

**Hilangnya Peran Orang Tua Terhadap Kondisi Psikologis dan Mental Anak
"Studi Kasus: Emerging Adulthood"**

Radhiah Amna

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

radhiahamna@uinsu.ac.id

ABSTRACT

The role of parents in a child's psychological and mental development is very important. However, in some cases, this role may be lost or reduced, which will have an impact on the child's psychological and mental state. In this context, the loss of parental roles may occur for various reasons, such as divorce, death, economic or other conditions that result in parents being unable to fulfill their roles fully. In many cases, this leads to children feeling deprived of attention, protection and affection from their parents. This study focuses on "Emerging Adulthood", the transition phase from adolescence to adulthood, where individuals undergo major changes in various aspects of their lives. This study aims to understand the impact of the loss of parental role in this phase to provide in-depth insights based on individual experiences.

Keywords: *parental role, emerging adulthood, psychological, mental, adolescent, child.*

ABSTRAK

Peran orang tua dalam perkembangan psikologis dan mental anak sangat penting. Namun, dalam beberapa kasus, peran ini mungkin hilang atau berkurang, yang akan berdampak pada kondisi psikologis dan mental anak. Dalam konteks ini, hilangnya peran orang tua dapat terjadi karena berbagai alasan, seperti perceraian, kematian, ekonomi atau kondisi lain yang mengakibatkan orang tua tidak dapat memenuhi peran mereka sepenuhnya. Dalam banyak kasus, hal ini menyebabkan anak merasa kurang mendapatkan perhatian, perlindungan, dan kasih sayang dari orang tua mereka. Studi ini berfokus pada "Emerging Adulthood", Fase transisi dari remaja ke dewasa, di mana individu menjalani perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Studi ini bertujuan untuk memahami dampak dari hilangnya peran orang tua pada fase ini guna memberikan wawasan mendalam berdasarkan pengalaman individu.

Kata kunci : *peran orang tua, emerging adulthood, psikologis, mental, remaja, anak.*

PENDAHULUAN

Emerging Adulthood adalah suatu tahapan psikologis yang ditemukan oleh Psikolog Jeffrey Arnett pada awal tahun 2000. Teori ini membahas tentang perkembangan psikologis individu berusia 18-25 tahun sebagai masa transisi antara masa remaja menuju masa dewasa (Arnett:2000) Di masa ini individu sering melakukan eksperimen dan eksplorasi diri, status hubungan, seperti melajang, hidup bersama, atau menikah. perasaan antusias dalam merancang rencana untuk menghadapi tantangan menuju masa dewasa. Pada masa dewasa muda ini, mereka juga berusaha untuk lebih mandiri dan tidak bergantung pada orang tua, serta menjelajahi berbagai kemungkinan sebelum membuat komitmen (Arnett, 2013).\

Arnett (2013) juga menjelaskan bahwa terdapat lima ciri-ciri masa dewasa awal, yang pertama adalah usia eksplorasi identitas (*self-exploration*), sebagian besar individu

mengalami perubahan-perubahan penting mengenai identitas terutama dalam hubungan percintaan dan pekerjaan. Yang kedua adalah usia ketidakstabilan, (*instability*), yaitu masa dimana individu sering mengeksplorasi kehidupan sehingga mengakibatkan ketidakstabilan dalam hal hubungan romantis, pekerjaan dan pendidikan. Ketiga, fokus pada diri sendiri (*the self focus age*), merupakan masa dimana individu memusatkan perhatian pada dirinya sendiri untuk mengembangkan pengetahuan, kemampuan (*skill*) dan memahami dirinya sendiri, sehingga kurang terlibat dalam kewajiban sosial, melaksanakan tugas dan berkomitmen terhadap orang lain. dan mengakibatkan individu mempunyai otonomi yang besar dalam mengatur kehidupannya. Keempat, *ambiguitas* (usia perasaan di antara), merupakan masa ketika individu tidak menganggap dirinya remaja atau sepenuhnya dewasa dan berpengalaman. Kelima, yaitu *the age of possibilities* (kemungkinan mengeksplorasi dan bereksperimen), yaitu masa dimana individu mempunyai kesempatan untuk mengambil keputusan dalam hidupnya, sehingga individu akan melakukan eksplorasi dan eksperimen untuk memperoleh peluang dalam mencapai tujuan hidupnya.

