

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Panti asuhan di Indonesia memiliki pertumbuhan yang cukup dinamis saat ini, hal ini sebagai upaya dalam membangun kembali masa depan anak (Haryanti et al., 2016). Menurut informasi dari departemen Kementerian Sosial Indonesia pada tahun 2008 memaparkan bahwa 5000 hingga 8000 anak hidup di panti asuhan Indonesia sehingga dikatakan sebagai panti asuhan dengan jumlah terbanyak yang ada di dunia (Wahyuningrum & Tobing, 2013). Panti Asuhan menurut Soetarso (1985) adalah tempat perlindungan yang berfungsi sebagai alternatif dalam menggantikan peranan keluarga untuk mencukupi kebutuhan pokok anak. Panti asuhan digunakan untuk melayani anak terlantar yang diharapkan dapat mengambil alih peranan keluarga sebagai informasi riset kesejahteraan sosial, penuhi hak-hak dasar anak. Anak memiliki beberapa hak, diantaranya hak dalam mendapatkan pembelajaran, tempat untuk bertahan hidup, kesehatan, mendapat kasih sayang dan tempat untuk dilindungi (Aminatun & Chulaifah, 2015).

Riset yang dilakukan oleh Kementerian Sosial serta UNICEF “*Save The Children*” menunjukkan 94% yang hidup di Panti Asuhan bukan hanya yang tidak memiliki orang tuanya saja, tetapi ada juga yang dari keluarga dengan tingkat ekonomi yang kurang mampu. Hal ini dapat dilihat bahwa anak yang berada di panti asuhan hanya 6% saja yang tidak memiliki orang tua (Hartati & Respati, 2012). Mayoritas anak-anak tinggal di Panti Asuhan karena masalah ekonomi serta masalah sosial lainnya dengan tujuan agar anak-anak memperoleh pembelajaran. Secara universal, mayoritas Panti Asuhan tidak hanya memberikan pengasuhan, namun juga memberikan fasilitas akses pembelajaran serta menyediakan kebutuhan yang dalam wujud fisik (Wahyuningrum & Tobing, 2013). Anak dengan usia 6 sampai 18 tahun merupakan anak-anak yang tinggal di panti asuhan. Pada masa remaja, biasanya merupakan batas maksimal untuk

menghuni Panti Asuhan, sehingga, anak – anak yang memasuki masa remaja dituntut untuk lebih mandiri dalam menghadapi dunia luar.

Jumlah remaja terus mengalami peningkatan seiring dengan kenaikan jumlah penduduk dunia. *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2017 sebesar 8% dari populasi remaja yang ada di dunia, yaitu sekitar 1,2 juta memiliki umur 10-19 tahun. Badan pusat Statistik (2018) juga menyebutkan bahwa 2,5% dari jumlah 22.233.393 jiwa remaja berusia 15-20 tahun berada di Panti Asuhan. Hal ini menggambarkan bahwa jumlah remaja yang tinggal di Panti Asuhan terus bertambah setiap tahunnya (Febristi, 2020).

Masa remaja merupakan persiapan menuju kedewasaan dimana siklus pertumbuhannya berada di tahap yang kritis. Remaja di panti asuhan biasanya dengan umur 12-18 tahun. Hal ini selaras dengan pendapat Hurlock (1991) bahwa awal dari masa remaja yaitu 12-6 tahun, sedangkan akhir dari masa remaja yaitu 17-18 tahun secara hukum. Masa pertumbuhan ini rawan timbul adanya konflik dengan dirinya sendiri maupun dengan lingkungannya. Dampak negatif dalam pertumbuhan remaja akan muncul apabila dirinya tidak dapat menyelesaikan konflik dengan baik, misalnya permasalahan mental emosional (Haryanti et al., 2016). Masa remaja sendiri merupakan puncak perkembangan pergolakan emosi yang timbul saat berada di lingkungan tempat tinggal, keluarga, sahabat sebaya, sekolah, serta kegiatan yang dikerjakan di kehidupan sehari-hari. Apabila remaja menjalani peran dengan metode yang sehat, maka dapat membawa pada jalur hidup yang positif, sehingga mereka akan memperoleh gambaran diri yang positif (Ismiradewi, 2019).

