

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang menjadi jembatan antara masa kanak-kanak ke dewasa. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2014), masa remaja didefinisikan sebagai periode pada rentang usia 10-19 tahun, yang terbagi dalam dua kategori utama, yakni remaja muda dengan rentang usia 10-14 tahun, serta remaja akhir yang mencakup usia 15-20 tahun (Siburian & Ricky, 2024). Sementara itu, berdasarkan Permenkes RI No. 25 Tahun 2014, remaja didefinisikan sebagai individu dengan rentang usia 10 sampai 18 tahun. Pada tahap ini, remaja memiliki karakteristik unik yang membedakannya dari fase kehidupan lain, serta mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang penting dalam mempersiapkan diri menuju kedewasaan yang sehat (Astuti, 2024).

Berdasarkan laporan UNICEF (*United Nations International Children's Emergency Fund*), jumlah populasi remaja secara global diperkirakan mencapai 1,3 miliar atau sekitar 16% dari total populasi dunia (UNICEF, 2024). Menurut hasil Susenas (Survei Sosial Ekonomi Nasional) tahun 2023, terdapat sekitar 64,16 juta pemuda di Indonesia atau 23,18% dari total populasi. Meskipun demikian, persentase ini menunjukkan penurunan 24,53% dibandingkan pada tahun 2014 (Badan Pusat Statistik, 2023). Di wilayah Jawa Barat, terdapat sekitar 3,3 juta remaja dalam rentang usia 15-19 tahun (Disdukcapil Jawa Barat, 2023). Secara lebih lokal, di Kota Depok, Badan Pusat Statistik mencatat 173.243 remaja pada 2023, dengan komposisi 89.555 laki-laki dan 83.688 perempuan (Badan Pusat Statistik Kota Depok, 2024).

Remaja mengalami perubahan besar yang mencakup aspek tubuh, fungsi tubuh, mental, serta emosi dan interaksi sosial (Auliya & Setiyowati, 2024). Sejalan dengan perubahan tersebut, mereka menjadi lebih rentan terhadap berbagai konflik, baik yang muncul secara internal maupun dipengaruhi oleh faktor eksternal. Hal ini terjadi karena remaja harus menyesuaikan diri secara fisik, emosional, dan sosial dalam transisi menuju dewasa (Nyiagani & Kristinawati, 2021).

Selain itu, tuntutan yang meningkat dalam fase ini membuat remaja lebih rentan terhadap berbagai masalah. Pengalaman baru yang menantang, tekanan emosional, serta tuntutan akademis dan sosial dapat memicu ketegangan yang berdampak pada kesejahteraan mereka (Nur'aeni *et al.*, 2023). Konflik dengan teman, nilai buruk, masalah keluarga, dan perundungan sering menjadi sumber tekanan yang memperburuk kondisi psikologis remaja. Oleh karena itu, penting bagi mereka untuk mengembangkan resiliensi agar mampu menghadapi berbagai tantangan hidup sebagai bagian dari proses kematangan emosional (Saripah & Utami, 2023).

Pada remaja, resiliensi mengacu pada kemampuan untuk bertahan di tengah kondisi yang penuh tekanan. Remaja dengan ketahanan tinggi cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik, menjaga harapan positif, dan menghadapi tantangan secara konstruktif. Mereka menjadikan kesulitan sebagai pendorong untuk berkembang dan mengasah kemampuan seperti pengendalian diri, optimisme, empati, dan rasa percaya diri (Amelisastri, 2024). Di sisi lain, rendahnya tingkat resiliensi dapat menghambat individu dalam menilai situasi, menyelesaikan masalah, serta mengembangkan diri atau bangkit dari keterpurukan dan kesulitan hidup. Tanpa resiliensi, seseorang juga akan kehilangan keberanian, ketekunan,

pemikiran rasional, serta pemahaman yang mendalam terhadap berbagai aspek kehidupan (Mir'atannisa *et al.*, 2019).

Temuan penelitian oleh Marta *et al.* (2023) mengungkapkan bahwa mayoritas responden, yakni 55%, memiliki tingkat ketahanan yang masuk dalam kategori tinggi. Apabila dibandingkan berdasarkan gender, terdapat perbedaan yang jelas dalam tingkat ketahanan. Perempuan pada masa remaja cenderung memiliki ketahanan yang lebih kuat dibandingkan laki-laki seusianya. Sementara itu, penelitian yang dilakukan di Jawa Barat setelah pandemi COVID-19 mencatat bahwa tingkat ketahanan remaja termasuk dalam kategori rendah, yakni sebesar 51,3% (Saripah & Utami, 2023). Menurut Howell *et al.* (2020), sebagaimana dikutip oleh Syamsiah *et al.* (2022), resiliensi memiliki dampak pada kesehatan mental remaja di masa depan. Remaja dengan ketahanan rendah lebih rentan menghadapi masalah kesehatan mental, sementara mereka yang memiliki ketahanan tinggi cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih stabil.

