

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Keluarga merupakan lingkungan yang terdekat untuk membesarkan, mendewasakan, dan memberikan pendidikan pertama kepada anak. Kepuasan psikis yang diperoleh anak dalam keluarga akan sangat menentukan bagaimana ia akan bereaksi terhadap lingkungan (Zuraidah, 2016). Keluarga yang harmonis membuat anak merasa dipedulikan dan anak akan mampu menanamkan interaksi sosial yang baik di lingkungan tinggalnya (Willis, 2015). Ball (2021) menyatakan bahwa anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga kurang harmonis atau biasa disebut *broken home* yaitu ditandai dengan anak yang merasa tidak mendapatkan kepuasan secara psikis maka anak tersebut juga sulit untuk mengelola keberadaan dirinya saat berada di lingkungan sosial atau dapat dikatakan sulit mengembangkan ketrampilan sosialnya. Kondisi tersebut dapat dilihat dari kurang adanya saling pengertian dalam keluarga, kurang mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan orangtua, maupun saudara, kurang mampu berkomunikasi secara sehat. Selain itu juga, anak rentan dengan permasalahan terhadap kurang mampunya untuk mandiri, memberi dan menerima sesama saudara, kurang mampu bekerjasama dengan orang lain, dan sulit mengadakan hubungan yang baik antara dirinya dengan orang lain terutama dengan keluarga.

Hubungan yang terjalin kurang baik dalam keluarga dapat menjadikan anak merasa kurang dipedulikan dan terasingkan atau biasa disebut sebagai alienasi (Widjaya, 2017). Menurut Willis (2015) alienasi dapat berasal dari keluarga *broken home*. Salah satunya, *broken home* dapat terjadi pada siswa SMA di Yogyakarta (Aziz, 2015). Menurut Solina (2013) kondisi alienasi yang terjadi membuat seseorang (siswa SMA) menjadi murung, sedih yang berkepanjangan, dan malu. Selain itu, alienasi juga membuat seseorang (siswa SMA) kehilangan pegangan serta panutan untuk menjalani kehidupannya dengan baik, sehingga sulit mengungkapkan pendapat, pasif dalam berkomunikasi, dan kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungannya.

Seeman (2001) menjelaskan bahwa alienasi yang biasa disebut sebagai keterasingan merupakan pengalaman terisolasi dari kelompok atau suatu kegiatan, sehingga kehilangan dorongan-dorongan hati untuk bergaul, kehilangan kreatifitas, kehilangan kontrol terhadap tindakan kehilangan otonomi, dan singkatnya menghancurkan potensi individu itu sendiri. Menurut Notowidagdo (2016) alienasi dapat diartikan sebagai seseorang yang merasa sendirian dan tidak dikenali oleh orang lain, sehingga kata terasing bisa dikatakan seseorang yang merasa terpisah, tersisih atau juga dikucilkan apabila berada di perkumpulan orang.

Hasil penelitian Aziz dari tahun 2013 sampai 2015 menunjukkan terdapat 276 **kasus**, menurut catatan guru BP hampir seluruhnya kasus di sekolah disebabkan persoalan yang berkaitan dengan latar belakang keluarga yang

bermasalah atau *broken home*. Kasus pelanggaran seperti kedisiplinan, merokok, perkelahian, dan cara berperilaku, kejadian ini terjadi karena merasa terasingkan (alienasi) di keluarganya sehingga menyalurkan kepada pelanggaran di sekolah. Hasil penelitian Widjaya (2017) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki permasalahan di keluarganya dapat merasa sendiri atau terasingkan (alienasi) dengan menarik diri dari lingkungannya. Perilaku ini diperlihatkan siswa melalui kepercayaan dirinya yang hidup di tengah keluarga bermasalah yaitu pada kategori sangat tinggi sebanyak 14 siswa (11,4%), tinggi 31 (25,2%), sedang 36 (29,3%), rendah 19 (15,4%), dan sangat rendah 23 (18,7%). Selanjutnya, alienasi juga dapat dilihat dari bagaimana siswa mampu menyesuaikan dirinya dengan tidak menyendiri atau mengasingkan diri dari lingkungan yaitu pada kategori sangat tinggi sebanyak 21 siswa (17,1%), tinggi 26 (21,1%), sedang 33 (26,8%), rendah 32 (26%), dan sangat rendah 11 siswa (9%). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa yang teralienasi memiliki permasalahan dengan berbuat pelanggaran kedisiplinan, kurang percaya diri memiliki keluarga yang tidak utuh, dan sulit beradaptasi dengan menarik diri dari peran sosialnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa *broken home* di Yogyakarta pada tanggal 02 Februari 2020 menggunakan aspek-aspek *alienasi* yang dikemukakan Seeman (2001). Diperoleh 11 dari 13 subjek yang mengatakan pada aspek *powerlessness* (ketidakberdayaan) yaitu subjek merasa kegagalan mencapai prestasi di sekolah karena orang tuanya yang tidak peduli dan ketika merasa kesal dengan orang tua subjek malas untuk bersekolah maupun tidak mengerjakan tugas

