020). Selain itu, remaja yang puas menerima kasih sayang, perhatian, dan kebutuhan dari orang tua akan mempunyai kepercayaan diri yang baik dan memiliki kepribadian yang dapat menyesuaikan diri (Raza et al., 2008). Remaja yang memiliki orang tua yang terlibat dan berperan aktif juga berkaitan dengan kesejahteraan mental dan fisik yang lebih baik (Baig et al., 2021). Berdasarkan hal-hal tersebut, tidak dapat dipungkiri bahwa peran orang tua sangat berpengaruh terhadap kehidupan remaja.

Sayangnya, tidak semua remaja dapat merasakan peran dan kehadiran orang tua dalam hidup mereka. Hal tersebut salah satunya disebabkan karena kematian orang tua. Terlebih, semenjak adanya pandemik Covid-19, terdapat ribuan orang yang meninggal

karena Covid-19. Dikutip dari laman resmi Covid-19.go.id, jumlah orang yang meninggal karena Covid-19 per 1 April 2022 di Indonesia ada sebanyak 155.089. Provinsi yang melaporkan jumlah terbanyak kematian akibat Covid-19 salah satunya adalah DKI Jakarta. DKI Jakarta mencatat sebanyak 15.139 orang meninggal akibat Covid-19 (Satuan Tugas Penanganan COVID-19, 2022). Dari jumlah tersebut, banyak yang diantaranya merupakan orang tua. Dikutip dari laman CNN Indonesia, Gubernur DKI Jakarta yaitu Anies Baswedan mengatakan bahwa terdapat sekitar 9000 anak di DKI Jakarta yang kehilangan orang tuanya akibat Covid-19 (CNN Indonesia, 2022).

Kehilangan sosok orang tua, baik ayah, ibu atau bahkan keduanya tentu saja berdampak bagi setiap anak termasuk individu yang berada dalam masa remaja. Kehilangan tersebut dapat mengakibatkan munculnya masalah-masalah perilaku, fisik dan psikologis pada remaja (Raza et al., 2008). Feigelman et al., (2017) mengungkapkan bahwa ketika remaja mengalami kematian orang tua, mereka mengalami gejala lebih depresif, berkurangnya *self-esteem*, serta memiliki lebih banyak pikiran dan upaya bunuh diri dibandingkan remaja yang tidak berduka. Remaja yang kehilangan orang tuanya juga menunjukkan kenakalan yang jauh lebih besar dibandingkan dengan remaja yang hidup dalam keluarga yang utuh. Remaja yang kehilangan orang tua juga lebih memungkinkan untuk mendapatkan skors, dikeluarkan dari sekolah serta mengulang kelas.

Tidak hanya itu, kematian orang tua dapat mengganggu penyesuaian intrapersonal dan persepsi hubungan interpersonal sehingga dapat mengakibatkan isolasi dan merampas kebutuhan dukungan remaja pada saat hubungan dengan orang lain (misalnya, teman sebaya, orang tua, guru) sangat penting untuk penyesuaian, kesejahteraan, dan pengembangan identitas dirinya (Servaty & Hayslip, 2001). Menurut penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Brent et al. (2012), individu yang kehilangan orang tua karena kematian mendadak menunjukkan kompetensi yang lebih rendah dalam hubungan teman sebaya, pekerjaan, perencanaan karir, dan aspirasi pendidikan. Hal tersebut terutama dimediasi oleh dampak berduka pada individu, fungsi orang tua dan iklim keluarga.

Setelah meninggalnya orang tua, remaja akan merasakan kehilangan, yang meliputi kehilangan perhatian dan kasih sayang, figur, rasa aman, teman berbagi, keutuhan keluarga, dan merasa kehilangan arah. Semua hal tersebut mengarah pada kesedihan yang mendalam dan kurangnya cinta untuk keluarga yang utuh (Nurhidayati & Chairani, 2014; Wijayanti & Suatin, 2020). Dalam kondisi kehilangan orang tua akibat Covid-19, remaja menghadapi lebih banyak kehilangan, yaitu kehilangan orang yang dicintai, panutan untuk mengatasi dan memberi makna atas kehilangan, kesempatan untuk mengucapkan selamat tinggal, ritual yang lazim dilakukan, dan dukungan sosial (Asgari et al., 2021; Johns et al., 2020). Kondisi yang seperti ini dapat dianggap sebagai pengalaman kehilangan yang traumatis (Testoni et al., 2021).

