

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kematangan emosional ialah kondisi seseorang mencapai tingkat kematangan dari perkembangan emosional. Oleh karena itu pribadi tersebut tidak lagi menunjukkan atau menampilkan suatu emosional yang tidak sesuai. Kematangan emosional dapat disebut dengan kontrol emosional. Keadaan emosional dapat dialami oleh siapa saja, namun seseorang yang matang secara emosional dapat mengontrol emosinya, sehingga tidak berperilaku seperti kanak – kanak (Chaplin, 2008).

Dalam kehidupan, emosi begitu memainkan peran penting bagi setiap manusia, sehingga individu membutuhkan kematangan emosional agar dapat mencapai kehidupan yang efektif (Rawat & Singh, 2017). Salah satu aspek yang perlu dikembangkan dan dimiliki oleh setiap individu yaitu kematangan emosional karena kematangan emosional merupakan bagian dari aspek psikologi yang menjelaskan bagaimana setiap individu dapat mengelola atau mengendalikan emosinya. Individu yang secara emosi matang merupakan individu yang sangat terampil dalam pengelolaan emosi serta mampu mengekspresikannya dengan cara yang lebih adaptif, namun saat emosi menjadi tidak matang atau

tidak optimal, maka individu tersebut menjadi tidak adaptif (Pratama, 2016).

Sejalan dengan penjelasan di atas, Reena (2018) memaparkan bahwa pentingnya kematangan emosional dalam kehidupan setiap individu karena dengan kematangan emosional, individu mampu bertindak lebih stabil dan fleksibel dalam penyesuaian yang efektif dengan dirinya sendiri, anggota keluarga, teman – teman di sekolah, tempat kerja, masyarakat dan lingkungan lainnya. Akan tetapi, saat individu tidak matang secara emosional akan merasakan ketidakbahagiaan secara umum seperti memiliki ketakutan, kecewa, mengalami kegagalan dan stres. Perasaan – perasaan negatif seperti itu nanti akan berdampak pada kehidupan dan kinerja individu.

Berikut ini terdapat tanda – tanda seseorang yang memiliki kematangan emosional dan tidak memiliki kematangan emosional menurut Bharti (2015) sebagai berikut: orang yang matang secara emosional dapat bertanggung jawab atas tindakan, perkataan serta sikap dan mampu memengaruhi sesuatu yang baik kepada lingkungan sekitar. Sementara tanda – tanda seseorang yang tidak matang secara emosional yaitu tingkat keegoisan yang tinggi, kepercayaan diri yang berlebihan. Selain itu, sulit untuk meminta maaf dan memaafkan orang lain, selalu mengutamakan kepentingan dan kebutuhan sendiri tanpa mempedulikan perasaan/kebutuhan orang lain.

Terdapat contoh kasus ketidakmatangan emosional yang berdampak negatif terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain atau lingkungan sekitar. Berikut ini kasus yang sangat memprihatinkan karena amarah seorang ibu yang tak tertahankan kepada anaknya karena masalah sepele. Seorang ibu (AM) di Malang begitu tega memukul putranya yang berusia 8 tahun dengan gayung hingga tewas. AM sangat marah saat mengetahui anaknya mengambil uang Rp 51.000.00 untuk membeli layang – layang. Akibat perilaku yang sangat tidak bertanggung jawab, AM dijebloskan ke sel tahanan (Aminudin, 2018). Berdasarkan pada penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ketidakmampuan dalam kesadaran emosi bisa berdampak besar pada lemah kontrol emosi, sehingga berpengaruh besar tidak hanya kepada diri sendiri tetapi juga kepada orang sekitar. Maka dari itu, pentingnya kematangan emosi agar seseorang bisa hidup secara adaptif.

Kemudian terdapat beberapa kasus pada orang dewasa awal yang memiliki ibu gangguan skizofrenia sejak kecil. *Pertama*, IN seorang wanita berusia 24 tahun. Sejak IN berumur 5 tahun, ibunya sudah menunjukkan gejala – gejala skizofrenia. IN tidak merasakan kasih sayang dan menjalani fase – fase perkembangan tidak seperti anak – anak seusianya. Pada perkembangan awal tidak berjalan dengan lancar sehingga memengaruhi perkembangan selanjutnya. Hal tersebut dirasakan IN ketika remaja dan masa dewasa awal. IN menghabiskan