rumah (pr) dari guru. Pada aspek *meaninglessness* (ketidakberartian) subjek mengatakan bahwa dirinya tidak berarti di mata guru maupun orang tua karena memiliki nilai yang buruk, selain itu subjek juga mengatakan bahwa sulit berkonsentrasi untuk mendapatkan nilai yang bagus karena orang tuanya tidak ingin tahu apa saja yang dilakukan subjek. Pada aspek *normlessness*, subjek mengatakan bahwa subjek sering tidak menjawab ketika orang tua bertanya dan ketika guru mengajar subjek sering mengalihkan perhatiannya sehingga terkadang ditegur oleh gurunya. Selanjutnya, pada aspek *social isolation* (isolasi sosial) subjek merasa sedih, hampa dan lebih menyendiri sehingga jarang berkomunikasi dengan orang lain ketika mendapatkan masalah. Pada aspek *self-estrangement* (mengasingkan diri) subjek mengatakan bahwa dirinya lebih senang berinteraksi dengan dunia maya dibandingkan dunia nyata, lebih senang sendirian dibandingkan bermain dengan teman-temannya, dan menolak ketika temannya mengajak subjek berinteraksi. Pada aspek *cultural estrangement* (keterasingan budaya), subjek mengatakan dirinya sering membuat story maupun status yang aneh-aneh seperti ingin bunuh diri maupun mengolok-olok orang lain dalam komentar sosial medianya dan subjek tidak pernah mengakui bahwa dirinya memiliki orang tua. Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki permasalahan alienasi yang dilihat dari aspek-aspek yang dikemukakan Seeman (2001) yaitu *powerlessness*, *meaninglessness* (ketidakberartian), *normlessness*, *social isolation*, *self-estrangement* (mengasingkan diri), dan *cultural estrangement* (keterasingan budaya).

Harapannya siswa yang berasal dari keluarga *broken home* dapat menjalani kehidupan dengan baik karena siswa yang menerima keasaan lingkungan keluarga yang sudah tidak utuh atau penuh dengan masalah akan memudahkan bagi dirinya untuk menerima kehidupan dan dapat menurunkan alienasinya, sehingga tidak mudah terpuruk dengan keadaan diri dan mampu untuk menunjukkan interaksi sosial yang baik saat bersama keluarganya maupun dalam lingkungan masyarakat (Ball, 2014). Everaerd, Hindley, Bot, dan Bosch (2012) berpendapat bahwa seseorang yang mengalami *broken home* seharusnya dapat mengelola dirinya agar tidak terus-menerus terlarut dalam kondisi yang menyakitkan karena jika seseorang dapat mengendalikan dirinya maka dapat terhindar dari permasalahan alienasi yang membuatnya mampu membuka diri dan aktif dalam bersosialisasi untuk menyampaikan pendapat. Aziz (2015) menjelaskan alienasi penting untuk diteliti karena jika siswa mengalami alienasi maka akan berdampak pada masa depannya yaitu tidak memiliki usaha untuk meraih cita-cita, mengundurkan diri dari peran sosial, sulit menunjukkan pemilihan karier untuk masa depannya, dan memungkinkan siswa untuk memiliki traumatik yang membuatnya takut untuk membina keluarga.

Faktor-faktor yang mempengaruhi alienasi menurut Jaeggi (2014) yaitu *inferiority* (rendah diri), *self-compassion* (belas kasih terhadap diri sendiri), *self-social adjustment* (penyesuaian sosial), dan *miseducation* (kesalahan mendidik). Berdasarkan faktor-faktor tersebut peneliti memilih *self-compassion* karena menurut Stevens dan Woodruff (2018) menjelaskan bahwa pandangan terhadap