Orang tua adalah sosok yang paling dekat dengan anak. Perlu kerja sama antara ibu dan ayah dalam membesarkan anak. Hal yang harus dipenuhi agar anak merasa aman dan nyaman saat berada di dalam rumah adalah suasana rumah, suasana rumah yang hangat dengan perasaan yang aman adalah hal dasar yang harus ada dalam keluarga. Merasa aman dan nyaman merupakan kebutuhan dasar dan hanya dapat diperoleh dalam lingkungan keluarga yang memiliki kemakmuran di dalamnya. (Asih dkk., 2012)

Namun bagi seorang anak yang belum mengetahui apa-apa dan belum mampu menguasai dunia luar, fakta yang seringkali dihadapi anak tersebut adalah kehilangan. Dalam proses tumbuh kembangnya, seorang anak yang kehilangan orangtuanya dapat disebabkan oleh perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, orang tua yang meninggal, orang tua yang lari dari tanggung jawab sehingga menyebabkan anak merasa kesepian, kesedihan yang mendalam, cemburu. Selain kesedihan dan kehilangan yang luar biasa, yang juga disertai dengan rendahnya kepercayaan diri, ketidakmampuan dalam mengendalikan diri, inisiatif, keberanian mengambil resiko, dan kesejahteraan psikologis, berkomitmen, serta kecenderungan neurotik. Berdasarkan hal tersebut peneliti akan mengajukan hasil penelitian berdasarkan paparan yang telah disajikan diatas, tentang apa yang dirasakan individu akibat kehilangan peran orang tua pada masa *Emerging Adulthood*, merujuk ke berbagai keputusan yang akan dibuatnya.

Dalam masyarakat modern, peran orang tua dalam pengasuhan anak mengalami perubahan signifikan, terutama pada fase emerging adulthood, yaitu periode transisi dari masa remaja ke dewasa muda. Fenomena ini menciptakan sebuah gap yang nyata antara ekspektasi sosial dan kenyataan yang dihadapi oleh anak-anak, khususnya dalam hal dukungan emosional dan psikologis. Perubahan gaya hidup, tuntutan pekerjaan, dan pergeseran nilai-nilai sosial telah menyebabkan banyak orang tua terlibat secara kurang intensif dalam kehidupan sehari-hari anak-anak mereka. Akibatnya, anak-anak, terutama yang berada di fase emerging adulthood, sering kali mengalami kesulitan dalam mengatasi

tantangan psikologis dan emosional mereka tanpa dukungan yang memadai dari orang tua mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak hilangnya peran orang tua terhadap kondisi psikologis dan mental anak-anak pada fase emerging adulthood. Dengan memahami dinamika pergeseran peran orang tua dan bagaimana hal ini memengaruhi kesejahteraan mental anak, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang kebutuhan dukungan emosional dan psikologis yang diperlukan oleh individu dalam transisi menuju kedewasaan. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan hilangnya peran orang tua dan bagaimana hal tersebut berdampak pada kesehatan mental serta kesejahteraan psikologis anak-anak di usia dewasa muda.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti mengadopsi metode wawancara dengan pendekatan kualitatif untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang pengalaman dan kondisi psikologis individu, khususnya dalam konteks hilangnya peran orang tua pada emerging adulthood. Wawancara dilakukan secara virtual melalui video call via WhatsApp pada tanggal 27 Maret 2024 dengan seorang wanita bernama Indah Lestari, berusia 23 tahun, yang tinggal di Desa Menia, Kecamatan Sabu Barat, Kabupaten Sabu Raijua, Nusa Tenggara Timur. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti untuk menggali pengalaman subjektif dan persepsi individu secara lebih mendetail, serta memahami nuansa emosional dan psikologis yang mungkin tidak dapat diungkapkan melalui metode kuantitatif.

