

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja akhir merupakan tahap perkembangan yang berada pada rentang usia sekitar 18-22 tahun dan menandai transisi individu menuju masa dewasa awal. Santrock menyatakan bahwa periode ini ditandai oleh perkembangan identitas diri yang semakin stabil, peningkatan kemandirian emosional, serta kemampuan berpikir reflektif dan abstrak yang lebih matang (Santrock, 2018; Santrock, 2019). Pada tahap ini, individu mulai mengevaluasi pengalaman hidup secara mendalam dan membentuk pandangan jangka panjang mengenai diri serta masa depan.

Meskipun remaja akhir terkadang masih rentan secara emosional, kelompok ini telah menunjukkan kemampuan kognitif yang lebih matang. Kondisi ini berkaitan dengan fase transisi yang mereka alami, di mana individu masih aktif membangun identitas diri, kemandirian emosional, dan pola relasi interpersonal yang lebih dewasa (Santrock, 2018). Kerentanan pada tahap ini tidak hanya berkaitan dengan ketergantungan, tetapi juga dengan proses pemaknaan diri dan perkembangan hubungan sosial.

Kualitas hubungan keluarga, khususnya antara orang tua dan remaja, berperan penting dalam perkembangan psikologis pada tahap ini. Steinberg (2001) menyatakan bahwa hubungan yang dipenuhi konflik dan minim kehangatan emosional dapat meningkatkan risiko gangguan emosi dan perilaku bermasalah pada remaja. Remaja yang mengalami kekerasan emosional dalam keluarga cenderung menunjukkan respons psikologis negatif, seperti penarikan diri dari lingkungan sosial, kesulitan mempercayai orang lain, dan ketidakstabilan emosi yang berdampak pada kehidupan akademik serta sosial (Humphreys et al., 2020; Steinberg, 2004). Norman et al. (2012) juga mengungkapkan bahwa pengalaman kekerasan emosional dalam keluarga berkaitan dengan rendahnya harga diri, gangguan kecemasan, dan kesulitan membangun hubungan interpersonal yang sehat hingga masa dewasa.

Kekerasan emosional dalam keluarga merupakan bentuk kekerasan yang sering kali tidak tampak secara fisik, tetapi memberikan dampak signifikan

terhadap kesejahteraan psikologis individu (Spinazzola et al., 2014). Kekerasan ini dapat berupa tindakan merendahkan, mengabaikan, mengontrol secara berlebihan, serta tekanan psikologis yang terjadi secara berulang dalam relasi yang dekat. Meskipun tidak meninggalkan luka fisik, kekerasan emosional memiliki dampak jangka panjang terhadap kualitas hidup dan kemampuan individu dalam menjalin hubungan interpersonal yang sehat (Humphreys et al., 2020; American Psychological Association, 2020).

Menurut Peraturan Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Permen PPPA) No. 2 Tahun 2022 tentang Prosedur Layanan Perlindungan Khusus Bagi Anak, kekerasan emosional didefinisikan sebagai tindakan yang menyebabkan gangguan emosional atau psikologis yang dilakukan oleh orang dewasa terhadap anak melalui ucapan, sikap, dan perilaku yang tidak mendukung perkembangan emosional anak. Bentuk kekerasan ini meliputi pelecehan verbal, penolakan, pengabaian, intimidasi, serta kontrol yang berlebihan dan tidak konsisten. Karena sifatnya yang sering kali tersembunyi dan dinormalisasi dalam relasi keluarga, kekerasan emosional kerap sulit dikenali oleh lingkungan sekitar.

Kekerasan dalam rumah tangga terhadap anak dan remaja di Indonesia masih menjadi permasalahan serius. Data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA, 2023) menunjukkan bahwa jumlah laporan kasus kekerasan dalam rumah tangga meningkat sebesar 32,15% antara tahun 2019 hingga 2023, dari 11.783 menjadi 17.366 kasus. UNICEF (2022) melaporkan bahwa sekitar 42% anak dan remaja di Indonesia pernah mengalami kekerasan emosional dari orang tua atau pengasuh, seperti ancaman, hinaan, atau perlakuan merendahkan. Penelitian oleh Dhamayanti et al. (2020) juga menegaskan bahwa kekerasan terhadap anak, termasuk kekerasan emosional, berkorelasi dengan meningkatnya risiko depresi dan gangguan psikologis pada remaja Indonesia.

