

## **Bab I Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Keluarga adalah sebuah pondasi dimana memiliki bentuk tujuan di dalamnya, pada hakikatnya terbentuknya sebuah keluarga untuk mencapai kebahagiaan dan ketenangan hidup manusia baik lahir maupun bathin. Sebuah keluarga terjalin antara suami, istri, dan anak dengan memiliki hubungan yang harmonis maka akan menciptakan perkembangan kebahagiaan di masa yang akan datang.

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama bagi setiap individu yang terlahir ke dunia ini, dimana hal tersebut dapat menentukan perkembangan diri individu dalam hidupnya. Dalam sebuah keluarga terdapat peran orang tua yang sangat berpengaruh bagi anak, orang tua selalu ingin anaknya sukses dalam segala hal.

Pola asuh yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya akan tercermin dalam bentuk tutur kata, sikap dan perilaku atau tindakan anak dalam menghadapi lingkungannya. (Theo Riyanto 2002, dalam Winarti 2011) Pola asuh yang mencerminkan pengasuhan menggunakan kekerasan, berkata dengan keras juga kasar, hingga memukul anak. Ini memperlihatkan pola asuh otoriter yang memerangi suatu pelanggaran yang menurutnya tidak patut dilakukan oleh anaknya. Perbedaan pola asuh otoriter dengan yang lainnya dapat terlihat dari cara berkomunikasi dengan anak yang lebih sering dengan pernyataan-pernyataan yang memicu permusuhan verbal dan mengutamakan kekuasaan dengan sewenang-wenang dalam mengatur anaknya, hal tersebut seolah-olah menjaga dan sebagai bentuk perhatian orang tua terhadap anak.

Faktor yang paling berperan pada perkembangan remaja adalah keluarga, peran orang tua sangat erat kaitannya dengan perilaku sosial. Hal ini juga harus dicatat bahwa atribusi dari niat bermusuhan cenderung berhubungan dengan pengaruh negatif, dan kedua faktor tersebut dapat meningkatkan risiko reaktif orang tua pada anak cenderung agresif (Berkowitz, 1993).

Dapat disimpulkan bahwa pola asuh otoriter biasanya mengembangkan kekakuan dalam pola penyesuaian karakteristik mereka atau sering disebut “sindrom kepribadian otoriter”. Mereka bersikap menahan diri, terlalu terkendali, introvert, konservatif, dan konvensional. Akibat ciri-ciri tersebut mereka tidak toleran terhadap perubahan dan hal-hal yang tidak jelas, patuh pada tokoh yang berkuasa, namun agresif terhadap orang yang lebih lemah dari mereka. Ini merupakan pola kepribadian, stabilitas konsep diri memegang peran penting dalam susunan pola kepribadian.

Dari baik buruk ataupun sehat tidak sehatnya perkembangan remaja ini tidak hanya dilihat dari pergaulan atau bagaimana seseorang itu berinteraksi dengan berbagai situasi, yang lebih penting dan berpengaruh adalah bagaimana hubungan dalam keluarga karena keluarga adalah lingkungan sosial yang paling dekat dan intim, yang sangat berperan dalam perkembangan remaja maupun yang akan terjadi dimasa remaja adalah pola asuh yang diterapkan oleh orang tua mereka. Misalnya, keyakinan orang tua yang otoriter menekankan pentingnya otoritas orang tua dan kontrol atas perilaku anak.

Pada kenyataannya pola asuh otoritatif menjadikan orang tua yang mengambil alih keinginan anak untuk memilih hobi maupun cita-cita anak, menjadikan anak tidak dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Sikap otoriter orang tua menjadikan anak mencari sumber yang lebih menanggapi dan mengakui pendapatnya. Karena apabila mengemukakan pendapat pada orang tua tidak bisa atau selalu dipersempit kebebasan memilih, seorang anak akan cenderung menarik diri dan merasa apa yang akan ia lakukan pasti salah dan orang lain tidak akan menerimanya (Baumrind, 1971).