Data UNICEF (2022) semakin menegaskan urgensi ini, mengungkapkan bahwa pada tahun 2019, sekitar satu dari tujuh remaja di dunia mengalami masalah kesehatan mental, setara dengan 166 juta individu, terdiri atas 89 juta pria dan 77 juta wanita. Di Indonesia, situasi serupa juga terlihat, di mana menurut data Survei Kesehatan Mental Remaja Nasional Indonesia (I-NAMHS) tahun 2023, sekitar satu dari tiga remaja (34,9%) atau sekitar 15,5 juta remaja mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental dalam periode 12 bulan terakhir. Meskipun jumlahnya signifikan, hanya 2,6% dari remaja yang menghadapi masalah kesehatan mental tersebut yang telah memperoleh akses ke layanan dukungan atau konseling untuk

mengatasi isu emosional dan perilaku mereka selama periode tersebut (*Indonesia National Adolescent Mental Health Survey, 2022*).

Di tingkat daerah, data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI), (2023) mengungkapkan bahwa tingkat prevalensi gangguan kesehatan jiwa di kalangan penduduk berumur di atas 15 tahun di Jawa Barat mencapai 4,4% dari total populasi atau sekitar 113.568 orang. Data ini menunjukkan bahwa kesehatan mental menjadi isu yang semakin signifikan dalam masyarakat, terutama pada kelompok usia remaja yang berada dalam masa transisi penuh tantangan.

Menurut Anggraini *et al.* (2023), resiliensi memiliki peranan penting dalam meningkatkan kesehatan mental seseorang. Dukungan sosial, terutama dari keluarga, berperan penting dalam meningkatkan resiliensi dengan memberikan penguatan emosi positif dan perlindungan dari tekanan hidup (Oktavia & Muhopilah, 2021). Orang tua memiliki peran utama dalam membangun ketahanan anak melalui pemberian rasa nyaman, perhatian, penghargaan, dan bantuan dalam berbagai aspek kehidupan, yang diterima anak melalui interaksi dengan mereka (Rosalina & Yamlean, 2021).

Bentuk dukungan ini dapat diwujudkan dengan mendampingi anak dalam proses belajar, memenuhi kebutuhan pendidikan, menciptakan lingkungan rumah yang kondusif, memberikan perhatian serta cinta, serta memberikan dorongan semangat. Selain itu, orang tua juga berperan dalam mendaftarkan anak di lembaga pendidikan berkualitas, yang secara signifikan berkontribusi terhadap perkembangan dan kesejahteraan anak (Alhafid & Nora, 2020).

Selain dukungan sosial, faktor lain yang berperan dalam ketahanan diri yaitu kemampuan dalam mengelola emosi. Ketika seseorang menghadapi stres

yang memunculkan perasaan negatif, kecerdasan emosional berfungsi untuk mengarahkan tindakan tertentu sebagai respons terhadap stres tersebut. Meningkatkan ketahanan diri memungkinkan individu untuk mengatasi berbagai masalah dengan lebih baik dan menunjukkan keberanian serta kedewasaan dalam mengelola emosi mereka (Anggraini & Yanto, 2023).

Menurut studi yang dilakukan oleh Amalia dan Ahmad (2023) berjudul *"Hubungan Psychological Well-Being dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Resiliensi Siswa Pada New Normal Pandemi COVID-19"*, ditemukan bahwa kesejahteraan mental serta bantuan sosial dari orang tua berkontribusi terhadap ketahanan peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan 248 siswa SMA. Hasilnya menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis ( $\beta = 0,288$ ) dan dukungan sosial orang tua ( $\beta = 0,018$ ) memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi siswa. Dengan demikian, kedua aspek tersebut saling berkaitan erat dengan resiliensi.