waktunya untuk merawat dan menjaga ibunya, sehingga relasi sosial IN berkurang. Selain itu, IN harus menghadapi stigma negatif dari lingkungan menyebabkan IN sangat stres dan tertekan. IN juga sulit dalam menemukan pasangan dikarenakan penolakan oleh orangtua pasangan. Tidak hanya itu, IN kesulitan untuk mencari pekerjaan karena ibunya tidak bisa jauh dari IN. Berjalannya waktu IN sempat menikah, namun pernikahan tidak berjalan dengan baik karena suami IN memiliki ketakutan kelak anaknya akan mengalami gangguan jiwa sama seperti ibu IN. IN sangat kesepian dan merasa diasingkan oleh lingkungan. IN sangat merasa stres, cemas sampai mengalami depresi (hasil wawancara).

Kedua, pengalaman orang dewasa yang tinggal dengan ibu gangguan skizofrenia juga dialami oleh ST (20 tahun). Sejak kecil, ST melihat ibunya sangat berbeda dengan ibu – ibu di lingkungan. Ketika ibunya dalam keadaan tidak stabil, maka muncul perilaku agresif seperti menyerang orang – orang di sekitar. Saat masa kecil ST belum memahami betul kondisi ibunya karena bapak ST tidak menjelaskan kondisi ibunya. Saat masa remaja & masa dewasa awal, ST mulai menyadari kondisi ibunya karena pengaruh lingkungan sekitar di mana ST mendapat stigma negatif dari teman – teman. Dampak yang dialami ST membuat ST mengalami krisis kepercayaan diri dan kesulitan dalam menentukan identitasnya pada masa remaja & masa dewasa awal. ST

yang awalnya dikenal ceria menjadi remaja yang pendiam dan tertutup dan situasi tersebut berlangsung hingga ST memasuki masa dewasa awal. Pada masa dewasa awal masalah yang muncul yaitu ST mengalami kesulitan dalam menjalani hubungan pertemanan dan hubungan lawan jenis. Ada kekhawatiran – kekhawatiran yang dialami ST yaitu ada perasaan takut ditolak oleh lingkungan sekitar atau pasangannya seperti pada masa remaja. Pengalaman di masa kecil hingga masa dewasa awal menjadi pemicu ST menunjukkan gejala – gejala depresi ringan yaitu pesimis dan kepercayaan diri berkurang (hasil wawancara).

Ketiga, kasus dari AN berusia 29 tahun yang memiliki orangtua gangguan skizofrenia sejak kecil. Tidak hanya orangtua, beberapa anggota keluarga dari ibu dan bapak juga mengalami gangguan mental. AN memiliki satu adik perempuan dan setiap kali orangtua dalam kondisi tidak stabil, AN harus menjaga dan merawat adiknya seorang diri. Awalnya AN merasa baik – baik saja, namun memasuki masa remaja dan dewasa awal, AN mulai mengalami masalah karena terbebani dengan kondisi orangtua dan pengaruh lingkungan yaitu stigma negatif terkait kondisi orangtua dan faktor ekonomi. Tidak hanya itu, AN sering menjadi korban kekerasan ayahnya saat ayahnya dalam kondisi tidak stabil. Akibatnya AN sering merasa tidak bersemangat dan minat dalam menjalani kehidupannya (hasil wawancara). Pengalaman pada orang

dewasa awal dengan orangtua gangguan skizofrenia menjadi hal yang sangat memprihatinkan karena pada dasarnya kondisi orangtua dengan gangguan skizofrenia juga memberikan dampak yang cukup memengaruhi kehidupan anak - anaknya.

Adapun faktor – faktor yang memengaruhi ketidakmatangan emosi dan salah satunya adalah keluarga. Menurut Papalia, Olds, & Feldman (2007), bahwa peran keluarga dalam kehidupan seseorang menjadi sangat penting. Ketika hidup dalam keluarga yang mengalami berbagai permasalahan, maka akan terjadi penyesuaian dan memengaruhi perkembangan salah satunya perkembangan emosional. Selanjutnya hasil penelitian dari Naik & Saimon (2014), menjelaskan bahwa faktor terkuat dalam membentuk proses perkembangan adalah hubungan antara orangtua dan anak. Jika orangtua mencintai dan memberikan kasih dan perhatian dan tidak mendidik secara berlebihan, maka anak akan memiliki perkembangan yang baik, tetapi jika orangtua mengalami penyimpangan, maka perkembangan anak akan terdistorsi. Keluarga berperan penting dalam kehidupan seseorang termasuk juga komponen – komponen dalam keluarga seperti halnya hubungan dengan anak dan orangtua, masalah dalam keluarga dan hubungan dengan saudara kandung. Saat komponen – komponen tersebut tidak berjalan dengan baik, maka akan berpengaruh pada perkembangan emosional seseorang (Dehart, Sroufe, & Cooper, 2004).