Menurut Santrock (1995 dalam Alwisol, 2009) mengemukakan usia 10-19 tahun merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa atau dikenal dengan remaja. Di mana dalam masa perkembangan, remaja mengalami berbagai perubahan melingkupi aspek fisik, kognitif, dan psikososial. masa remaja adalah masa pencarian identitas diri yang

memungkinkan terjadinya kekacauan identitas karena adanya konflik antara identitas positif dan negatif. Dalam hal ini, remaja dengan pola asuh otoriter akan mengalami permasalahan yang serius karena kondisi hubungan dengan orang tua tidak baik dalam komunikasi.

Studi psikologi telah mengatakan bahwa gaya pengasuhan memiliki korelasi yang signifikan terhadap gangguan kecemasan sosial, orang tua yang memprotektif secara berlebihan cenderung melakukan penolakan pada anak secara signifikan meningkatkan kecemasan sosial pada anak, sampel diambil dari masyarakat umum (Lieb, 2000). Kecemasan sosial pada remaja tidak hanya dibentuk dari lingkungan sekolah, namun lingkungan ketika berada di rumah seperti peran dari orang tua sangat erat kaitannya dengan kecemasan sosial pada remaja. Adanya hubungan yang signifikan antara peran pola asuh otoriter seperti kontrol yang berlebih, kurangnya perhatian dan kehangatan terhadap kecemasan sosial pada remaja (Corina, 2011).

Dari beberapa hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua yang otoriter dapat berpengaruh terhadap kecemasan sosial pada remaja.

Kecemasan sosial yang terjadi pada remaja diperkirakan 10% - 20% (Joshi, 2013). Hasil penelitian yang dilakukan di Indonesia pada tahun 2013 didapatkan data sebanyak 15,8% individu yang mengalami kecemasan sosial (Vriends, 2013). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja akhir di Universitas X Bandung yang mengalami kecemasan sosial tinggi sebanyak 31,2% dari 253 subjek (Hasibuan., Srisayekti., Moeliono, 2014).

Usia rata-rata untuk gangguan kecemasan adalah sekitar 11 tahun, dan 75% dari semua gangguan kecemasan telah berkembang dari usia 21 tahun. Gangguan kecemasan berakibat sangat buruk terhadap perkembangan remaja. Kecemasan pada remaja sering terjadi karena masa ini adalah saat-saat berkembangnya kematangan mental mereka. Gangguan kecemasan lebih banyak berpotensi terhadap kecemasan sosial (Rapee, 2014).

Alasan banyaknya remaja yang mengalami kecemasan sosial dikarenakan perkembangan pada masa remaja dilihat dari segi sosial ditandai dengan meningkatnya tuntutan dari lingkungan sosial, adanya tekanan dari teman sebaya, ketertarikan akan hal yang romantis, perubahan hormon serta adanya keinginan yang besar untuk lepas dari orang tua (mandiri). Hubungan remaja dengan teman sebaya memegang peranan penting dalam perkembangan kemampuan sosial dan perasaan mengenai kompetensi diri merupakan hal yang sangat penting pada perkembangan masa dewasa (Ingersoll, 1989 dalam La Grecadan Lopez, 1997).

Kecemasan sosial ini di mana terjadi kesalahan pola pikir dan penilaian terhadap lingkungan sosial sehingga tindakan-tindakannya seolah akan selalu salah. Karena pada masa remaja apabila pola asuh otoritatif yang ditekankan pada keluarga terutama anak, maka akan menimbulkan dampak negatif di masa remaja dan seterusnya, akibatnya anak mengalami gangguan kecemasan sosial yang jika semakin tinggi akan terjadi depresi hingga bunuh diri. Hal ini merupakan kesamaan dan tumpang tindih dengan gangguan kecemasan, terutama dengan gangguan kecemasan sosial, yaitu interaksi ragu-ragu dengan teman sebaya, penarikan sosial, dan perdebatan yang konstruktif sulit diubah atau tidak (Rapee, 2014).