Untuk mendukung proses pengumpulan data, peneliti memanfaatkan beberapa instrumen dokumentasi, termasuk alat perekam untuk merekam percakapan wawancara, handphone untuk melakukan video call, dan daftar pertanyaan sebagai panduan untuk memastikan semua aspek relevan tercakup selama wawancara. Penggunaan alat perekam memungkinkan peneliti untuk menangkap informasi secara akurat dan mendetail, sementara handphone memfasilitasi komunikasi jarak jauh dengan peserta wawancara yang berada di lokasi yang mungkin sulit dijangkau secara fisik. Daftar pertanyaan dirancang untuk mengarahkan diskusi dan memastikan bahwa semua tema penting terkait dengan kondisi psikologis dan pengalaman individu di fase emerging adulthood dapat dieksplorasi secara menyeluruh. Kombinasi metode ini diharapkan dapat menghasilkan data yang kaya dan informatif, memberikan wawasan yang mendalam tentang dampak hilangnya peran orang tua terhadap kesejahteraan mental individu di usia dewasa muda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara mendalam kepada responden, ditemukan bahwa responden adalah seorang wanita yang sedang berada dalam masa "Emerging Adulthood" merupakan lulusan dari Universitas Nusa Cendana yang sejak kecil telah ditinggalkan oleh orangtuanya. Ayahnya, meninggal sejak responden berusia 4 tahun dan ibunya merantau beberapa bulan sepeninggalnya ayahnya dan tidak pernah kembali hingga saat ini. Dalam

mengasuh anak, tanggung jawab dipindahkan kepada kakek-neneknya. Responden menyatakan bahwa pada masa itu belum dapat dijelaskan bagaimana perasaan yang dirasakan, namun menginjak usia remaja, tepatnya pada masa Sekolah Menengah Pertama, responden mengaku bahwa peran orang tua itu sangat penting. Responden mengalami beberapa hal diantaranya sebagai berikut:

1. **Cemburu**
Responden mengaku sering merasa cemburu semasa sekolah, dikarenakan melihat teman-temannya yang mendapatkan kasih sayang dan perhatian yang lebih dari orang tuanya dan selalu didampingi kemanapun pergi.
2. **Merasa Kosong**
Meskipun tinggal satu rumah dengan saudara dan keluarga sepupu, responden selalu merasa kosong, hampa, tidak merasakan adanya *support system* disekitarnya terlebih lagi pada masa-masa akhir perkuliahan saat menyusun skripsi.
3. **People Pleaser**
Adalah kondisi dimana seseorang sulit untuk mengatakan tidak pada sesuatu hal, melakukan pekerjaan yg lebih daripada pekerjaannya sendiri, mengatakan dirinya dalam kondisi baik padahal tidak, hingga mengorbankan diri sendiri. Dalam kasus ini responden mengaku menjadi people pleaser, dimana selalu menuruti keinginan orang lain demi membahagiakan orang tersebut, sehingga responden lupa akan kebahagiaan dan kondisi dirinya sendiri.
4. **Sensitif**
Responden mudah nangis terhadap hal-hal kecil, selalu merasa bersalah dan meminta maaf terhadap hal yang sepele
5. **Trust Issue, Butuh Validasi dan Rasa Kasih Sayang**
Responden yang mengaku merasa kehilangan peran orang tuanya sejak kecil selalu meminta rasa kasih sayang dan validasi dari orang sekitar, terlebih lagi dikarenakan meninggalnya sosok ayah, responden lebih sering meminta rasa kasih sayang dari seorang laki-laki, namun dengan masalah kepercayaan (*Trust Issue*) yang dimiliki, responden pun sulit untuk percaya terhadap setiap ucapan dan perbuatan, sehingga responden lebih memilih untuk berdiri pada prinsipnya sendiri. Ini dibuktikan dengan responden yang tidak dapat berkomitmen dalam suatu hubungan.
6. **Ragu untuk Menikah**
Dalam ketidakkonsistennya dalam berkomitmen, keinginan dalam diri responden untuk tidak menikah pernah muncul dalam dirinya, di satu sisi responden ingin membangun hubungan rumah tangga yang harmonis agar tidak ada lagi korban kehilangan peran orang tua seperti dirinya, tapi disatu sisi responden belum siap untuk memulai.
7. **Mudah Bersemangat dan Mudah Menyerah**
Dalam waktu tertentu responden merasa sangat antusias dan bersemangat dalam menjalani hari, namun pada waktu tertentu pula ada beberapa hari dimana responden merasa sangat putus asa.

8. Keinginan Bunuh Diri

Responden sering melakukan upaya bunuh diri ketika sudah tidak tau lagi kemana arah untuk pulang. Namun hal tersebut dapat dicegah oleh teman-teman responden yang selalu menjadi *support system* utama baginya dengan memberikan semangat bahwa masih ada seorang adik yang harus responden bahagiakan.