Melihat fenomena yang terjadi terkait dengan kematangan emosi, maka dapat disimpulkan orangtua dan lingkungan normal bisa saja menjadi hambatan perkembangan emosional bagi anak – anak, apalagi dengan orangtua yang memiliki gangguan jiwa berat khususnya gangguan skizofrenia. Akan sangat menarik untuk diteliti karena orangtua dengan gangguan skizofrenia secara perilaku, sikap dan keseharian mengalami hambatan. Selain itu, mereka akan mengalami kesulitan nyata untuk menjalankan fungsi sosial, pekerjaan dan urusan rumah tangga seperti mengurus dan mendidik anak.

Alasan khusus orangtua gangguan skizofrenia karena menurut Patel, Cherian, Gohil, & Atkinson (2014) bahwa gangguan skizofrenia yaitu sebuah gangguan dalam kategori yang sangat kronis yang begitu kompleks yang ditandai dengan serangkaian gejala, termasuk delusi, halusinasi, ucapan dan perilaku tidak teratur dan gangguan kemampuan kemampuan kognitif. Biasanya gangguan skizofrenia akan melumpuhkan bagi banyak pasien dan keluarga pasien. Sementara pendapat lain hadir dari Jobe & Harrow (2005) menjelaskan bahwa Gangguan skizofrenia merupakan gangguan yang berat atau gangguan yang memberikan dampak buruk kepada pasien atau keluarga. Pada gangguan ini memiliki potensi mengalami periode pemulihan, namun dalam jangka waktu yang lama bahkan lebih, sehingga membutuhkan proses yang ekstra bagi para profesional kesehatan mental karena saat

proses tersebut akan ada kemungkinan – kemungkinan yang buruk seperti perilaku buruk hingga tindakan bunuh diri. Bahkan kemungkinan buruk tidak hanya terjadi pada pasien tetapi juga orang sekitar seperti anak dan anggota keluarga yang lain.

Pengertian dari skizofrenia menurut Nevid, Rathus, & Beverly (2005), yaitu bahwa gangguan skizofrenia episode akut dari skizofrenia ditandai dengan adanya waham, halusinasi, pikiran inkoheren, pikiran yang tidak logis dan tingkah laku yang aneh. Adapun pengertian dari skizofrenia ialah gangguan yang tergolong dalam kategori berat atau psikotik yang menetap yang meliputi gangguan pada emosi, perilaku, pikiran dan persepsi. Bagi penderita gangguan skizofrenia umumnya mengalami kemunduran seperti sulit untuk berpikir secara jernih dan mungkin kehilangan respons emosional terhadap orang – orang di sekitar maupun terhadap peristiwa – peristiwa dalam kehidupannya.

Sebuah gambaran pada status mental seorang yang mengalami gangguan skizofrenia adalah orang – orang yang secara perasaan mengalami penurunan respons emosional yang sering kali cukup parah, sehingga emosi yang dimunculkan kurang sesuai seperti adanya penyerangan yang ekstrem, kegembiraan dan kecemasan yang berlebihan. Selain itu, adanya gangguan pada persepsi, di mana seseorang yang mengalami gangguan skizofrenia akan mengalami berbagai macam halusinasi dan delusi. Seseorang dengan skizofrenia

mempunyai pengendalian impuls yang kecil jika kondisi sedang tidak stabil. Tidak hanya itu, kepekaan sosial menjadi lemah dan tampak menjadi impulsif (Kaplan, Sadock, & Grebb, 2010).

Terdapat sebuah data dari *World Health Organization* (2019), menjelaskan sebuah fakta bahwa gangguan skizofrenia adalah gangguan mental yang berat yang menyerah 20 juta jiwa di seluruh dunia. Gangguan skizofrenia dikaitkan dengan kecacatan yang cukup besar yang memengaruhi kinerja pendidikan dan pekerjaan. Orang dengan gangguan skizofrenia 2 – 3 kali lebih cepat meninggal daripada orang yang normal dan selalu mengalami stigma dan diskriminasi. Berdasarkan pada data – data dan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa orang yang menderita gangguan skizofrenia akan mengalami kemunduran pada aspek perilaku, perasaan atau emosi dan pikiran.