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Priambudi (2022) berjudul *"Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Siswa di SMA Negeri 2 Karanganyar"*, hasil penelitian mengindikasikan bahwa siswa kelas XI menunjukkan kecerdasan emosional dan tingkat resiliensi yang tinggi. Analisis *Product-Moment Pearson Correlation* mengungkapkan adanya keterkaitan yang signifikan dan positif antara kedua variabel tersebut. Uji regresi sederhana menemukan bahwa kecerdasan emosional memberikan kontribusi sebesar 54% terhadap resiliensi. Sementara itu, 46% lainnya bergantung pada aspek lain, termasuk kemampuan intelektual dan bantuan dari orang tua.

Berdasarkan temuan wawancara dalam penelitian awal, diketahui bahwa lima pelajar SMA Master Indonesia, Kota Depok, pernah mengalami masa-masa sulit, baik di lingkungan pertemanan maupun keluarga. Para siswa tersebut menyatakan bahwa dalam situasi sulit, mereka tidak pernah menyakiti diri sendiri maupun orang lain, melainkan berusaha mengalihkan perhatian mereka dengan hal-hal positif, seperti menonton drama Korea. Namun, salah satu dari lima siswa menyatakan bahwa saat menghadapi kesulitan, ia memilih untuk menangis daripada mencari pengalihan. Selanjutnya, tiga dari lima siswa yang diwawancarai mengaku tidak pernah berbagi cerita kepada orang tua mereka saat mengalami kesulitan dan merasa tidak menerima dukungan dari orang tua. Penyebabnya adalah latar belakang keluarga yang tergolong *broken home*. Saat dimintai pendapat mengenai peran dukungan orang tua, seluruh pelajar yang diwawancarai menyatakan bahwa peran tersebut sangat berpengaruh dalam kehidupan mereka.

Berdasarkan fenomena yang diidentifikasi dalam studi pendahuluan serta penjelasan latar belakang, peneliti memiliki ketertarikan untuk melaksanakan penelitian berjudul “Hubungan Antara Dukungan Orang Tua dan Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Remaja di SMA Master Indonesia Kota Depok”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan antara *support* orang tua serta kecerdasan emosional terhadap ketahanan diri pada remaja.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Menyesuaikan dengan latar belakang yang telah dijelaskan, penelitian ini berfokus pada apakah terdapat keterkaitan antara dukungan orang tua serta kecerdasan emosional terhadap ketahanan remaja di SMA Master Indonesia, Kota Depok.

### **1.3 Tujuan**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji keterkaitan antara dukungan orang tua dan kecerdasan emosional dengan ketahanan remaja di SMA Master Indonesia, Depok.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Penelitian ini memiliki tujuan spesifik sebagai berikut:

- 1) Teridentifikasi gambaran dukungan orang tua yang diterima oleh remaja di SMA Master Indonesia, Kota Depok.
- 2) Teridentifikasi gambaran kecerdasan emosional remaja di SMA Master Indonesia, Kota Depok.
- 3) Teridentifikasi gambaran resiliensi remaja di SMA Master Indonesia, Kota Depok.
- 4) Teridentifikasi hubungan antara dukungan orang tua dan resiliensi pada remaja di SMA Master Indonesia, Kota Depok.
- 5) Teridentifikasi hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada remaja di SMA Master Indonesia, Kota Depok.

### **1.4 Manfaat**

#### **1.4.1 Bagi Responden**

Penelitian ini bermanfaat bagi responden dengan memberikan pemahaman mengenai pentingnya dukungan orang tua dan kecerdasan emosional dalam meningkatkan resiliensi mereka. Responden dapat lebih menyadari faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan mental dan bagaimana menghadapi tantangan dalam hidup.

#### **1.4.2 Bagi Institusi**

Penelitian ini bermanfaat bagi institusi pendidikan dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan orang tua dan kecerdasan emosional dalam membangun resiliensi remaja. Dengan demikian, institusi pendidikan dapat merancang program yang mendukung kesehatan mental siswa serta menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif.

#### **1.4.3 Bagi Peneliti**

Penelitian ini bermanfaat bagi peneliti dalam memperdalam pemahaman tentang keterhubungan antara peran dukungan orang tua, kecerdasan emosional, serta ketahanan remaja. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk penelitian mendatang dengan variabel yang relevan.

#### **1.4.4 Bagi Masyarakat**

Penelitian ini memberikan kontribusi bagi masyarakat dalam meningkatkan pemahaman tentang peran dukungan orang tua dan kecerdasan emosional dalam membangun resiliensi remaja, sehingga mendorong perhatian lebih terhadap penguatan mental dan daya tahan remaja dalam menghadapi tantangan.