Hasil wawancara dengan Indah Lestari menunjukkan bahwa hilangnya peran orang tua berpengaruh signifikan terhadap kondisi psikologis dan mental individu di fase emerging adulthood. Indah mengungkapkan perasaan kesepian dan kekurangan dukungan emosional sebagai dampak utama dari keterbatasan peran orang tua dalam hidupnya. Meskipun ia mengakui adanya upaya mandiri untuk mengatasi tantangan tersebut, ia merasakan kurangnya arahan dan perhatian yang sebelumnya diberikan oleh orang tua. Pengalaman ini mencerminkan tren yang lebih luas di kalangan individu muda yang menghadapi transisi menuju dewasa dengan kurangnya dukungan parental, yang dapat mengakibatkan stres emosional dan kesulitan dalam pengambilan keputusan hidup.

Penelitian ini menegaskan pentingnya peran orang tua dalam mendukung kesejahteraan psikologis anak-anak mereka selama fase emerging adulthood. Temuan dari wawancara ini memberikan gambaran yang jelas tentang bagaimana perubahan dalam keterlibatan orang tua dapat mempengaruhi kondisi mental dan emosional individu muda. Oleh karena itu, ada kebutuhan mendesak untuk menciptakan mekanisme dukungan yang lebih baik bagi individu di fase ini, baik dari segi keluarga maupun masyarakat, untuk memastikan transisi yang lebih lancar dan lebih sehat ke kehidupan dewasa. Program-program dukungan emosional dan konseling yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan khusus individu di fase emerging adulthood bisa menjadi langkah penting untuk mengatasi dampak negatif dari hilangnya peran orang tua.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa *Emerging Adulthood* adalah tahapan psikologis yang melibatkan individu berusia 18-25 tahun dalam masa transisi dari remaja ke dewasa. Selama periode ini, individu melakukan eksplorasi diri, hubungan, dan merencanakan masa depan. Terdapat lima ciri-ciri utama masa dewasa awal, termasuk eksplorasi identitas, ketidakstabilan, fokus pada diri sendiri, ambiguitas, dan kemungkinan eksplorasi dan eksperimen. Tetapi, untuk menjalani kehidupan pada masa saat kehilangan peran orang tua cukup sulit dilakukan pada individu. Kekurangan *support system* dari lingkungan keluarga dapat menimbulkan beberapa dampak diantaranya; rasa cemburu, perasaan kosong, kebutuhan akan validasi dan kasih sayang, masalah kepercayaan, kesulitan dalam komitmen, semangat yang hilang timbul dan hingga pemikiran untuk bunuh diri. Untuk itu peranan orang tua sangat penting terlebih lagi jika anak mulai memasuki usia remaja, karena masa remaja adalah tahap awal berkembangnya masa dewasa. Jika peran orang tua memenuhi, maka anak akan mampu untuk menjalani masa-masa selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anatasya, R. (2023). "Inner Child Issue Akibat Hilangnya Peran Ayah Karena Perceraian," 2 (3).
- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development from The Late Teens Through The Twenties. *American psychologist*, 55(5), 469. <https://www.researchgate.net/publication/12476725>.
- Arini, DP (2021). Munculnya Masa Dewasa: Perkembangan Teori Erikson Tentang Teori Psikososial di Abad ke-21. *Jurnal Ilmiah Psyche*. 15 (01), 11-20.
- Fabiani, RRM, & Krisnani, H. (2020). Pentingnya Peran Orang Tua Dalam Membangun Rasa Percaya Diri Anak Sejak Dini. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7 (1), 40.
- Ismiati, I. (2018). Perceraian Orang Tua dan Problem Psikologis Anak. *At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1).
- Nurhayati, N., Buhanuddin, B., & Anis, M. (2022). Pengaruh Kehilangan Orang Tua Terhadap Kondisi Psikologis Anak Di Desa Saohiring Kec. Sinjai Tengah Kabupaten Sinjai. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 45-51.
- Salvatore, C., (2018). Emerging adulthood: A Time of Instability, Exploration, and Change. Sex, Crime, Drugs, and Just Plain Stupid Behaviors: The New Face of Young Adulthood in America, 19-30. <https://www.researchgate.net/publication/323146806>.