

BAB 1

PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah komponen kesehatan yang integral dan penting bagi keseluruhan kesehatan individu. WHO (*World Health Organization*) menyatakan: “Kesehatan adalah suatu keadaan kesejahteraan fisik, mental dan sosial yang lengkap dan bukan hanya ketiadaan penyakit.”¹ Sebagai salah satu komponen kesehatan manusia secara global, kesehatan mental dinyatakan lebih dari sekadar ketiadaan gangguan mental atau kecacatan² maupun penyakit klinis lainnya. WHO memberikan 4 karakteristik secara terperinci yang dapat menjadi barometer makna kesehatan mental secara mendalam. Karakteristik-karakteristik tersebut adalah: 1) suatu keadaan kesejahteraan ketika individu menyadari kemampuannya sendiri; 2) dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal; 3) dapat bekerja secara produktif; 4) mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya.³

Sebuah data statistik yang dipaparkan oleh Mental Health America pada tahun 2018 mengungkapkan bahwa satu dari lima orang dewasa di Amerika mengalami gangguan kesehatan mental. Selain itu, peningkatan depresi dilaporkan

¹“Mental Health: Strengthening Our Response,” diakses 8 Mei 2018, <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.

²Ibid.

³Ibid.

terjadi di kalangan remaja sepanjang tahun 2012–2015.⁴ Penelitian longitudinal yang berasal dari belahan dunia Eropa melaporkan bahwa kesehatan mental merupakan salah satu dari penyebab utama munculnya penyakit fisik di seluruh dunia.⁵ Rafael Lozano dkk. memakai kata *disability* (ketidakmampuan) untuk menekankan besarnya dampak kesehatan mental ini terhadap dunia secara luas. Mereka berpendapat demikian sebab selain masalah fisik, timbulnya masalah perilaku seperti depresi, kecemasan, dan pemakaian narkoba juga dilaporkan dialami lebih dari 40 juta penderita per tahun dengan rentang usia 20–29 tahun.⁶ Di sisi lain, depresi dilaporkan sebagai kontributor utama terhadap maraknya kasus bunuh diri dan penyakit jantung.⁷

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Indonesia yang dilaporkan pada tahun 2013⁸ memperlihatkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai angka sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Sedangkan prevalensi gangguan jiwa berat, seperti skizofrenia mencapai angka sekitar 400.000 orang atau sebanyak 1,7 per 1.000 penduduk.

⁴“Mental Health Facts, Stats, and Data,” diakses 8 Mei 2018, <http://www.mentalhealthamerica.net/issues/state-mental-health-america>.

⁵Global Burden of Disease Study 2013 Collaborators, “Global, Regional, and National Incidence, Prevalence, and Years Lived with Disability for 301 Acute and Chronic Diseases and Injuries in 188 Countries, 1990-2013: A Systematic Analysis for the Global Burden for Disease Study 2013,” *The Lancet* 386, no. 9995 (August 22, 2015):743–800.

⁶Rafael Lozano et al., “Global and Regional Mortality from 235 Causes of Death for 20 Age Groups in 1990 and 2010: A Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2010,” *The Lancet* 380, no. 9859 (December 15, 2012): 2095–2128.

⁷Harvey A. Whiteford et al., “Global Burden of Disease Attributable to Mental and Substance Use Disorders: Findings from the Global Burden of Disease Study 2010,” *The Lancet* 382, no. 9904 (November 9, 2013): 1575–1586.

⁸“Kementerian Kesehatan Republik Indonesia,” diakses 9 Mei 2018, <http://www.depkes.go.id/article/print/16100700005/peran-keluarga-dukung-kesehatan-jiwa-masyarakat.html>.

Berdasarkan pemaparan di atas tampak jelas bahwa kesehatan mental merupakan sebuah isu yang telah menjadi masalah global. Dampak yang terjadi tidak hanya dari kalangan individu dewasa, tetapi juga remaja dengan skala yang cukup besar. Dengan demikian, kesehatan mental patut menjadi fokus perhatian masyarakat luas terutama di dalam mengkaji latar belakang dan penanggulangannya.