Penelitian menunjukkan bahwa kekerasan emosional berkaitan dengan peningkatan risiko gangguan psikologis, seperti depresi, kecemasan, trauma berkepanjangan, dan gangguan stres pascatrauma (PTSD) pada kasus yang berat (Santrock, 2018; American Psychological Association, 2020; Nelson et al., 2017). Namun, dampak psikologis akibat kekerasan emosional tidak selalu muncul secara seragam pada setiap individu.

Literatur psikologi menunjukkan bahwa sebagian individu dapat mengembangkan perubahan psikologis positif setelah menghadapi pengalaman traumatis. Fenomena ini dikenal sebagai Post-Traumatic Growth (PTG), yaitu pertumbuhan psikologis yang terjadi sebagai hasil dari perjuangan individu menghadapi peristiwa traumatis yang sangat menekan (Tedeschi & Calhoun, 2004). PTG mencakup perubahan positif dalam berbagai aspek kehidupan, seperti peningkatan kualitas hubungan interpersonal, kesadaran akan makna hidup, kekuatan pribadi, perubahan spiritual, dan munculnya peluang hidup baru.

Perkembangan kemampuan berpikir reflektif dan abstrak pada remaja akhir memungkinkan individu untuk mengevaluasi dan memaknai kembali pengalaman emosional yang dialami. Pada tahap ini, proses pemaknaan dan pertumbuhan psikologis setelah trauma menjadi lebih mungkin terjadi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial dan lingkungan yang suportif berperan penting dalam adaptasi psikologis pascatrauma (Sarason et al., 1983; Calhoun et al., 2020). Dalam relasi keluarga jangka panjang, proses PTG juga dapat berkaitan dengan perubahan cara individu memaknai pengalaman relasional dengan orang tua, meskipun perubahan ini merupakan proses pemaknaan subjektif, bukan perbaikan hubungan secara kausal.

Meskipun penelitian mengenai PTG telah banyak dilakukan, sebagian besar studi berfokus pada hubungan antara PTG dan faktor-faktor prediktor tertentu. Penelitian yang secara khusus menggambarkan kondisi dan tingkat Post-Traumatic Growth pada remaja akhir yang mengalami kekerasan emosional dalam keluarga masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif untuk memberikan gambaran mengenai tingkat dan aspek-aspek PTG pada remaja akhir yang pernah mengalami kekerasan emosional dalam keluarga berdasarkan data empiris.

Penelitian ini berfokus pada pentingnya memahami PTG pada remaja akhir yang mengalami kekerasan emosional dalam keluarga. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi praktisi psikologi, pendidik, dan orang tua dalam memahami mekanisme pemulihan psikologis remaja yang pernah mengalami kekerasan emosional, sehingga intervensi yang dirancang dapat lebih efektif dalam mendukung kesejahteraan mental mereka.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi, yaitu:

1. Bagaimana gambaran tingkat dan dimensi *Post-Traumatic Growth* (PTG) pada remaja akhir yang pernah mengalami kekerasan emosional dalam keluarga?
2. Gambaran kondisi sosial, emosional, dan psikologis remaja akhir yang mengalami kekerasan emosional.
3. Fenomena *Post-Traumatic Growth* (PTG) sebagai bentuk pemulihan psikologis setelah mengalami kekerasan emosional dalam keluarga.
4. Aspek-aspek yang menyertai pengalaman *Post-Traumatic Growth* pada remaja akhir yang mengalami kekerasan emosional.

1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah, pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya berfokus pada remaja akhir (18-22 tahun) yang pernah mengalami kekerasan emosional dalam keluarga.
2. Penelitian ini berfokus pada gambaran *Post-Traumatic Growth* (PTG) pada subjek penelitian.
3. Penelitian ini tidak membahas bentuk kekerasan lain seperti kekerasan fisik, seksual, atau ekonomi dalam keluarga.
4. Responden mengalami kekerasan emosional di usia 6-12 tahun.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, penelitian ini berusaha menggambarkan *Post-Traumatic Growth* (PTG) pada remaja akhir yang pernah mengalami kekerasan emosional dalam keluarga.

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat dan dimensi Post-Traumatic Growth (PTG) pada remaja akhir yang pernah mengalami kekerasan emosional dalam keluarga berdasarkan data empiris.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoretis

Menambah literatur mengenai PTG dalam hal remaja akhir korban kekerasan emosional dan pemahaman tentang faktor-faktor pemulihan psikologis.

1.6.2. Manfaat Praktis

Memberikan wawasan dan gambaran bagi praktisi psikologi, pendidik, orang tua, dan remaja tentang strategi pemulihan dan pengembangan PTG.