Johns et al. (2020) menyatakan kematian akibat Covid-19 sering terjadi secara dini, tak terduga, dan mengejutkan. Eismaa et al. (2021) menuturkan bahwa individu yang menghadapi kehilangan akibat Covid-19 mengalami kehilangan sebagai hal yang tidak terduga dan melaporkan dukacita yang lebih parah dibandingkan individu yang berduka karena kematian sebab alami. Mortazavi et al. (2021) mengungkapkan bahwa dalam sebagian besar kasus, kematian akibat Covid-19 terjadi kurang dari sebulan. Semasa sakit, keluarga pun merasa sulit untuk menjenguk dan menemani karena adanya pembatasan fisik. Oleh sebab itu, individu merasa kekurangan kendali atas situasi dan merasa tidak berdaya serta putus asa. Kehilangan yang seperti ini menambah rasa duka bagi individu yang ditinggalkan.

Sejauh ini belum ada penelitian longitudinal yang mengungkapkan mengenai masa dukacita remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19. Meskipun begitu, terdapat penelitian longitudinal mengenai dukacita pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian mendadak. Penelitian oleh Melhem et al. (2011) menemukan bahwa lebih dari setengah (58.8%) remaja melaporkan proses berduka yang lebih cepat dalam setahun. 30,8% remaja menunjukkan dukacita yang berangsur-angsur berkurang dalam 33 bulan, tetapi tetap menunjukkan gangguan fungsional dan risiko tinggi depresi. 10,4% remaja menunjukkan *prolonged grief* yang tinggi dan berkelanjutan hampir 3 tahun setelah kematian orang tua. Perlu diingat bahwa responden penelitian

tersebut kehilangan orang tua sebelum terjadinya Covid-19, yakni karena bunuh diri, cedera yang tidak disengaja, atau meninggal tiba-tiba karena penyebab alami.

Pada situasi kematian akibat Covid-19, terdapat banyak faktor yang dapat mendorong dukacita menjadi lebih berat. Faktor tersebut antara lain penyebaran penyakit yang pesat, ketidakpastian tentang penyakit, kegagalan untuk mengadakan ritual berkabung yang normal, pembatasan upacara pemakaman, upaya untuk menerima kematian, dan ketakutan akan masa depan. Tidak dapat hadir pada saat-saat terakhir dan mengucapkan selamat tinggal pada orang yang dicintai telah meninggalkan derita mendalam dan rasa sakit psikologis bagi individu yang ditinggalkan (Mortazavi et al., 2021).

Johns et al. (2020) mengungkapkan bahwa faktor keadaan selama pandemik Covid-19 serta ditambah kematian akibat Covid-19 yang sering terjadi secara dini dan mengejutkan telah membuat sebagian besar individu yang berduka berisiko mengembangkan *prolonged grief disorder*. Selain itu, Diolaiuti et al. (2021) mengemukakan bahwa individu yang kehilangan orang yang dicintai akibat Covid-19 dalam waktu selanjutnya dapat mempunyai kemungkinan lebih untuk mengembangkan *complicated grief* dan *persistent complex bereavement disorder*. Lebih lanjut, Weinstock et al. (2021) menyatakan bahwa remaja terutama dengan latar belakang kurang beruntung yang berduka akibat Covid-19 mempunyai peningkatan risiko mengalami *complicated grief*.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian besar kematian akibat Covid-19 dianggap sebagai kematian mendadak dan tidak terduga. Sejauh ini belum ada penelitian yang mengungkapkan mengenai masa berduka remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19, tetapi sudah ada yang meneliti mengenai kehilangan orang tua akibat kematian mendadak. Melhem et al. (2011) menemukan bahwa lebih dari setengah remaja pada penelitiannya dapat melaporkan proses berduka yang lebih cepat dalam setahun. Walaupun begitu, penelitian tersebut dilakukan bukan pada situasi Covid-19. Pada kondisi ketika adanya Covid-19, terdapat banyak faktor yang dapat membuat proses berduka individu menjadi lebih sulit.

Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa individu atau remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 mempunyai risiko yang tinggi untuk mengalami proses kedukaan yang lebih berat.

Lebih lanjut, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Asgari et al. (2021), perasaan yang dirasakan remaja setelah kehilangan dan berduka karena kematian orang tua akibat Covid-19 meliputi perasaan kaget dan penyangkalan yang berkepanjangan karena kematian yang tidak dapat diprediksi, rasa bersalah yang berlebihan, kesepian, dan isolasi. Hampir semua remaja yang menjadi subjek penelitian tersebut merasa kekurangan dukungan sosial karena tidak adanya upacara pemakaman sehingga membuat proses kehilangan menjadi lebih sulit. Bukan hanya itu, remaja juga dilaporkan mengalami maladaptasi akademik dan beberapa terlibat dalam perilaku berisiko sebagai efek samping berduka.

Tidak hanya sampai di situ, kematian orang tua juga sering diikuti oleh stresor tambahan dalam sistem keluarga. Hal tersebut dapat mengakibatkan semakin rumitnya proses berduka individu. Remaja yang kehilangan pencari nafkah pada keluarganya akan mengalami kesulitan berduka karena harus menghadapi beban finansial tambahan. Individu yang kehilangan orang tuanya juga sering kali harus bertanggung jawab atas lebih banyak pekerjaan rumah tangga daripada yang biasa mereka lakukan. Kemudian, di samping diri sendiri mengalami kedukaan, individu juga berkemungkinan mengalami beban emosional tambahan yang menghambat proses duka dan kehilangan mereka sehingga membuat proses tersebut semakin rumit dan berkepanjangan (Apelian & Nesteruk, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, dapat dilihat bahwa remaja yang tengah menghadapi tantangan masa perkembangannya, terpaksa turut mengalami peristiwa sulit, yakni kehilangan orang tua di situasi akibat Covid-19. Hal tersebut dapat memberikan dampak yang signifikan pada kehidupan dan kondisi diri remaja. Walaupun begitu, remaja tetap dapat bangkit, memperbaiki kondisinya, dan belajar bertumbuh untuk kehidupan dirinya yang lebih baik. Remaja yang proaktif terlibat dalam proses pertumbuhan diri dapat dilihat sebagai seorang yang memiliki inisiatif pertumbuhan

diri. Menurut Robitschek (1998), inisiatif pertumbuhan diri adalah keterlibatan aktif dan disengaja yang dilakukan individu dalam rangka proses pertumbuhan diri.

Inisiatif pertumbuhan diri penting dimiliki remaja karena membantu individu menyelesaikan tugas perkembangannya (Luyckx & Robitschek, 2014). Terlebih, bagi remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 karena berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi stres dan situasi yang merugikan sebagai tantangan serta peluang untuk pertumbuhan diri (Freitas et al., 2016). Seperti yang sudah dijelaskan, kehilangan keluarga yang dicintai akibat Covid-19 dikaitkan dengan peningkatan tekanan psikologis (Joaquim et al., 2021). Adanya inisiatif pertumbuhan diri pada remaja dapat mengurangi risiko tekanan psikologis (Ayub & Iqbal, 2012). Zaman & Naqvi (2018) turut menuturkan bahwa remaja yang memiliki kecenderungan kuat untuk memulai pertumbuhan diri dapat menghadapi rintangan dan tekanan untuk mencapai kesehatan mental yang lebih baik. Di sisi lain, remaja yang memiliki stres tinggi, tetapi mempunyai inisiatif pertumbuhan diri rendah cenderung mempunyai kesehatan mental yang memburuk.