Sejak manusia lahir, setiap individu memiliki keterampilan untuk merasakan berbagai pola emosi. Keterampilan emosi akan terus berkembang seiring dengan proses belajar pendewasaan individu melalui pemahaman dan relasi dengan orang lain (Nadhiroh, 2015). Setiap tahun remaja mengalami keadaan emosi yang ditandai dengan emosi yang kurang stabil, serta penuh gejolak sehingga suasana hati dapat berubah dengan cepat (Nurfitria & Machsunah, 2019).

Pada masa remaja, remaja akan dihadapkan dengan bermacam tugas perkembangan yang wajib dipahami serta dituntaskan guna menggapai keberhasilan perkembangan pada masa selanjutnya (Firman, 2018). Remaja dituntut sanggup menyesuaikan emosi diri dengan posisi barunya tersebut dengan berbagai macam perubahan yang terjadi (Adiningtiyas, 2015). Peduli terhadap emosi artinya peduli dalam mengendalikan atensi diri sendiri dengan segala perubahan yang ada pada hal yang produktif dan konstruktif. Apabila emosi terabaikan maka perubahan yang terjadi tidak dapat direalisasikan dengan efektif, jadi emosi akan memberikan umpan balik bila dikendalikan atau dikelola dengan baik (Gusniwati, 2015). Tipe emosi yang secara wajar dirasakan remaja merupakan kasih sayang, gembira, khawatir, rasa marah serta permusuhan adalah indikasi emosional yang berarti diantara emosi-emosi yang menonjol dalam pertumbuhan karakter remaja (Firman, 2018).

Sejalan dengan usia remaja, emosi yang dirasakan individu pun akan terus mengembangkan diri. Keterampilan dalam memahami dan mengendalikan atensi emosi merupakan hal yang sewajarnya ada pada setiap remaja, namun tidak semua individu mampu mengekspresikan dalam pemrosesan, penyesuaian dan verbalisasi dalam memberikan respon emosi yang tepat. Kesulitan untuk mengidentifikasi emosi, menggambarkan emosi yang individu rasakan yang akan berpengaruh dalam perkembangan psikologis seseorang sehingga akan mengalami kebingungan dalam memberikan reaksi emosi terhadap peristiwa yang individu alami dalam hidup yang sering disebut dengan *alexithymia* (A Puşcaşu et al., 2016). P.E Sifneos (1993) mengemukakan bahwa *alexithymia* adalah ketidakmampuan untuk memilih kata-kata yang jelas dan tepat dalam menggambarkan perasaan.

Alexithymia digambarkan sebagai *trait* kepribadian yang biasanya terdistribusi dalam masyarakat. Terdapat bukti yang menyakinkan bahwa peristiwa yang menimbulkan stress dapat meningkatkan kecenderungan *alexithymia* (Schimmenti et al., 2015). Kondisi aktivitas yang ekstrim memiliki kaitan dengan emosi, individu terlihat tidak peka terhadap lingkungan sekitar. Individu yang mengalami kecenderungan *Alexithymia* memiliki kemampuan

terbatas untuk mengidentifikasi perasaan individu sendiri serta emosi orang lain, tidak dapat mengatur emosi dengan benar dalam konteks interpersonal (Mei et al., 2018). *Alexithymia* saat ini dikonseptualisasikan sebagai sekelompok sifat kognitif yang meliputi defisit serta ketidakmampuan atau permasalahan dalam proses emosional berupa keterbatasan dalam menggambarkan emosi yang ada pada individu. *Alexithymia* tidak diklasifikasikan sebagai gangguan mental pada DSM-5 (Ricciardi et al., 2015).

