

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Menurut Murtiyani (2011), remaja ialah fase transisi individu dari fase kanak-kanak menjadi fase dewasa, dalam masa transisi perkembangan tentu saja bukan hal yang mudah dilalui oleh individu. Fase remaja ini berarti bukan hanya fisik yang mengalami transisi dari fase kanak-kanak menuju fase dewasa, tentu saja psikologis individu juga berkembang. Perkembangan ini menyebabkan banyak perubahan yang terjadi pada diri individu, hal ini menyebabkan beberapa masalah yang harus dihadapi individu pada fase remaja.

Permasalahan yang dihadapi pada fase remaja cukup kompleks dan perilaku yang timbul akan lebih kompleks. Tidak sedikit remaja yang bersikap dan berperilaku negatif seperti melakukan agresi dan pelanggaran aturan dan norma yang berlaku. Tidak hanya itu, salah satu perilaku negatif yang dilakukan remaja yaitu menuai konflik dengan kalangan sebaya atau yang biasa dikenal dengan tawuran (Basri, 2016). Tidak hanya fenomena tawuran, dikalangan remaja terjadi banyak fenomena lainnya seperti kasus kecemasan yang berlebih, depresi, isolasi, dan kesepian (Merrell, 2008). Bahkan kerap terjadi fenomena penggunaan alkohol hingga percobaan bunuh diri yang dilakukan (Scaini dkk., 2018).

Hasil penelitian Center for Reproductive Health dkk (2022) menunjukkan bahwa tingkat kecemasan remaja di Indonesia sebesar 26,7% atau sebanyak 1.514 dari 5.664 sampel, dan untuk gejala depresi sebesar 5,3% atau sebanyak 302 dari 5.664 sampel. Berdasarkan hasil penelitian Yusuf (2023), pada SMAN dan SMKN yang terakreditasi A daerah DKI Jakarta didapati 5% siswa dari jumlah 910 siswa yang menjadi sampel penelitian mempunyai ide untuk melakukan bunuh diri. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa depresi menjadi kasus tertinggi pada Kesehatan mental remaja dengan frekuensi yang meningkat setiap tahunnya dengan rasio 10-20% dalam 10 tahun terakhir. Data yang didapatkan pada tahun 2013

remaja di Indonesia berjumlah 3,4 juta jiwa yang mengalami depresi (Axelta & Abidin, 2022). Komisi Nasional Perlindungan anak (dalam Suherman & Suaidy, 2019) melaporkan adanya 20 kasus anak bunuh diri pada rentang bulan Januari – Juni 2012. Balitbangkes RI (2018; dalam Florensa dkk., 2023) melakukan riset yang menunjukkan bahwa usia remaja menjadi usia yang rentan terhadap kesehatan mental karena dari hasil riset menunjukkan bahwa 6% remaja Indonesia mengalami gangguan emosional.

Masalah-masalah yang timbul pada remaja merupakan bagian dari kesejahteraan mental. Perilaku yang tidak seharusnya muncul dan kontrol emosi yang kurang stabil merupakan suatu masalah yang harus menjadi perhatian lebih. Individu yang kesulitan dalam mengontrol emosi dan perilakunya merupakan wujud dari masalah emosional dan perilaku (*emotional and behavioral difficulties*). Masalah emosional dan perilaku ini memiliki beberapa aspek seperti masalah dalam mengontrol perilaku, masalah dalam mengontrol luapan emosi positif atau negatif, hiperaktif, dan terjadi permasalahan sosial dengan teman sebaya (Rahmadi dkk., 2015). Jika dibiarkan dan tidak mendapat penanganan masalah emosional dan perilaku ini dapat menghambat proses perkembangan intelektual maupun sosial pada remaja. Masalah sosial akan timbul karena individu sulit untuk mengontrol emosi dan perilaku yang ia tunjukkan pada orang lain.