Latar Belakang Masalah

Para peneliti dan ahli klinis telah menyatakan bahwa terdapat kaitan yang kuat antara beberapa gangguan kesehatan mental seperti tersebut di atas, dengan *shame* yang ada dalam individu sebagai penderitanya. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Susan VanDerhei dkk. memperlihatkan bahwa *shame-proneness* memiliki hubungan dengan tingginya frekuensi individu untuk melukai dirinya sendiri secara fisik.⁹ Sementara penelitian lainnya mengatakan bahwa individu dewasa yang memiliki kecenderungan melukai diri (*NSSI-non suicidal self-injury*) tidak hanya berisiko terhadap diri secara fisik, namun juga meningkatkan kemungkinan untuk percobaan dan tindakan bunuh diri secara nyata.¹⁰ Dari pemaparan ini dapat dikatakan bahwa *shame* merupakan pemicu yang mendorong individu secara aktif melakukan tindakan perusakan diri, dari tahap ringan sampai ke tahap yang sangat fatal, yaitu menghilangkan nyawa.

⁹Susan VanDerhei et al., "The Effect of Shame-Proneness, Guilt-Proneness, and Internalizing Tendencies on Nonsuicidal Self-Injury," *Suicide and Life-Threatening Behavior* 44, no. 3 (June 2014): 317–330.

¹⁰Margaret S. Andover dan Brandon E. Gibb, "Non-Suicidal Self-Injury, Attempted Suicide, and Suicidal Intent among Psychiatric Inpatients," *Psychiatry Research* 178, no. 1 (June 2010): 101–105.

Tidak hanya terkait dengan masalah fisik, *shame* juga dinyatakan berhubungan dengan masalah perilaku. Penelitian Alexander L. Hsieh menyatakan adanya hubungan positif yang kuat antara depresi dan *shame* pada remaja (laki-laki) yang berusia rata-rata 15 tahun.¹¹ Kecenderungan dan gejala kecemasan (*anxiety*) juga berhubungan dengan *shame* sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Peter Muris dkk. terhadap anak dan remaja dengan rentang usia 8–13 tahun.¹² Mereka menyatakan bahwa tidak hanya kecenderungan (*proneness*) *anxiety* yang muncul dengan keberadaan *shame* dalam individu, namun juga gejala patologis *anxiety* yang lebih serius (*anxiety disorders*).

Shame

Brene Brown, peneliti dan profesor di University of Houston yang telah mempelajari *shame* selama 16 tahun terakhir, memberikan definisi *shame* sebagai berikut: “*Shame is the intensely painful feeling or experience of believing we are flawed and therefore unworthy of acceptance and belonging.*”¹³ Menurut Brown, *shame* tidak hanya terkait pada kesehatan mental individu, namun mampu memberikan dampak yang lebih luas. *Shame* dapat menyelinap, bersembunyi dan memberikan dampak besar ke dalam banyak aspek kehidupan manusia seperti *body*

¹¹Alexander L. Hsieh, “Power of Shame: The Moderating Effects of Parental and Peer Connection on the Relationship between Adolescent Shame and Depression, Self-Esteem, and Hope,” *Brigham Young University Scholars Archive* 3765 (August 2013): 25.

¹²Peter Muris et al., “Relations among Behavioral Inhibition, Shame- and Guilt-Proneness, and Anxiety Disorders Symptoms in Non-Clinical Children,” *Child Psychiatry & Human Development* 46, no. 2 (April 2015): 209–216.

¹³Brene Brown, *I Thought It Was Just Me: Women Reclaiming Power and Courage in a Culture of Shame* (New York: Gotham, 2007), 21.

image, kesehatan fisik, adiksi, relasi keluarga, *parenting*, dan juga pekerjaan.¹⁴

Dengan demikian, deskripsi Thomas J. Scheff tentang *shame* sebagai “*the master emotion of everyday life*”¹⁵ sangat tepat, sebab *shame* mengendalikan roda kehidupan dari individu yang menderitanya.

Sering kali *shame* disalah mengerti sebagai perasaan malu akibat kesalahan yang diperbuat yang disertai dengan gejala wajah memanas dan pipi memerah yang biasanya bersifat sementara. *Shame* memang dapat bersifat sementara, namun isu yang berada di baliknya sesungguhnya jauh lebih besar dan rumit, bahkan dapat bersifat menetap bagi penderitanya. *Shame* yang menguasai individu sedemikian rupa mampu memberikan dampak mengikat, dan jika tidak disadari sedini mungkin maka dampaknya bisa berlangsung seumur hidup.¹⁶

Shame juga dikaitkan dengan praktik budaya tertentu (misalnya Asia) yang dipahami sebagai dampak yang diakibatkan oleh kesadaran tentang tindakan kurang baik/kurang pantas yang tidak sesuai dengan norma agama atau norma masyarakat yang berlaku.¹⁷ Melalui pengertian ini, maka dapat dikatakan bahwa individu

¹⁴Ibid., 8.