Kehidupan orang dengan gangguan skizofrenia menjadi sebuah fenomena yang sangat memprihatinkan dan menyedihkan karena sangat berdampak bagi diri sendiri dan lingkungan sekitar seperti halnya kehidupan anak – anak yang memiliki orangtua dengan gangguan skizofrenia. Terdapat hasil penelitian dari Engur (2017) yang menjelaskan fakta yang ada bahwa orangtua yang memiliki gangguan psikosis memiliki komunikasi yang kacau dengan anak, lemahnya kemampuan mengasuh anak, orangtua mengalami stres, orangtua mengalami beban pengasuh dan gaya asuh yang otoriter dapat memengaruhi hubungan

antara orangtua dan anak serta dan ada hasil negatif yang akan berpengaruh pada perkembangan anak.

Gambaran anak dengan orangtua skizofrenia juga dijelaskan oleh Seeman (2010), memaparkan bahwa ikatan antara ibu dan anak adalah proses yang saling berkontribusi. Jika salah satu tidak mampu berperan, maka akan mengalami masalah. Wanita dengan gangguan skizofrenia tidak memiliki ikat dengan bayinya, sehingga pada kenyataan yang ada biasanya dokter akan menyarankan agar seorang wanita dengan skizofrenia ada baiknya tidak menikah karena akan berdampak pada kehidupan anaknya. Selain itu, ibu dengan skizofrenia tidak memiliki kepekaan dan lebih mementingkan diri sendiri. Interaksi yang terjadi sangat minim dan kondisi ibu seperti ini akan memberikan dampak yang sangat besar dalam masalah perkembangan anak.

Hal serupa dijelaskan oleh Reedtz, Lauritzen, Stover, Freili, & Rognmo (2019) bahwa keluarga adalah aspek paling penting dan inti dari perkembangan anak – anak, namun dalam situasi keluarga dari anak – anak dengan orangtua yang gangguan mental ditandai dengan berbagai masalah seperti konflik, kekerasan dan peristiwa – peristiwa negatif, sehingga memengaruhi perkembangan masalah emosional anak dan perilaku anak – anak. Diantara dampak yang dimiliki anak dengan orangtua gangguan skizofrenia, perilaku dan sikap orangtua dalam hal ini pola asuh menjadi hal yang juga berkontribusi besar bagi perkembangan

emosional. Menurut Ritsner (2011) bahwa faktor kondisi orangtua dan praktik pola asuh terhadap anak menjadi faktor penting dalam pengembangan gangguan. Kebanyakan orangtua dengan gangguan skizofrenia ini menunjukkan pola pengasuhan yang overproteksi dan kontrol yang kuat, orangtua kurangnya memiliki kehangatan emosional dan memiliki kedisiplinan yang tinggi.

Kekhawatiran – kekhawatiran dan dampak pada anak – anak dengan orangtua gangguan skizofrenia menjadi amat sangat beragam. Ballal, Navaneetham, & Chandra (2019), menjelaskan mengenai berbagai macam pengalaman anak – anak yang hidup dengan orangtua gangguan mental. Dari gambaran tersebut terdapat pengalaman yang positif dan negatif, namun banyak pengalaman negatif yang dirasakan oleh mereka. Anak – anak dengan orangtua gangguan mental mengalami kesulitan dalam pengelolaan emosi, sulit untuk mengenali kondisi orangtua mereka, kurangnya dukungan serta mengalami berbagai isolasi sosial karena pengalaman stigma negatif. Dibalik pengalaman negatif anak – anak dengan orangtua gangguan mental juga mengalami pengalaman positif, di mana mereka menjadi lebih dewasa dan bertanggung jawab dalam merawat orangtua mereka.