Salah satu permasalahan remaja yang seringkali ditemukan, yaitu terkait masalah emosional dan perilaku (*emotional and behavioral difficulties*) dengan spesifikasi masalah perilaku internal atau disebut juga *internalizing problem*. Menurut Scaini dkk (2018), *internalizing problem* lebih spesifik menggambarkan individu yang mengalami perasaan sedih, perasaan bersalah, merasa khawatir dan cemas, bahkan lebih parah menjurus kepada kondisi depresi. *Internalizing problem* juga dapat diartikan sebagai masalah atau gangguan perilaku pada individu yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis individu tersebut (Madigan dkk., 2013). *Internalizing problem* merupakan gangguan emosi atau perasaan yang sangat berpengaruh pada kondisi psikologis individu (Goodman, 1997).

Masalah emosional dan perilaku pada remaja terbagi menjadi dua, yaitu *internalizing problem* dan *externalizing problem*. *Internalizing problem* berfokus pada gangguan di dalam diri remaja yang menjadi tekanan secara berlebih hingga

mengakibatkan gejala psikologis seperti kecemasan, depresi, penarikan diri dari lingkungan sebaya bahkan hingga melakukan upaya bunuh diri, sedangkan *externalizing problem* merupakan gangguan perilaku yang timbul dan terlihat seperti pelanggaran aturan, konflik dengan teman sebaya, perilaku marah, agresi verbal, dan kenakalan yang dilakukan dengan perilaku (Bakhtiar dkk., 2023). Dengan kata lain *internalizing problem* merupakan tekanan yang dirasakan individu didalam dirinya sendiri dan mampu mempengaruhi kondisi psikologis, sedangkan *externalizing problem* merupakan perilaku agresi yang dimunculkan berupa penolakan, maupun pelanggaran terhadap aturan dan norma yang berlaku di lingkungan sekitar.

Internalizing problem merupakan hal yang sangat mempengaruhi kondisi sosial dan pendidikan individu seperti menarik diri/mengisolasi diri dari orang lain, serta dapat terjadi penyimpangan perilaku remaja ke arah penggunaan alkohol, dan gejala depresi (Scaini dkk., 2018). Individu dengan *internalizing problem* cenderung memiliki kinerja akademik yang lebih buruk dari teman sebayanya yang tidak memiliki *internalizing problem* (Racz dkk., 2017).

Internalizing problem ini juga memiliki faktor risiko yang jarang diperhatikan seperti tingginya tingkat depresi pada remaja yang akan mempengaruhi masa dewasa yang kurang mampu melakukan penyesuaian, kurangnya kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dimiliki, menurunnya hasil dari proses akademik. Bahkan remaja yang mengalami *internalizing problem* sangat memiliki risiko tinggi melakukan percobaan menyakiti diri sendiri sampai percobaan bunuh diri (Georgiou & Symeou, 2018).

Siregar & Harahap (2022) mengatakan masalah perilaku yang kerap terjadi pada remaja tentu berkaitan erat dengan hubungan individu bersama orang yang cukup memberikan pengaruh besar, yaitu orangtua. Kehadiran keluarga, terutama orang tua, sangat penting dalam mendukung segala aspek perkembangan pada individu remaja karena anggota keluarga yang paling dekat dengan anak yaitu orang tua. Peran orang tua juga sebagai penentu dan pengontrol reaksi emosi dan pola pikir individu remaja itu sendiri. Dengan begitu, kehadiran orang tua sangatlah penting dalam segala aspek dan perkembangan individu remaja.

Dalam proses perkembangan remaja tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik, tetapi juga pada aspek kognitif, emosi, moral, religi dan sosial. Perubahan yang dialami individu remaja ini memberikan pengaruh besar terhadap hubungannya dengan orang tua. Pada masa remaja, pandangan individu terhadap orang tua bukan lagi sebagai pemilih kontrol yang dianggap serba tahu (Issom, 2019). Pada masa remaja ini juga ada perubahan hubungan dengan orang tua, yang pada mulanya individu sangat dekat dengan orang tua justru pada fase ini individu mulai menjauh atau melepaskan diri dari orang tua dan lebih mendekat kepada teman sebaya mereka (*peer*) (Marwoko, 2019). Selain itu, emosional individu remaja cenderung tidak stabil, bahkan ketegangan emosi relatif meningkat. Hal ini dikarenakan perasaan remaja yang sensitif dan reaktif, sehingga emosi yang ditunjukkan cenderung negatif dan tempramen. Kondisi ini terkadang juga menjadi pemicu konflik dengan orang tua, terutama ketika remaja merasa dirinya cukup dewasa dan tidak perlu dinasihati oleh orang tua mereka (Issom, 2019).