¹⁵Thomas J. Scheff, “Shame in Self and Society,” *Symbolic Interaction* 26, no. 2 (May 2003): 239–262.

¹⁶John Bradshaw, *Healing the Shame that Binds You*, expanded and edited edition (Florida: Health Communications, 2005), vii.

¹⁷“Overcoming the Culture of Shame,” diakses 12 November 2018, <https://www.thegospelcoalition.org/article/overcoming-the-culture-of-shame/>. Sebuah artikel yang ditulis oleh Sam Louie, eks-reporter televisi pemenang Emmy Award yang menjadi ahli psikologi klinis dengan bidang khusus dalam adiksi dan misi penjangkauan orang-orang Kristen di Asia. Dia adalah penulis *Asian Honor: Overcoming the Culture of Silence*, sebuah buku tentang adiksi seks yang diarahkan pada budaya Asia, dan *Asian Shame and Addiction: Suffering in Silence*. Dalam budaya Asia yang memegang prinsip kolektif, persetujuan dan penerimaan kelompok memegang peranan sangat penting dalam kehidupan masyarakat. Norma kelompok sangat dijunjung tinggi sehingga menyebabkan individu merasakan kelumpuhan dalam jiwa sebab dorongan untuk terus mendapatkan persetujuan dan penerimaan sangatlah besar. Dalam psikologi, kondisi semacam ini disebut sebagai “*the false self*” yang merupakan pertahanan dan konstruksi yang dibutuhkan untuk melindungi ego. Asia sering kali dipandang memegang *shame-based culture*, yang mengacu pada fokus yang dimiliki seseorang atas apa yang orang lain pikirkan tentang dirinya.

mengalami penilaian dari orang lain. Tekanan sosial dan perilaku konformitas yang muncul akibat praktik budaya ini dapat memberikan kontribusi tambahan bagi (kemungkinan) *shame* yang telah ada dalam individu.

Penelitian *shame* di Indonesia lebih banyak terkait dengan *shame-based culture*, sementara dinamika *shame* dalam individu jarang dieksplorasi. Penulis melihat bahwa kesadaran atas pentingnya dinamika *shame* ini perlu mendapatkan perhatian yang lebih baik mengingat dampaknya bagi kesehatan mental individu cukup serius.

Penolakan Orang Tua

Keluarga memegang peranan penting dalam pembentukan kepribadian individu. Relasi orang tua-anak memberikan peran besar terhadap bagaimana anak melihat dirinya sendiri dan seberapa baik anak tersebut menghadapi tekanan kehidupan di masa dewasanya.¹⁸ Orang tua atau pengasuh merupakan kunci yang akan membuka pintu bagi pembentukan kepribadian anak dan mengarahkan mereka sesuai dengan pola pengasuhan yang diberikan.

Perilaku pengasuhan yang negatif memberikan kontribusi terhadap kemandirian anak di dalam mengolah *self-conscious emotion*¹⁹ terutama untuk *shame*.

¹⁸Alison L. Barton dan Michael S. Kirtley, "Gender Differences in the Relationships among Parenting Styles and College Student Mental Health," *Journal of American College Health* 60, no. 1 (January 2012): 21–26.

¹⁹June Price Tangney dan Jessica L. Tracy, Self-Conscious Emotions dalam Mark Leary, *Handbook of Self and Identity* (New York: Guilford, 2012), 446. *Self-conscious emotions* terdiri dari *shame*, *guilt*, *embarrassment*, dan *pride* yang ditimbulkan oleh refleksi diri dan evaluasi diri. Evaluasi diri ini mungkin terjadi di dalam atau di luar kesadaran manusia. Kemunculan emosi-emosi ini pada dasarnya melibatkan reaksi orang lain terhadap karakteristik atau perilaku individu.