Savitri (2007 dalam Inikah, 2015) menyatakan bahwa ada sebagian remaja yang mengalami kecemasan dalam berkomunikasi dengan orang lain. Remaja ini merasa sulit untuk mengungkapkan pendapat-pendapatnya atau ide-idenya pada orang lain karena cemas yang disebabkan pendapatnya tersebut tidak akan diterima. Ada perasaan takut pada diri remaja bahwa mereka tidak diterima kehadirannya oleh teman-temannya, sehingga mereka takut dan ragu-ragu untuk mengungkapkan pendapat yang ada dalam pikirannya. Siswa yang mengalami kecemasan komunikasi biasanya disebabkan oleh rasa percaya diri yang kurang, merasa prestasinya kurang daripada yang lain, pola asuh orang tua yang kurang tepat atau orang tua yang terlalu banyak mendikte dan selalu menyalahkan anak sehingga anak merasa

tindakannya selalu salah, dan masalah ekonomi yang dirasa tidak sama dengan teman yang lainnya.

Menurut Broeren, Muris, & Diamantopoulou (2013, dalam Marmorstein, 2010) dari penelitian terbaru, bahwa individu yang mengalami kecemasan dikarenakan perkembangan di masa anak-anak dan hal ini akan terlihat dari penarikan diri terhadap sosial anak dan beberapa anak yang mengalami kecemasan sosial akan mampu berubah menjadi lebih baik dalam sosial pada masa remaja jika secepatnya diatasi. Di antara anak-anak usia sekolah dasar, remaja memiliki tingkat tertinggi gangguan kecemasan yang berat, selain mengakibatkan rendahnya hubungan sosial, memperburuk atau menurunkan prestasi akademik mereka di sekolah.

Penelitian telah menunjukkan bahwa orang tua anak-anak yang cemas lebih kritis (kasar, rendah dalam kehangatan) dan terlibat (protektif, mengendalikan) daripada orang tua lainnya. Sebagian besar penelitian ini bersamaan, walaupun beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengasuhan terlalu berlebihan pada waktu tertentu dapat memprediksi kecemasan anak di kemudian hari. Penelitian telah mengevaluasi efek ini di kalangan remaja. Dapat diharapkan bahwa hubungan orang tua dan anak akan memprediksi kurang dalam kecemasan, baik secara bersamaan maupun prospektif, selama masa remaja daripada di masa anak. Meskipun ini mungkin benar, setidaknya satu penelitian menunjukkan bahwa perlindungan berlebihan orang tua di antara anak perempuan berusia 12 tahun masih merupakan prediktor yang signifikan terhadap kecemasan anak 12 bulan kemudian (Rapee, 2014).

Kecemasan sosial dapat mengakibatkan respon individu yang negatif terhadap lingkungan sosial, hal ini menjadi sulit diubah dan akan semakin nampak perilaku cemas dalam menghadapi situasi-situasi yang berhubungan dengan interaksi sosial.

Dengan melakukan wawancara kepada dua orang remaja yang menjadi subjek penelitian. Subjek pertama adalah seorang perempuan yang berusia 19 tahun, subjek mengaku mendapatkan pola asuh yang sangat keras dan ketat oleh orang tuanya, segala sesuatu tidak terlepas dari aturan-aturan orang tuanya baik cita-cita maupun hobinya dikehidupan sehari-hari, tidak diberikan kesempatan untuk memilih dan mengemukakan pendapat membuat ia semakin sulit untuk mengembangkan potensi yang ia miliki dan membuatnya ragu dengan potensi yang ia miliki. Subjek mengaku lebih sering menyendiri baik di lingkungan kuliah maupun rumah karena merasa tidak nyaman ketika berada di keramaian. Subjek memilih membaca buku atau mendengarkan musik dibandingkan berdiskusi dengan teman-teman ketika ada waktu luang. Saat persentasi diperkuliahan, subjek berkeringat dingin di seluruh tubuhnya, tidak nyaman, dan tegang melihat banyak orang yang memperhatikannya sehingga ketika menyampaikan persentasi tidak maksimal.