Beberapa penelitian juga mengeksplorasi tentang *Alexithymia* di kalangan remaja karena implikasinya dalam pengembangan keterampilan dalam bersosialisasi rendah dan masa transisi pada masa remaja itu sendiri (Puşcaşu & Usaci, 2016). Remaja laki-laki dan perempuan mengalami *Alexithymia* dengan tingkat jumlah yang sama, tetapi ada beberapa bukti bahwa *Alexithymia* lebih sering pada laki-laki, sementara ada yang menunjukkan bahwa prevalensi *alexithymia* di kalangan perempuan adalah 10 % dan 29% serta di kalangan laki-laki 2% dan 18% (Ricciardi et al., 2015), disisi lain terdapat penelitian yang memperlihatkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan berdasarkan jenis kelamin (Puşcaşu & Usaci, 2016). Prevalensi *Alexithymia* pada populasi umum adalah sekitar 10% (Ricciardi et al., 2015). Tingkat tinggi *Alexithymia* sekitar (40%-60%) diberitahukan diantara pasien dengan gangguan psikosomatis (Tompaidis, 2006), dan gangguan kesehatan mental seperti gangguan kecemasan dengan prevalensi 13%-58% (Parker et al., 1993), gangguan depresi 32%-51% (Saarijärvi et al., 2001), gangguan makan 24%-77% (De Zwaan et al., 1995), gangguan adiktif 30%-50% (Evren et al., 2008), obsesif-kompulsif 11%-36% (Joergen et al., 2006), serta gangguan spectrum autism 40%-60% (Berthoz & Hill, 2005).

Individu yang tinggal di panti asuhan akan menjalani kegiatan dengan berbagai masalah yang harus dihadapinya (Zuraida et al., 2018). Rohmat (2010) menyatakan bahwa masalah yang sering muncul pada remaja yang hidup di panti asuhan dalam perkembangan emosionalnya yaitu indikasi emosional negatif yang tidak seimbang dan berlebihan. Remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung mengubah perilaku menjadi inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa,

penuh dengan ketakutan dan kecemasan, sehingga remaja akan sulit menjalin hubungan sosial dengan orang lain (Febristi, 2020). Selaras dengan penelitian Hartini (2001) mengatakan bahwa adanya hambatan perkembangan psikologis dan sosial anak panti asuhan yaitu anak asuh cenderung kurang mampu dalam hubungan sosial dengan orang lain. Emosional negatif tersebut adalah adanya perasaan khawatir, minder, takut, dan dapat menimbulkan sikap kesedihan yang berlebihan (Diah, 2018).

Permasalahan psikologis yang dialami remaja di panti asuhan adalah memiliki kesulitan dalam menyampaikan pikiran dan perasaan, kesulitan dalam mengekspresikan diri (Wijaya et al., 2020). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa prevalensi yang tinggi terhadap berbagai resiko hambatan emosional akan dialami oleh remaja panti asuhan. Permasalahan dari remaja panti asuhan lainnya adalah individu kurang mampu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi (Ismiradewi, 2019). Apabila remaja panti asuhan memiliki kecerdasan emosi yang baik, maka permasalahan tidak akan terjadi pada remaja tersebut (Illahi, 2013).

Remaja panti asuhan seharusnya mampu dalam berinteraksi menyampaikan emosi dengan baik, namun pada kenyataannya beberapa remaja panti asuhan mengalami problem emosional. Selaras dengan hasil wawancara dengan beberapa remaja yang tinggal di Panti Asuhan daerah Kota Tegal, pemahaman kecerdasan emosi tersebut tergambar dalam hasil wawancara Subjek AR, seorang pelajar laki-laki SMA berusia 18 tahun yang tinggal di PA Muhammadiyah yang menyatakan bahwa

“Kalau di panti sendiri aku ya cenderung pendiam terus ya biasanya menyendiri sih, cerita si cerita sama teman dekat tapi kadang jaranglah. Cuman pas sendirian gitu teman tau maksudnya kalau aku lagi emosi. Kenapa lebih dekat sama teman soalnya udah terbiasa bareng gitu yah jadi kalo ada masalah sama teman. semisal teman ada masalah ya mencoba samperin tanya kenapa. Kalau biar emosine enak si kadang dengerin motivasi-motivasi gitu di youtube, kadang juga dengerin orang ngaji. Pas ada masalah mencoba menyelesaikan sendiri dulu. Di panti sendiri kadang kangen sama orang tua soalnya jauh jadinya pulang lebaran setahun sekali itu juga cuman seminggu atau tiga harine pulang cuman kadang telponan gitu cerita biasalah sama kegiatan disini.(AR, 20 Nov 2020)”