Penelitian ini menyatakan bahwa pola asuh demikian meningkatkan kecenderungan pembentukan *shame* pada diri anak maupun remaja.²⁰ Pola pengasuhan negatif yang dimaksud adalah pengalaman penolakan orang tua seperti yang diungkapkan oleh sebuah studi mediasi yang dilakukan Sae-Young Han dan Yeon-Hwa Kim. Mereka melaporkan bahwa pengalaman penolakan (terutama oleh ibu) yang terjadi secara rutin memicu individu untuk menyalahkan dirinya, membentuk penilaian diri yang buruk sehingga meningkatkan munculnya *shame* di dalam diri secara signifikan.²¹

Salah satu pencetus teori kontemporer untuk pola asuh, Ronald P. Rohner, mengembangkan dan menyebut teorinya sebagai *Parental Acceptance and Rejection Theory* (PART). Dia menyatakan bahwa penolakan orang tua mengacu pada ketiadaan perasaan dan perilaku positif yang signifikan. Perilaku penolakan orang tua dapat diperlihatkan dengan perilaku menyakitkan baik secara fisik maupun psikologis dalam bentuk ekspresi dingin dan tidak menyenangkan, bermusuhan dan agresif, acuh tak acuh dan mengabaikan.²²

Para peneliti telah menyatakan dampak negatif dari penolakan orang tua terhadap perkembangan psikologis individu. *Psychology maladjustment* yang dapat

²⁰Peter Muris dan Cor Meesters, "Small or Big in the Eyes of the Other: On the Developmental Psychopathology of Self-Conscious Emotions as Shame, Guilt, and Pride," *Clinical Child and Family Psychology Review* 17, no. 1 (March 2014): 19–40.

²¹Sae-Young Han dan Yeon-Hwa Kim, "Interpersonal Rejection Experiences and Shame as Predictors of Susceptibility to Peer Pressure among Korean Children," *Social Behavior and Personality: An International Journal* 40, no. 7 (August 1, 2012): 1213–1231.

²²Ronald P. Rohner, Abdul Khaleque, dan David E. Cournoyer, "Cross-National Perspectives on Parental Acceptance-Rejection Theory," *Marriage & Family Review* 35, no. 3–4 (January 6, 2003): 85–105.

terjadi seperti kecemasan sosial,²³ rendahnya kompetensi sosial,²⁴ disregulasi emosi,²⁵ materialisme²⁶ bahkan juga berdampak pada kepuasan pernikahan.²⁷ Beberapa penelitian ini memang tidak menyebutkan bahwa *shame* berhubungan langsung dengan penolakan orang tua. Namun demikian, seperti yang telah dibahas sebelumnya, *shame* merupakan akar dari berbagai bentuk isu kesehatan mental dan gangguan psikologis yang mungkin muncul dalam individu. Dengan demikian dapat diprediksi pula bahwa penolakan orang tua memiliki hubungan dengan pembentukan *shame* pada diri anak-anak yang menjadi korbannya, yang termanifestasi dalam perilaku-perilaku tersebut.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa keluarga dengan pola asuh negatif memiliki potensi besar di dalam membentuk anak-anak dengan kepribadian *shame-prone* di masa dewasanya. Di sisi lain, ada satu penelitian yang menunjukkan bahwa ketika salah satu orang tua “kurang menolak” atau “lebih menerima” ternyata terdapat perbedaan terhadap munculnya *psychology maladjustment* dalam individu. Responden yang dipakai untuk penelitian ini adalah

²³Anastasia Giaouzi dan Theodoros Giovazolias, “Remembered Parental Rejection and Social Anxiety: The Mediating Role of Partner Acceptance-Rejection,” *Journal of Child and Family Studies* 24, no. 11 (November 2015): 3170–3179.

²⁴Eunjung Kim, “Korean American Parental Depressive Symptoms and Children’s Mental Health: The Mediating Role of Parental Acceptance–Rejection,” *Journal of Pediatric Nursing* 28, no. 1 (February 2013): 37–47.

²⁵Robert B. Casselman dan Melissa D. McKenzie, “Young Adults’ Recollections of Parental Rejection and Self-Reported Aggression: The Mediating Roles of Insecure Adult Attachment and Emotional Dysregulation,” *Journal of Child & Adolescent Trauma* 8, no. 1 (March 2015): 61–71.

²⁶Xinyuan Fu, Yu Kou, dan Ying Yang, “Materialistic Values among Chinese Adolescents: Effects of Parental Rejection and Self-Esteem,” *Child & Youth Care Forum* 44, no. 1 (February 2015): 43–57.