Robitschek & Keyes (2009) menambahkan bahwa individu yang memiliki inisiatif pertumbuhan diri tinggi lebih mampu menerima diri sendiri, memiliki hubungan yang lebih baik dengan orang lain, melihat lebih banyak tujuan hidup, merasakan lebih banyak kontrol dan penguasaan atas lingkungan mereka, dan memiliki rasa otonomi atau *self-direction* yang lebih besar mengenai kehidupan. Individu tersebut juga memiliki perasaan koneksi yang lebih besar terhadap komunitasnya, lebih banyak pemahaman tentang dunia sosial di sekitarnya, dan rasa kontribusi yang lebih besar untuk komunitas mereka. Selain itu, individu yang memiliki inisiatif pertumbuhan diri yang tinggi merasa lebih bahagia, memiliki kepuasan hidup yang lebih besar, dan secara keseluruhan, memiliki perasaan yang lebih positif. Individu ini lebih sehat secara mental dibandingkan dengan individu yang memiliki inisiatif pertumbuhan diri rendah.

Terkait dengan inisiatif pertumbuhan diri remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta, peneliti melakukan wawancara dengan dua subjek.

Subjek A adalah seorang remaja perempuan berumur 14 tahun yang kehilangan ayah akibat Covid-19 sejak Juli 2021. A menjelaskan bahwa dirinya memiliki keinginan untuk berubah, tetapi belum tahu kapan akan melakukan proses pertumbuhan diri. A juga belum mempunyai rencana untuk pertumbuhan dirinya. Selain itu, A juga merasa belum memanfaatkan bantuan atau sumber daya yang dimiliki untuk berubah dalam proses pertumbuhan diri. A mengakui bahwa dirinya belum maksimal dalam mengambil kesempatan untuk pertumbuhan diri.

Subjek lainnya, B adalah seorang remaja laki-laki berumur 17 tahun yang kehilangan ayah akibat Covid-19 sejak Januari 2021. B menjelaskan bahwa dirinya ingin berubah menjadi lebih baik, tetapi belum mengetahui waktu yang akan dilakukan untuk perubahan diri. Selain itu, B menjelaskan bahwa dirinya sudah mempunyai rencana, tetapi belum yakin dengan rencana yang dibuat. Rencana pertumbuhan diri tersebut juga belum spesifik. B turut mengakui bahwa dirinya belum maksimal dalam memanfaat bantuan dan juga peluang dalam proses pertumbuhan diri.

Dari wawancara yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa kedua subjek remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 ada kemauan untuk bertumbuh, tetapi belum mengetahui kapan akan merealisasikan pertumbuhan diri. Subjek belum mempunyai rencana yang spesifik dan belum memanfaatkan secara maksimal sumber daya eksternal yang dimiliki untuk pertumbuhan diri. Selain itu, subjek juga mengakui belum mengambil peluang pertumbuhan diri secara maksimal sesuai yang dirinya butuhkan. Berdasarkan hal tersebut, dapat terlihat bahwa kedua remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 belum terlibat secara aktif dalam proses pertumbuhan diri. Subjek tersebut masih memiliki inisiatif pertumbuhan diri yang rendah.

Salah satu hal yang diduga mendorong berkembangnya inisiatif pertumbuhan diri adalah resiliensi. Resiliensi didefinisikan sebagai kualitas diri yang dimiliki individu untuk beradaptasi dan berkembang dalam menghadapi kesulitan (Connor & Davidson, 2003). Individu yang resilien mempunyai keyakinan bahwa dirinya memiliki banyak kendali dan tanggung jawab atas apa yang terjadi dalam hidupnya

(Kumpfer, 1999). Hal ini dapat memengaruhi adanya inisiatif pertumbuhan diri pada individu (Robitschek, 1998).