diri sendiri juga bisa didapatkan melalui *self-compassion* yaitu pandangan seseorang terhadap diri sendiri sehingga dapat memahami apa saja yang dibutuhkan untuk memberikan belas kasih terhadap dirinya sendiri. Germer (2009) berpendapat *self-compassion* yang rendah membuat seseorang tidak menghargai dirinya sendiri sehingga mudah terpuruk dan memilih untuk mengasingkan diri (alienasi) dari lingkup tinggalnya. Hal ini didukung hasil penelitian Hasanah dan Hidayati (2016) yang menunjukkan bahwa faktor *self-compassion* dapat mempengaruhi alienasi. Oleh karena itu, gambaran diri seseorang yang didapatkan melalui *self-compassion* dijadikan variabel bebas dalam penelitian ini.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yang diteliti Hasanah dan Hidayati (2016) dengan judul hubungan antara *self-compassion* dengan alienasi pada remaja (sebuah studi korelasi pada siswa Smk Negeri 1 Majalengka) menunjukkan bahwa perbedaan terletak pada subjek yaitu penelitian ini menggunakan siswa yang mengalami *broken home* dan penelitian Hasanah dan Hidayati (2016) menggunakan siswa SMK dimana subjek tersebut tidak spesifik seperti penelitian ini. Fenomena yang berbeda antara penelitian ini dengan penelitian Hasanah dan Hidayati (2016) yaitu siswa dalam keluarga secara umum, namun penelitian ini menggunakan siswa *broken home* yaitu memiliki keluarga yang tidak utuh atau keluarganya utuh namun terdapat banyak konflik di dalamnya atau kedua orangtuanya sering bertengkar maupun tidak memberikan perhatian yang besar kepada subjek.

Self-compassion adalah kemampuan seseorang dalam memberikan kepedulian terhadap diri sendiri ketika mengalami berbagai tantangan dan kesulitan dalam hidup, sehingga lebih memahami bahwa kondisi tersebut merupakan bagian dari pengalaman hidup manusia (Neff, 2011). Menurut Nelson, Hall, Anderson, Birtles, dan Hemming (2017) *self-compassion* adalah belas kasihan terhadap diri sendiri dengan mengakui rasa sakit emosional pada saat itu dan mengingatkan diri bahwa itu adalah bagian dari sifat manusia kemudian berjuang dan menawarkan kebaikan kepada diri sendiri, istirahat untuk diri sendiri, dan sentuhan yang menenangkan diri. Breines dan Chen (2012) memberikan arti bahwa *self-compassion* sebagai kemampuan mengasihi diri sendiri meskipun kondisi yang dialami saat ini sedang tidak baik, namun seseorang tetap berusaha untuk dapat menyelesaikan permasalahannya.

Seseorang yang memiliki *self-compassion* akan lebih menghargai diri sendiri, menyadari apa saja yang diperlukan oleh diri, dan mampu memprioritasnya diri terlebih dahulu kemudian orang lain, sehingga seseorang akan menjadi asertif dengan mampu menunjukkan pendapatnya, lebih terbuka dengan orang lain, dan dapat keluar dari masalah yang sedang di hadapi (sebagai contoh masalah siswa *broken home*) (Schacht, 2005). Sebaliknya, siswa yang memiliki *self-compassion* rendah sulit mengetahui kebutuhannya, menjadi terpaksa menjalankan sesuatu, dan lebih tersiksa karena memandang setiap kejadian buruk hanya berasal dari kesalahannya, sehingga seseorang akan menarik diri (alienasi), lebih memilih untuk berada pada dunia maya dengan menggunakan

identitas orang lain, dan sulit mengungkapkan permasalahan yang terjadi kepada orang yang menjadi sumber masalah (sumber masalah disini adalah orang tua siswa *broken home*) (Stevens & Woodruff, 2018). Hal ini didukung hasil penelitian Hasanah dan Hidayati (2016) yang menunjukkan bahwa variabel *self-compassion* dapat memberikan sumbangan terhadap alienasi sebesar 44.1%, sehingga *self-compassion* merupakan variabel yang dapat berkorelasi dengan alienasi.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu : “apakah terdapat hubungan *self-compassion* dengan alienasi pada siswa SMA yang mengalami *broken home* di Yogyakarta?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan alienasi pada siswa SMA yang mengalami *broken home* di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bidang psikologi sosial maupun klinis, yang berhubungan dengan *self-compassion*, alienasi, dan siswa SMA yang mengalami *broken home*.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi dan sumber gagasan untuk pihak-pihak yang berkepentingan agar tidak mengalami alienasi dengan mengembangkan *self-compassion* yang lebih baik melalui kasih sayang kepada dirinya sendiri dan memahami kebutuhan diri, sehingga ketika terjadi peristiwa buruk di dalam keluarga seseorang tidak akan mudah mengalami alienasi.