²⁷Stephanie H. Parade, Esther M. Leerkes, dan Heather M. Helms, “Remembered Parental Rejection and Postpartum Declines in Marital Satisfaction: Moderated Dyadic Links,” *Family Relations* 62, no. 2 (April 2013): 298–311.

anak dan remaja dengan rentang usia 10–16 tahun.²⁸ Para peneliti tersebut mengklaim bahwa hasil penelitian ini (walaupun dengan nilai yang relatif kecil) merupakan langkah maju dalam pemahaman atas dampak potensial dari setidaknya satu orang tua yang menerima.²⁹

Fakta ini diperkuat dengan penelitian Hsieh yang menyatakan hubungan peranan orang tua yang bergender sama dan koneksi dengan teman sebaya terhadap kemunculan depresi yang diakibatkan oleh *shame* yang telah ada dalam remaja (terutama laki-laki).³⁰ Hsieh mengungkapkan bahwa orang tua dan teman sebaya memiliki peranan yang sejajar namun berbeda fungsi pada remaja. Jika salah satu entitas berperan dalam pembentukan *shame* maka entitas yang lain akan bertindak sebagai pelindung.³¹ Berdasarkan penjelasan ini, tampaknya ada komunitas lain yang berperan positif atas *psychology maladjustment* dalam individu, salah satunya adalah komunitas teman sebaya. Sekolah sebagai tempat komunitas ini berada tampaknya juga dapat menjadi faktor penting yang patut dipertimbangkan untuk melihat keterkaitannya dengan keberadaan *shame* dalam individu, secara khusus remaja.

²⁸Maria Concetta Miranda et al., “Parental Acceptance–Rejection and Adolescent Maladjustment: Mothers’ and Fathers’ Combined Roles,” *Journal of Child and Family Studies* 25, no. 4 (April 2016): 1352–1362.

²⁹Ibid.

³⁰Hsieh, “Power of Shame,” 25.

³¹Ibid.

School Belonging

Roy F. Baumeister dan Mark R. Leary merupakan pencetus teori *sense of belonging* dengan menyatakan “*the need to belong is a powerful, fundamental, and extremely pervasive motivation.*” Mereka menegaskan bahwa kebutuhan *to belong* merupakan kebutuhan natural manusia yang dapat ditemukan dalam diri semua individu dari semua latar belakang budaya walaupun mungkin akan muncul dalam intensitas yang berbeda-beda.³² Kebutuhan *to belong* ini memiliki dua implikasi yang mungkin terjadi: 1) jika kebutuhan ini terpenuhi dengan syarat penerimaan dan dilibatkan, maka hal ini akan mendorong individu merasakan kebahagiaan, kenikmatan dan kepuasan; 2) jika kebutuhan ini tidak terpenuhi dengan syarat adanya penolakan, tidak dipedulikan dan tidak dilibatkan, maka individu akan merasakan perasaan negatif seperti kecemasan, depresi, dan kesepian.³³ Dengan demikian, terpenuhi atau tidaknya kebutuhan ini memiliki dampak terhadap pembentukan emosi individu, baik positif maupun negatif. Inti dari *belongingness* ini adalah keyakinan bahwa seseorang dihargai dan diperhatikan oleh orang lain, dan kondisi ini berjalan secara stabil serta akan bertahan bahkan dalam menghadapi konflik.³⁴

Sejalan dengan pengertian di atas, *school belonging* merujuk kepada *sense of belonging* atau perasaan dimiliki secara psikologis yang dirasakan siswa di dalam

³²Roy F. Baumeister dan Mark R. Leary, “The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation,” *Psychological Bulletin* 117, no. 3 (1995): 497–529.

³³Ibid.

³⁴Nathaniel M. Lambert et al., “To Belong Is to Matter: Sense of Belonging Enhances Meaning in Life,” *Personality and Social Psychology Bulletin* 39, no. 11 (November 1, 2013): 1418–1427.

sekolah maupun di dalam kelas. Konsep *school belonging* meliputi dukungan dan penghargaan terhadap otonomi pribadi siswa sehingga mereka merasa diterima, dihargai, terlibat, dan didukung dalam lingkungan sekolah.³⁵

Dalam berbagai studi empiris ditemukan bahwa dampak *school belonging* terhadap siswa dapat mengurangi kenakalan remaja,³⁶ termasuk di dalamnya adalah *bullying*.³⁷ *School belonging* memberikan kontribusi positif terhadap nilai akademik siswa dan berkaitan dengan tingkat depresi yang rendah.³⁸ Selain itu, *school belonging* juga berkontribusi (meredam) terhadap tindakan *bullying* kepada siswa dengan disabilitas.³⁹ Sementara dalam lingkungan universitas, *school belonging* berhubungan dengan dampak buruk dari tekanan yang dirasakan mahasiswa terhadap kepuasan hidup.⁴⁰ Secara singkat, *school belonging* berkaitan erat dengan kesehatan mental, kondisi psikologis, relasi interpersonal, dan kualitas hidup individu.