Berbagai dampak muncul dan menggambarkan dinamika yang terjadi pada anak – anak sampai orang dewasa yang memiliki orangtua gangguan skizofrenia. *The American Academy of Child and Adolescent*

Psychiatry (2008) yang menyatakan sebuah fakta bahwa gangguan mental pada orangtua menjadi sangat risiko bagi anak – anak dalam keluarga. Anak – anak ini terserang gangguan mental daripada anak – anak dengan orangtua normal. Risiko menjadi kuat ketika orangtua mengalami satu atau lebih gangguan skizofrenia, gangguan bipolar, kecemasan dan depresi. Tidak hanya itu, penyebab dari gangguan memberikan dampak pada lingkungan keluarga menjadi tidak kondusif dan tidak nyaman. Selain itu, juga memberikan kontribusi yang besar terhadap gangguan pada anak – anak. Risiko menjadi sangat besar pada anak – anak dengan orangtua gangguan jiwa karena gangguan yang diderita orangtua memberikan dampak juga pada hubungan suami istri yang bisa terjadi perceraian serta pola asuh yang membahayakan.

Permasalahan tentang kematangan emosional dewasa awal menurut Khorasan (dalam Gholampour, dkk 2013) orang dewasa awal yang belum memiliki kematangan emosional adalah pribadi yang mengalami masalah dan sulit dalam menyembunyikan kelemahannya. Ketidakmatangan emosional menyebabkan orang dewasa awal menjadi pribadi yang sangat rentan dan tidak memiliki perilaku dan emosi yang stabil dan mudah tersinggung. Sementara Gibson (2015) menjelaskan bahwa permasalahan kematangan emosional pada orang dewasa awal merupakan bagian dari ketidakmampuan orangtua di masa lalu.

ketidakmampuan orangtua berupa lemahnya keintiman emosional, sehingga pada masa dewasa awal banyak mereka yang mengalami gangguan emosional dan banyak mengalami kesepian.

Pendapat lain dari Singh & Sharma (2014) menjelaskan bahwa pada masa dewasa awal ketika emosi menjadi tidak terkendali dan tidak terkontrol, maka orang dewasa awal akan mengalami suasana hati menjadi ekstrem dan persisten yang dapat menyebabkan depresi. Emosi timbul akibat dari berbagai masalah yang muncul mulai dari diri sendiri atau akibat dari lingkungan. hal tersebut menggambarkan bahwa terjadinya permasalahan lemahnya kematangan emosional.

Permasalahan emosi yang tidak matang pada orang dewasa awal menjadi hal yang sangat memprihatinkan dengan melihat bahwa terdapat kriteria – kriteria kematangan emosional yang seharusnya dimiliki oleh orang dewasa. Murray (dalam Bhattacharjee, 2016) menjelaskan bahwa kriteria orang dewasa awal dalam memiliki kematangan emosional yaitu orang dewasa awal menerima diri sendiri dan memiliki kemampuan memberi kepada orang lain. memiliki kemampuan menghadapi kenyataan dan realitas yang ada. tidak hanya itu, orang dewasa yang memiliki kematangan emosional memiliki hubungan relasi yang positif dengan lingkungan dan pengalaman hidup dan belajar dari banyak pengalaman, baik dari pengalaman diri sendiri maupun orang lain.

Terakhir yaitu orang dewasa awal dengan kematangan emosional akan mampu menghadapi frustrasi dan permusuhan secara konstruktif.

Berdasarkan pada penjelasan di atas bisa dipahami bahwa orangtua dengan berbagai gangguan mental khususnya skizofrenia mengalami keberfungsian yang lemah dalam menjalankan fungsi sebagai orangtua, sehingga memberikan dampak negatif pada orang dewasa awal dan akibatnya banyak yang menunjukkan gejala – gejala emosional yang tidak stabil dalam aspek kehidupannya. Melihat fenomena dan dampak yang terjadi pada orang dewasa awal yang memiliki orangtua gangguan skizofrenia memberikan sebuah dinamika yang dapat ditarik kesimpulan bahwa gejala–gejala yang dimunculkan merupakan bagian kurang matangnya emosional. Emosional orang dewasa awal dengan orangtua gangguan jiwa sangat terganggu, sehingga tidak mampu mengontrol, mengendalikan emosinya serta tidak mampu menghadapi tekanan hidup yang berujung pada munculnya gangguan – gangguan mental.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini ialah bagaimana dinamika kematangan emosional orang dewasa awal yang memiliki orangtua gangguan skizofrenia ?

C. Tujuan Penelitian

Melihat dinamika kematangan emosional pada orang dewasa awal yang memiliki orangtua gangguan skizofrenia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi acuan bagi kemajuan ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya psikologi perkembangan dan psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi atau menjadi referensi bagi para praktisi psikologi perkembangan dan psikologi klinis dalam pengetahuan kematangan emosional pada orang dewasa awal yang memiliki orangtua gangguan skizofrenia.