“Kalau interaksi pas lagi ada masalah ya gitu yaudahlah gak usah ngomong, ya pancing dulu baru bisa ngomong. Kalau lagi posisi perasaan marah ya kadang menyendiri, kadang pelampiasanya main game. dan pas ada masalah baru ditanggapin dulu, diliat cari solusine tapi misal udah terlalu banyak ya curhat sama teman kadang sama teman lawan jenis gitu dan dengan cara ngaji ya wes sadar diri jadi bisa buat ambil keputusan enak. Kalau ada teman yang gak suka sama saya cuman biarin aja nanti juga balik lagi. Pengurus dipanti sendiri dekatnya pas awal-awal aja soalnya enak diajak ngobrol sekarang udah engga tapi setelah tahu kelakuan buruknya ya langsung bener-bener dipantau artinya selalu mencondongkan kesalahan. Cuman sekiranya saya kalau dipanti hanya menekankan sebuah aturan jadi perasaan anak itu tertekan, kalau dibilang ketat engga cuman yang membuat orang bosan itu aturan diperketat tapi gak ada kayak care-care an antar pengurus sama anak.”(MRNA laki laki berusia 18 tahun, 27 Nov 2020)

“Pengalaman di panti ya pas senang si kadang kumpul bareng temen-temen lalu pengurusnya juga, pad kadang dipanti ada acara nonton bareng jadi bisa bercanda bareng dan pengurus dipanti sendiri cukup membantu disekolah sama asrama. Pengalaman enggak enaknya, kadang juga suka ribut-ribut sama pengurusnya, kadang juga masalah teman ya kayak gak suka sama aku. Pas ada teman yang gak suka ya diam aja bingung kenapa, terus menurutku sedikit terkekang dipanti karena dipanti banyak kegiatannya. Aku lebih suka menyendiri gitu jadi cuman bisa diam terus juga lebih suka pede nulis pas lagi emosi di diary apa aja yang ada dipikiranku ya misal ngomong sama orang bingung juga, engga sering soale mungkin orangnya lagi sibuk jadi ceritane nanti. Cerita ke pengurus ya engga sering tapi iya si kadangkala misal anak didik kayak gini gini juga gitu si langsung ngomong orang depan kantor dan misal orang kantor tau kadang dipermasalahkan jadi kadang malas cerita. Pas sedih pikiran kacau, ya biasanya cuman bisa nangis pernah juga sampai akhirnya pindah tempat tidur diatas lalu ya pelampiasanya gebuk-gebukin kasur pas lagi capek gitu kalau abis nangis nanti diam dulu kayak nenangin diri lah, terus bisa lega ngomong sama yang lebih dipercaya pas masalah itu gak bisa diselesain sendiri jadi minta saran.”(ANS berusia 17 tahun, 27 November 2020)

Berdasarkan wawancara yang dipaparkan di atas, menunjukkan dari ketiga pelajar remaja di Panti Asuhan mengalami masalah kebingungan dalam mengutarakan emosi kepada orang lain secara tepat sehingga lebih banyak memendam dan menyendiri dari lingkungan serta pengasuh maupun teman sangat mempengaruhi kehidupan sosial. Meskipun demikian, dari ketiga remaja tersebut juga mampu dalam menyelesaikan sendiri ketika terdapat masalah.

Munculnya kata *alexithymia* lebih dari 3 dekade yang lalu bahwa individu dengan kondisi seperti bukanlah orang-orang yang tidak sensitif akan tetapi terbatasnya dalam menjelaskan serta mengekspresikan secara verbal (Picardi et al., 2005). Individu cenderung menampilkan perilaku ataupun sikap tidak acuh ditimbulkan karena terbatasnya keterampilan individu berempati sehingga kecenderungan *alexithymia* tinggi. Individu yang mempunyai kecenderungan *alexithymia* pada hubungan komunikasi dengan orang lain akan melanda persepsinya sendiri yang berkaitan pada reaksi emosional dengan menyingkirkan sinyal-sinyal yang digunakan untuk membangun makna emosional serta mempunyai dampak membatasi ikatan individu dunia serta orang-orang didalamnya dan tanpa signifikansi emosional (Lang, 1979). Tingkatan dasar *alexithymia* mempengaruhi dampak pengungkapan emosi. Berdasarkan beberapa hasil penelitian dapat dijumpai bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *alexithymia* (Parker et al., 2001), *Attachment Style* (Puşcaşu & usaci, 2016) serta *Post Traumatic Stress Disorder* (Thompson, 2009). Berdasarkan sebagian faktor yang telah diungkapkan dapat mempengaruhi *alexithymia*, kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi kecenderungan *alexithymia*.