Dalam kaitannya dengan *shame*, *school belonging* tidak banyak mendapatkan fokus dalam penelitian para ahli. Carol D. Goodenow mengatakan bahwa *a sense of*

³⁵Carol Goodenow, "The Psychological Sense of School Membership among Adolescents: Scale Development and Educational Correlates," *Psychology in the Schools* 30, no. 1 (January 1993): 79–90.

³⁶Jannick Demanet dan Mieke Van Houtte, "School Belonging and School Misconduct: The Differing Role of Teacher and Peer Attachment," *Journal of Youth and Adolescence* 41, no. 4 (April 2012): 499–514.

³⁷Asha Goldweber, Tracy Evian Waasdorp, dan Catherine P. Bradshaw, "Examining the Link between Forms of Bullying Behaviors and Perceptions of Safety and Belonging among Secondary School Students," *Journal of School Psychology* 51, no. 4 (August 2013): 469–485.

³⁸Laura K. Maurizi et al., "Does Neighborhood Belonging Matter? Examining School and Neighborhood Belonging as Protective Factors for Latino Adolescents," *American Journal of Orthopsychiatry* 83, no. 2–3 (April 2013): 323–334.

³⁹Chad A. Rose, Cynthia G. Simpson, dan Stephanie K. Ellis, "The Relationship between School Belonging, Sibling Aggression and Bullying Involvement: Implications for Students with and without Disabilities," *Educational Psychology* 36, no. 8 (September 13, 2016): 1462–1486.

⁴⁰Asim Civitci, "Perceived Stress and Life Satisfaction in College Students: Belonging and Extracurricular Participation as Moderators," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 205 (October 2015): 271–281.

belonging dalam lingkungan belajar akan menyeimbangkan perasaan terekspose siswa (khususnya di depan umum).⁴¹ Walaupun perasaan tersebut merupakan salah satu ciri keberadaan *shame* dalam diri, namun dalam penelitiannya Goodenow tidak menyebutkan *shame* secara spesifik.

Melalui penelitiannya terhadap remaja SMP, Sanna Ulmanen dkk. mengungkapkan bahwa kurangnya *sense of belonging* terhadap teman sebaya (bukan *school belonging*) secara spesifik menyebabkan siswa mengalami kesepian, rasa tidak aman, ketakutan dan juga *shame*.⁴² Masih dengan usia responden yang sama, Un Fong Lam dkk. melaporkan bahwa penolakan sekolah memberikan dampak negatif, yaitu munculnya kecemasan, kemarahan, dan *shame* dalam diri siswanya.⁴³

Berdasarkan pemaparan di atas tampak bahwa *school belonging* layak mendapatkan perhatian yang lebih baik dalam keterkaitannya dengan *shame*. Jika kurangnya *school belonging* dapat memicu kemunculan *shame* dalam diri siswa, apakah dengan tingginya *school belonging* maka *shame* ini juga dapat berkurang? Sasaran tersebut adalah fokus penelitian ini dengan responden remaja SMA di sekolah Kristen di Malang sebagai subjek penelitian. Dengan demikian, judul penulisan tesis ini adalah sebagai berikut: Hubungan antara Penolakan Orang Tua dan *School Belonging* dengan *Shame* pada Remaja SMA Charis National Academy di Malang.

⁴¹Goodenow, "The Psychological Sense," 76–90.

⁴²Sanna Ulmanen et al., "The Anatomy of Adolescents' Emotional Engagement in Schoolwork," *Social Psychology of Education* 19, no. 3 (September 2016): 587–606.

⁴³Un Fong Lam et al., "It Feels Good to Learn Where I Belong: School Belonging, Academic Emotions, and Academic Achievement in Adolescents," *School Psychology International* 36, no. 4 (August 2015): 393–409.