Di Indonesia, fenomena perkembangan anak dan remaja yang dikaitkan dengan relasi orang tua banyak terjadi, salah satunya fenomena ketidakhadiran orang tua. Sebagai negara yang umumnya menganut prinsip patriarki, fenomena ketidakhadiran orang tua di Indonesia paling menonjol menyoal sosok ayah. Fenomena *fatherless* atau hilangnya sosok ayah umum terjadi di Indonesia dan bahkan di beberapa belahan dunia lainnya (Ashari, 2017).

Menurut Asy'ari & Ariyanto (2019), peran ayah di Indonesia masih minim dikarenakan durasi komunikasi ayah dengan anak rata-rata hanya dibawah 2 jam per hari. *Fatherless* ini juga terjadi karena di Indonesia masih meyakini bahwa kewajiban ayah hanya memenuhi nafkah dan kebutuhan anak, peran pengasuhan seluruhnya diserahkan kepada ibu (Yuliana dkk., 2023). Menurut Salsabila dkk (2020), minimnya peran ayah dalam pengasuhan dapat menimbulkan perasaan marah, merasa sepi, cemburu, merasa sedih, merasa kehilangan, dan rendahnya harga diri serta kontrol diri yang rendah pada individu remaja. Aini (2019) juga mengatakan kurangnya kehadiran ayah dalam pengasuhan dapat mengakibatkan minimnya kontrol diri pada remaja. Dengan begitu kehadiran ayah pada kehidupan individu remaja sangat berpengaruh dan diharapkan tidak hanya sebagai pemenuh kebutuhan finansial namun dalam aspek lainnya. Dari fenomena yang terjadi dapat

disimpulkan bahwa keterlibatan ayah sangat penting. Pengaruh keterlibatan ayah dalam pengasuhan sangat berperan besar (Abri Joni Harahap, 2022). Keterlibatan ayah atau yang biasa dikenal dengan *father involvement*.

Father Involvement ialah kehadiran dan pendampingan seorang ayah terhadap kehidupan anaknya (Finley & Schwartz, 2004). *Father involvement* juga merupakan salah satu bentuk dari mendidik seorang anak. Dalam proses perkembangan *father involvement* memegang peranan yang sangat penting (Vanchugova dkk., 2022). *Father involvement* dimaknai sebagai peran dan kehadiran seorang ayah dalam segala aspek kehidupan anaknya, yang mana ayah tidak hanya hadir di sekitar anaknya tapi juga turut berpartisipasi dalam membimbing dan membentuk karakter anak.

Father involvement menjadi salah satu faktor protektif dalam risiko terjadinya permasalahan pada anak (Goncy & Dulmen, 2010). Menurut Vanchugova dkk (2022), dalam penelitiannya menyebutkan bahwa keterlibatan ayah atau *father involvement* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku berisiko yang dapat dilakukan oleh individu remaja. Kesejahteraan psikologis remaja juga salah satu aspek yang mendapatkan pengaruh dari keterlibatan ayah dalam kehidupan remaja (Fajrianti, 2015). Selain itu, keterlibatan ayah juga dapat mempengaruhi konsep diri yang dimiliki oleh individu remaja (Isnaini dkk., 2021).

Kurangnya peran dan hubungan yang baik dengan ayah dapat meningkatkan permasalahan pada remaja salah satunya *internalizing problem* (Luijten dkk., 2021). Keterlibatan ayah tidak hanya dengan memberikan kebutuhan finansial melainkan termasuk menjalin komunikasi yang baik, komunikasi yang terjalin baik antara ayah dengan individu remaja dapat mengurangi masalah internalisasi pada remaja (*internalizing problem*) (Sawitri dkk., 2024). Selain itu, Eremie dkk (2019), juga membuktikan dalam penelitiannya bahwa peran orang tua termasuk ayah menjadi kontrol bagi perilaku kenakalan pada remaja yang salah satu aspeknya adalah *internalizing problem*.