Adapun perkataan subjek yang mengungkapkan tindakan orang tuanya yang dirasa tidak ada kehangatan dalam berkomunikasi dan merasa diawasi adalah sebagai berikut:

*“Mama saya sangat mengontrol anak-anaknya dimanapun. Misalnya ada acara makrab waktu itu, sudah dijelasin kalau saya selama dua hari akan makrab dengan teman-teman kuliah. Saya juga sebut nama-nama teman saya itu tapi mama selalu mengawasi sampai hampir setiap saat saya dihubungi dan mama bilang sudah makrab langsung pulang. Hal itu selalu dikatakan mama tanpa mengatakan hal yang lainnya.”*

Subjek kedua adalah seorang perempuan berusia 19 tahun, subjek mengatakan ia kerap kali mendapatkan kekerasan fisik oleh orang tuanya ketika ia mencoba menjelaskan penyebab dari tindakan yang dilakukannya. Subjek merasa tidak nyaman berkomunikasi secara terbuka dengan orang tuanya, ia pun merasa berbicara di depan umum hanya akan membuatnya semakin salah atau selalu salah. Subjek selalu merasakan detak jantung yang berdetak kencang dibarengi kesemutan di daerah wajah jika akan persentasi di hadapan dosen

maupun teman-temannya. Jika bertemu seseorang yang subjek kenal, subjek memilih tidak memulai berbicara ataupun menyapanya.

Adapun perkataan subjek yang mengungkapkan tindakan orang tuanya yang dirasa tidak ada kehangatan dalam berkomunikasi dan kerap kali mendapat kekerasan fisik adalah sebagai berikut:

*“Kalau ada papa sama mama di rumah saya lebih sering diam di kamar sebelum salah satu dari mereka memanggil. Papa kalau saya melanggar aturan misalnya saya sedang di kamar dan mama memanggil sedangkan saya baru siap-siap buat keluar kamar, papa sudah datang ke kamar dengan mata melotot dan berkata kasar memakai bahasa sunda pada saya. Mama lebih sering mengatakan nasihat-nasihat dengan suara yang keras dan terus-menerus sedangkan papa lebih sering memukul dan paling sering bagian tangan saya yang kena padahal setiap saya melakukan hal yang mereka anggap tidak sesuai, saya selalu diam tidak membantah apa-apa soalnya kalau saya menjelaskan alasannya itu percuma, saya akan tetap dipukul dan takut jadinya”.*

Dari hasil data lapangan, ketika melakukan wawancara subjek terlihat menjaga jarak dan tidak melakukan kontak mata secara *intens* dan sedikit menundukkan kepala. Selama proses wawancara subjek berbicara dengan suara yang pelan. Subjek tegang, hal ini terlihat dari *gesture* tubuh subjek yang ketika didekati langsung mundur menjauhkan posisinya.

Dari fenomena tersebut dapat terlihat bahwa pengasuhan orang tua yang sangat berperan dalam perkembangan seterusnya bahkan peran orang tua yang sejak kecil dapat terlihat dampaknya di masa remaja seseorang. Karena pada masa remaja apabila pola asuh otoritatif yang ditekankan pada keluarga terutama anak, akan menimbulkan dampak negatif di masa remaja dan seterusnya, akibatnya anak mengalami gangguan kecemasan sosial yang jika semakin tinggi akan terjadi depresi hingga bunuh diri.

Berdasarkan penelitian dari studi sebelumnya dan terjadinya fenomena tersebut, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kecemasan Sosial pada Remaja dengan Pola Asuh Otoriter”.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kecemasan sosial yang dialami oleh remaja dengan pola asuh otoriter?
2. Bagaimana upaya-upaya yang dilakukan subjek dalam mengatasi kecemasan sosial yang telah dialami?

### **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran kecemasan sosial yang dialami oleh remaja dengan pola asuh otoriter.
2. Untuk mengetahui upaya-upaya yang dilakukan subjek dalam mengatasi kecemasan sosial yang telah dialami.

### **Kegunaan Penelitian**

Terdapat dua kegunaan dalam penelitian ini adalah:

**Kegunaan teoritis.** Secara teoritis diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna bagi pengembangan ilmu psikologi selanjutnya, terutama dalam hal-hal yang berkaitan dengan psikologi perkembangan, keluarga, dan klinis.

**Kegunaan praktis.** Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk masyarakat terutama orang tua dan peneliti mengenai kecemasan sosial remaja yang diakibatkan oleh pola asuh orang tua yang otoriter.