Integrasi Psikologi-Teologi

Sejalan dengan pemikiran Brown di atas, Curt Thompson, seorang Kristen yang berprofesi sebagai psikiater membagikan pengalaman *shame* yang pernah dideritanya dalam jangka waktu yang cukup lama. Dia mengatakan bahwa *shame* merupakan “*silent, subtle, and characterized by the quiet self-condemning conversation that we've learned since we were kids.*”⁴⁴ Dalam pengalamannya, *shame* membuat dia menarik diri dan menjauh dari orang lain. Melalui wawancaranya dengan *Christianity Today* pada tahun 2016 lalu, Thompson memberikan gambaran komprehensif perihal *shame* yang ia paparkan melalui kaca mata iman Kristen. Dengan mengambil makna yang terdapat dalam kitab Kejadian, ia mengatakan bahwa penarikan diri yang ia lakukan merupakan tindakan bersembunyi sebagai respons alami terhadap *shame* yang dirasakan.⁴⁵

Dalam narasi besar Alkitab, *shame* merupakan sebuah penanda masuknya dosa pertama kali dalam sejarah kehidupan manusia. Ketika Adam dan Hawa jatuh ke dalam dosa, mereka menjauh dan bersembunyi dari Allah (Kej. 3:8). *Shame* yang muncul akibat dosa membuat mereka tidak mampu berhadapan lagi dengan Allah.⁴⁶ Adam dan Hawa bersembunyi dari Tuhan dalam ketakutan, sebuah ekspresi yang sama sekali berbeda ketika mereka masih hidup dalam keharmonisan dengan Allah.

⁴⁴Rob Moll, “The Loneliness of Shame,” *Christianity Today* July-August 2016, 62–66. Wawancara yang dilakukan bersama Curt Thompson, psikiater yang mendalami bidang neurobiologi dan formasi spiritual Kristen.

⁴⁵Ibid.

⁴⁶Derek Kidner, *Genesis: An Introduction and Commentary*, Tyndale Old Testament Commentaries, 1 (London: Tyndale, 1971), 74.

Setelah kejatuhan, manusia tidak mampu melihat keberhargaan diri yang sangat mulia, bahkan menolak perkenanan Allah pada dirinya sendiri.⁴⁷ Perasaan ketidakberhargaan yang kuat ini terus merongrong kehidupan manusia, bahkan sampai saat ini seperti yang diungkapkan Rob Moll. Sebagai akibatnya, manusia tidak lagi melihat dirinya sebagaimana Allah melihat namun sebagaimana dunia melihat dan menilai. Oleh sebab itu, ketika sesamanya menolak (dalam konteks ini adalah orang tua) maka manusia menjadi semakin terpuruk dalam ketidakberhargaannya.

Menurut Moll, sifat *shame* adalah memisahkan dan mengisolasi, maka solusi yang dapat diraih adalah tentang bagaimana bisa terintegrasi, lebih terhubung, saling mencintai satu sama lain melalui koneksi dalam komunitas. Hal ini tidak sepenuhnya salah, sebab Allah pun membawa manusia berdosa kembali menjalin relasi intim dengan-Nya, masuk menjadi anggota keluarga-Nya, dan menjadi satu dengan umat percaya lainnya. Namun titik penting yang terlewatkan oleh solusi Moll adalah bahwa penerimaan dan koneksi melalui komunitas yang sejati hanya dapat dimiliki melalui karya salib Kristus.

Sesama manusia tidak dapat menyelesaikan masalah yang diderita sebab semua orang telah berdosa dan kehilangan kemuliaan Allah. Hanya salib Kristus yang mampu memulihkan ketidakberhargaan manusia melalui proses pengudusan yang memberikan pembaruan bagi diri manusia lama. Dengan demikian, melalui karya Roh Kudus ini, manusia akan kembali menjadi gambar dan rupa Allah.

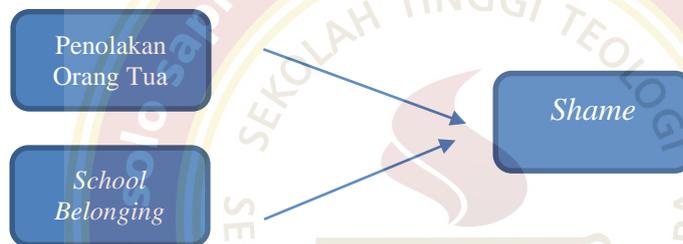
⁴⁷Moll, "The Loneliness of Shame," 62–66.

Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka penulis mengajukan beberapa rumusan permasalahan melalui pertanyaan-pertanyaan berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara penolakan orang tua dengan *shame* pada remaja SMA?
2. Apakah terdapat hubungan antara *school belonging* dengan *shame* pada remaja SMA?