Keadaan emosi ini dikenal dengan istilah kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh John Mayer dan Peter Salovey menggambarkan bahwa kecerdasan emosional merupakan jenis kecerdasan sosial dimana keterampilan dilibatkan sebagai pengenalan perasaan dan emosi seseorang serta orang lain guna memilah dan memanfaatkan informasi dalam mengarahkan pemikiran dan perilaku seseorang (Mayer & Salovey, 1990). Ruang lingkup kecerdasan emosional meliputi penilaian verbal dan nonverbal, mengekspresikan emosi, pengendalian emosi dalam diri dan orang lain, serta penggunaan konten emosional dalam pemecahan suatu permasalahan (Salovey & Mayer, 1993). Pemahaman emosi menggambarkan aspek yang tampak berkaitan dengan proses daya kemampuan kognitif individu karena menyangkut pengetahuan dan pemahaman individu tentang penyebab emosi itu muncul dan hubungan tertentu diantara individu. Tingkat kesadaran emosional yang tinggi dan strategi yang

berfokus pada tujuan memfasilitasi proses ini (Cho & Drasgow, 2015). Tanpa kecerdasan emosional, kemahiran untuk mencerna serta mengelola perasaan-perasaan diri sendiri serta orang lain, maka peluang untuk hidup bahagia menjadi sangat tipis (Purnaningtyas et al., 2010). Kecerdasan emosional merupakan salah satu aspek kecerdasan dalam memastikan efektifitas penggunaan yang konvensional tersebut (Yantiek, 2014).

Penelitian mengenai kecenderungan *Alexithymia* pada remaja panti asuhan belum banyak diteliti di Indonesia. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Herlim (2019) mengungkapkan adanya hubungan negatif pada masa dewasa awal yang dipengaruhi oleh faktor lain berupa *Attachment Style* dan *Post Traumatic Stress Disorder*. Dengan kata lain, individu dengan level tinggi *alexithymia* jarang memperhatikan keadaan emosi mereka dan juga kesulitan untuk menilai secara akurat sehingga kecerdasan emosinya rendah. Begitupun sebaliknya jika kecerdasan emosinya tinggi maka individu tidak mengalami *Alexithymia*. Kesulitan seperti itu dipahami sebagai hasil dari skema emosi terbelakang (Preece et al., 2018). Artinya emosi *Alexithymia* adalah konstruksi beragam yang terdiri dari kesulitan dalam mengidentifikasi perasaan dan gangguan yang terkait dengan rangsangan emosional individu, kesulitan menggambarkan perasaan kepada orang lain, membatasi visualisasi fantasi (Parvizian et al., 2015). Berdasarkan dua definisi kecerdasan emosional dan kecenderungan *alexithymia* menunjukkan bahwa dua konstruk tersebut saling berkaitan erat, dimana kecerdasan emosional dapat menjadi indikator dalam menentukan kecenderungan *Alexithymia* (Parker et al., 2001).

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini memiliki tujuan untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan kecenderungan *alexithymia* pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini, yaitu : apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan *alexithymia* pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui adakah hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan *alexithymia* pada remaja yang tinggal di Pantti Asuhan

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberi wawasan dan sumbangan referensi yang cukup signifikan dalam memberikan informasi dan gambaran mengenai pengembangan pengetahuan ilmu psikologi, khususnya di bidang psikologi klinis berkaitan dengan kecerdasan emosi serta kecenderungan *alexithymia* pada individu remaja yang tinggal di panti asuhan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu menambahkan pengetahuan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan *alexithymia* dengan membandingkan teori dan kenyataan yang ada dilapangan agar dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya dalam mengembangkan konstruk alat ukur psikologis dari *Alexithymia*.

a. Bagi masyarakat

Bagi masyarakat, sebagai sumbangan wawasan dalam mengedukasi individu maupun kelompok masyarakat mengenai kecerdasan emosional dengan kecenderungan *alexithymia*.