Selain itu, individu yang resilien juga dapat dilihat sebagai seorang yang mempunyai harapan. Individu ini optimis bahwa sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik (Kumpfer, 1999; Reivich & Shatté, 2002). Bonanno (2004) menyatakan bahwa resiliensi membantu individu yang mengalami kehilangan dalam penyesuaian yang sehat. Individu yang resilien dapat mengatasi kehilangan secara efektif dan tidak merasakan *delayed grief*. Tidak hanya itu, individu yang resilien mampu mengelola pengalaman yang sulit sehingga tidak menganggu kemampuan untuk berfungsi (Mancini & Bonanno, 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh Konaszewski et al. (2021) juga mengungkapkan bahwa resiliensi berpengaruh terhadap kesejahteraan mental remaja. Remaja yang memiliki resiliensi lebih tinggi juga dilaporkan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dan lebih terlindungi dari risiko depresi. Dengan demikian, dapat dilihat bahwa resiliensi telah membawa banyak manfaat pada individu.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, kualitas diri yang dimiliki oleh individu resilien akan membantunya beradaptasi dalam melewati kesulitan. Individu tersebut meyakini bahwa dirinya masih memegang kendali dan tanggung jawab atas kehidupannya sehingga berproses dalam pertumbuhan diri untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Individu ini menggunakan aspek kognitif dan perilaku untuk melakukan pertumbuhan diri. Dengan kata lain, individu ini memiliki inisiatif pertumbuhan diri. Berangkat dari hal tersebut, dapat diasumsikan bahwa resiliensi berkemungkinan memiliki pengaruh terhadap inisiatif pertumbuhan diri individu.

Walaupun begitu, belum ada penelitian terdahulu mengenai pengaruh resiliensi terhadap inisiatif pertumbuhan diri. Penelitian sebelumnya hanya mengkaji mengenai hubungan resiliensi dan inisiatif pertumbuhan diri. Penelitian yang dilakukan oleh Sapriina et al. (2020) menemukan bahwa resiliensi memiliki hubungan positif dengan inisiatif pertumbuhan diri. Penelitian oleh Kealy et al. (2021) juga menunjukkan bahwa

terdapat hubungan resiliensi dan inisiatif pertumbuhan diri yang dimediatori oleh gangguan fungsi reflektif.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat diketahui bahwa belum ada penelitian yang membuktikan pengaruh resiliensi terhadap inisiatif pertumbuhan diri, terlebih pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta. Padahal, resiliensi dan inisiatif pertumbuhan diri dapat menjadi aspek positif yang penting bagi individu dalam melewati kesulitan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh resiliensi terhadap inisiatif pertumbuhan diri khususnya pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, identifikasi masalah pada penelitian ini adalah:

1.2.1 Bagaimana gambaran inisiatif pertumbuhan diri pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta?

1.2.2 Bagaimana gambaran resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta?

1.2.3 Apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap inisiatif pertumbuhan diri pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta?

1.2.4 Seberapa besar pengaruh yang diberikan resiliensi terhadap inisiatif pertumbuhan diri pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, batasan masalah pada penelitian ini yakni pengaruh resiliensi terhadap inisiatif pertumbuhan diri pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah "Apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap inisiatif pertumbuhan diri pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta?"

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap inisiatif pertumbuhan diri pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta.

1.6 Manfaat Peneltian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman mengenai resiliensi dan inisiatif pertumbuhan diri serta dapat berkontribusi dalam memberikan sumbangan referensi ilmiah mengenai resiliensi dan inisiatif pertumbuhan diri khususnya pada remaja yang kehilangan orang tua karena Covid-19 di DKI Jakarta.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 *Bagi Remaja yang Kehilangan Orang Tua akibat Covid-19*

Melalui penelitian ini, remaja diharapkan dapat mengetahui pentingnya resiliensi dan inisiatif pertumbuhan diri dalam melewati proses kehilangan orang tua khususnya akibat Covid-19.

1.6.2.2 *Bagi Keluarga*

Penelitian ini dapat berguna sebagai informasi tambahan mengenai pentingnya resiliensi dan inisiatif pertumbuhan diri pada remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 agar saling membantu dalam menghadapi kehilangan dan memberikan dukungan yang cukup.

1.6.2.3 *Bagi Masyarakat*

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan pemahaman mengenai remaja yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 di DKI Jakarta.