Penjabaran masalah di atas digambarkan dalam diagram sebagai berikut:



Adapun tujuan penulisan tesis ini adalah untuk mengetahui jawaban dari perumusan permasalahan yang telah dipaparkan sebelumnya yaitu:

1. Ada atau tidaknya hubungan antara penolakan orang tua dengan *shame* pada remaja SMA.
2. Ada atau tidaknya hubungan antara *school belonging* dengan *shame* pada remaja SMA.

Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara penolakan orang tua dengan *shame* pada remaja SMA. Semakin tinggi tingkat penolakan orang tua maka semakin tinggi pula tingkat *shame*.
2. Terdapat hubungan antara *school belonging* dengan *shame* pada remaja SMA. Semakin tinggi tingkat *school belonging* maka semakin rendah pula tingkat *shame*.

Manfaat Penelitian

Dengan melakukan studi dan penelitian atas rumusan permasalahan yang telah disampaikan di atas, penulis berharap bahwa jawaban atas pertanyaan-pertanyaan tersebut berguna bagi semua kalangan, baik penulis sendiri, subjek penelitian, pihak orang tua dan sekolah, serta kalangan akademisi. Diharapkan penelitian ini memberikan sumbangsih terhadap pemahaman akan *shame* dalam remaja SMA dan dampaknya untuk masa perkembangan selanjutnya. Pemahaman atas pengertian penolakan orang tua maupun *school belonging* dan hubungannya dengan *shame* pada remaja SMA juga menjadi sasaran dan manfaat penelitian yang diharapkan. Dengan demikian, pihak-pihak terkait (orang tua dan sekolah) dapat melakukan tindakan preventif maupun kuratif yang dibutuhkan sehubungan dengan permasalahan ini.

Cakupan dan Batas Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan analisis korelasi untuk melihat hubungan antara variabel independen (penolakan orang tua dan *school belonging*) dengan variabel dependen (*shame*). Dalam penelitian ini sampel responden adalah remaja dengan rentang usia 15–18 tahun dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan, berasal dari sekolah menengah atas Kristen di kota Malang. Karakteristik responden telah mewakili usia remaja SMA sesuai sasaran yang dituju dan penelitian dilaksanakan sekaligus kepada dua gender yang berbeda tanpa membedakan hasilnya.

Sistematika Penulisan

Penulisan penelitian ini dibagi menjadi enam bab dengan sistematika seperti berikut ini. Bab pertama berisi pendahuluan yang membahas mengenai latar belakang permasalahan, rumusan permasalahan, hipotesis penelitian, manfaat penelitian, cakupan dan batas penelitian, serta sistematika penulisan.

Bab kedua berisi tinjauan kepustakaan yang menjelaskan ketiga variabel penelitian, yaitu *shame*, penolakan orang tua, dan *school belonging*. Pemaparan berikutnya adalah penjelasan antara hubungan penolakan orang tua dan *school belonging* dengan *shame*.

Bab ketiga berisi tinjauan kepustakaan dari pandangan teologi yang berisikan penjelasan dengan fokus kepada pemahaman *imago Dei* yang diambil dari latar belakang Perjanjian Lama dan Perjanjian Baru. Titik berat kepada keberadaan manusia sebagai gambar dan rupa Allah (*imago Dei*) dijelaskan secara komprehensif

dalam tiga masa, yaitu sebelum peristiwa kejatuhan, setelah peristiwa kejatuhan dan setelah penebusan.

Bab keempat berisi metode penelitian yang mencakup variabel penelitian, definisi konseptual dan operasional, alat ukur penelitian, subjek penelitian, desain penelitian, prosedur penelitian, teknik sampling, teknik analisis data, serta keterbatasan penelitian.

Bab kelima berisi hasil dan diskusi penelitian yang meliputi hubungan antara penolakan orang tua dan *school belonging* dengan *shame*.

Bab keenam berisi kesimpulan dan saran yang dapat menjadi sumbangsih dan dasar acuan bagi penelitian selanjutnya, serta merangsang munculnya tindakan preventif maupun kuratif yang dapat dilakukan oleh pihak-pihak yang terkait dengan permasalahan penelitian. Lampiran yang berisikan materi dan alat ukur yang digunakan dalam penelitian disertakan dalam bagian akhir bab ini.