Father involvement atau keterlibatan ayah tidak hanya menasar pada pemenuhan finansial melainkan diberbagai aspek kehidupan seperti perkembangan sosial, perkembangan spiritual, kegiatan yang dilakukan bersama, perkembangan etika, perkembangan moral, mengajarkan kedisiplinan, perkembangan kompetensi,

perkembangan intelektual, memberikan arahan dalam nasihat, dan perkembangan emosional (Finley & Schwartz, 2004). Pada paparan beberapa penelitian ini dapat dilihat bahwa peran keterlibatan ayah sangat penting dalam kehidupan individu remaja, jika keterlibatan ayah dalam semua aspek dapat terpenuhi maka komunikasi ayah terhadap individu remaja terjalin dengan baik, perhatian yang diberikan ayah kepada individu remaja cukup, pemenuhan kebutuhan finansial maupun non-finansial cukup, dan kehadiran ayah pada semua momen individu remaja yang cukup maka individu remaja cenderung tidak memiliki rasa kesepian dan mengalami *internalizing problem*. Terpenuhinya kebutuhan psikologis dapat mencegah dan mengurangi terjadinya penyimpangan-penyimpangan negatif berisiko yang dilakukan oleh individu remaja seperti *emotional symptoms* dan *peer relationship* yang merupakan aspek *internalizing problem*.

Masa remaja merupakan masa dimana individu merasa sudah dapat menjalani kehidupannya tanpa harus dibimbing oleh orang tua mereka. Remaja sudah memiliki rasa kemandirian dalam menentukan suatu hal yang akan dijalannya. Pada fase ini peran teman sebaya sangatlah kuat karena remaja memilih lebih dekat dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua mereka (Issom, 2019). Umumnya, individu remaja kerap mengalami konflik dengan orang tua karena merasa tidak lagi perlu untuk dibimbing. Namun begitu, penelitian terdahulu menemukan pentingnya keterlibatan ayah dalam perkembangan remaja. Artinya, peran keterlibatan ayah tetap penting bagi anaknya sekalipun relasi anak dan orang tua sudah semakin jauh saat memasuki masa remaja.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh *Father Involvement* terhadap *Internalizing Problem* Remaja Sekolah Menengah Atas/ sederajat di Jabodetabek”. Judul ini diambil dikarenakan peneliti merasa fenomena ini perlu mendapat perhatian lebih untuk meningkatkan kualitas karakter dan psikologis remaja di Jabodetabek.

1.2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dipaparkan maka dapat diidentifikasi masalah yang timbul sebagai berikut:

- a) Banyak ditemukan kasus depresi, kesepian, kecemasan pada remaja, yang mengindikasikan adanya *internalizing problem*.
- b) Kurangnya keterlibatan ayah dalam kehidupan individu remaja.
- c) Meskipun relasi orang tua, terutama ayah dengan anak remajanya semakin melemah saat remaja, tetapi peran ayah tetap penting pada perkembangan anak.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi yang telah ditentukan maka peneliti akan membatasi permasalahan yang akan diteliti karena mengingat waktu dan kemampuan peneliti yang terbatas. Permasalahan akan dibatasi pada penelitian “Pengaruh *Father Involvement* Terhadap *Internalizing Problem* Remaja di Sekolah Menengah Atas/ sederajat di Jabodetabek.”

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada maka peneliti merumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu “Apakah terdapat pengaruh antara *father involvement* terhadap *internalizing problem* remaja di Sekolah Menengah Atas/ sederajat di Jabodetabek?”

1.5. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah ditentukan, peneliti menyimpulkan tujuan penelitian ini yaitu untuk membuktikan adanya pengaruh *father involvement* terhadap *internalizing problem* remaja di Sekolah Menengah Atas/ sederajat.

1.6. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini penulis berharap hasil yang didapatkan bisa memberikan manfaat untuk berbagai pihak terkait. Manfaat tersebut sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan pengembangan terhadap pencegahan dan penanganan fenomena *internalizing problem* pada individu remaja. Serta dapat menjadi kontribusi yang positif dibidang ilmu psikologi mengenai *father involvement* dan *internalizing problem* pada remaja.

1.6.2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan penentuan intervensi yang harus diberikan untuk meningkatkan keterlibatan ayah diberbagai aspek dalam kehidupan individu remaja.

