

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja sering dikenal dengan istilah masa pemberontakan. Pada masa-masa ini, seorang anak yang baru mengalami pubertas seringkali menampilkan beragam gejala emosi, menarik diri dari keluarga, serta mengalami banyak masalah, baik di rumah, sekolah, atau di lingkungan rumah maupun di lingkungan pertemanannya (Karlina, 2020). Remaja mengalami perubahan pada aspek biologis, kognitif, emosional, sosial dan psikososial. Perubahan emosional yang negatif juga akan menyebabkan terjadinya gangguan interaksi antara remaja dan orang tua (Eisenberg, Hofer, Losoya, Spinrad, & Liew dalam Apriyeni, 2019).

Wardyaningrum (2013) menunjukkan bahwa seringkali hampir semua konflik yang dihadapi remaja dengan orang tua seputar masalah aktivitas remaja sehari-hari seperti tentang kegiatan belajar remaja, disiplin sekolah, hubungan dengan saudara kandung, aktivitas remaja bersama teman yang ingin keluar malam. Bagi remaja sendiri banyak yang menyadari bahwa konflik tersebut timbul akibat ulah mereka yang tidak patuh, tidak disiplin, salah memilih teman bergaul, konflik remaja dengan saudara kandung dan sebagainya. Namun jika konflik antara remaja dengan orang tua yang terlalu sering dan berat serta pengelolaan konflik yang tidak baik, akan menyebabkan terjadinya masalah ekternalisasi dan internalisasi remaja (Sorkhabi & Middaugh, 2014). Dampak tersebut diantaranya kabur dari rumah, kenakalan remaja, bolos sekolah,

kehamilan dan pernikahan usia dini, penggunaan narkoba (Santrock, 2013), prestasi akademik menurun (Onongha, 2015), kecemasan, agresif (Cotter & Evans, 2015), harga diri rendah, depresi pada remaja (Ozdemir, 2014), gangguan hubungan sosial, sampai percobaan bunuh diri (Kuhlberg & Pen, 2010).

Kondisi konflik antara anak remaja di Bandung Raya masih cukup ramai dijumpai pada laman berita, di lansir dari laman berita detik.com terdapat kasus remaja berusia 18 tahun yang kabur meninggalkan rumahnya di kecamatan ujung berung, kasus ini di akibatkan oleh adanya permasalahan dalam keluarga khususnya ibu dari remaja tersebut. Selain itu, terdapat kasus lainnya yang dilansir dari laman berita detik.com seperti kasus remaja berusia 13 tahun yang kabur ke Lombok dikarenakan ingin tinggal bersama kekasihnya. Kabur dari rumah merupakan salah satu bentuk dari kenakalan remaja. Dampak paling berbahaya dari ketidakmampuan mengatasi masalah kenakalan remaja adalah penyimpangan yang bisa menimbulkan kerugian harta benda, gangguan mental, dan kehilangan nyawa (Maftuh dalam Nadya dkk, 2020).

Kenakalan remaja adalah wujud dari konflik yang tidak terselesaikan (Salamor, 2022). Hal yang sering menjadi pemicu konflik antara remaja dan orang tua yaitu seperti masalah tanggungjawab, kewenangan, dan hubungan, karena remaja memiliki keinginan untuk mendapatkan otonomi dan kemandirian. Konflik tidak dapat dihilangkan dalam diri manusia. Bila ditangani dengan tepat, konflik dapat menjadi produktif mengarah pada pemahaman yang lebih dalam, saling menghormati, dan kedekatan, begitupula

sebaliknya, jika hubungan individu dengan seseorang kurang sehat itu tidak bergantung pada jumlah konflik yang terjadi, melainkan pada bagaimana konflik tersebut diselesaikan (Kusuma, 2017).

Penelitian menunjukkan bahwa dua “pengajar” yang memiliki peran penting dalam kehidupan remaja adalah orang tua dan guru mereka (Marchant, 2006). Remaja seringkali menganggap konflik adalah sesuatu yang merusak dan hal yang buruk, maka dari itu diperlukan peranan agar remaja mampu memahami konflik yang dapat diarahkan secara konstruktif (Maftuh, 2008). Terdapat lima peran orang tua yang dapat mengarahkan penyelesaian konflik pada remaja, pertama orang tua harus bertindak sebagai teman diskusi yang menyenangkan, kedua hindari sikap menyalahkan dan menghakimi, ketiga mengarahkan potensi dan energi remaja pada hal yang positif, keempat jangan meremehkan kondisi psikologis remaja yang labil, dan kelima hindari hukuman yang membuat remaja terluka. (Subakti dalam Peter, 2015). Sehingga penting bagi orang tua untuk dapat berkomunikasi dengan efektif dengan remaja. Keahlian komunikasi sangat penting untuk menciptakan hubungan berkualitas yang positif antara orang tua dan remaja untuk meningkatkan pemahaman dan diskusi berkaitan dengan topik yang penting bagi hubungan mereka (Kusuma, 2017). Hal ini sejalan dengan penelitian Jamil (2007) yang menjelaskan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi adanya resolusi konflik yaitu adanya komunikasi, emosi, struktur, dan tata nilai (Jamil, 2007).

Keberhasilan remaja dalam menghadapi konflik berasal dari faktor bagaimana remaja mampu menjaga hubungan yang positif dengan orang tua

mereka (Peter, 2015). Menurut Kiser dkk (dalam Jamil, 2019) hal lain yang dapat memperkuat kualitas relasional dan interaksi positif antar anggota keluarga salah satunya dengan cara melakukan *family ritual (dinner time)*. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada 2019 silam juga mengkampanyekan “Gerakan Kembali ke Meja Makan”. Kampanye tersebut bermaksud untuk mendorong keluarga di Indonesia untuk mengupayakan kebiasaan makan malam bersama keluarga yang berdasarkan pada beberapa temuan dan penelitian yang mengungkapkan bahwa kebiasaan makan bersama memiliki banyak manfaat untuk anak dan tumbuh kembangnya.

Jamil dkk (2019) menjelaskan bahwa terdapat tiga setting *family ritual* yang memiliki kadar keberfungsian keluarga yang tinggi diantaranya liburan keluarga, waktu makan dan tradisi budaya. Ritual makan keluarga merupakan ritual yang bersifat rutin. Aktivitas makan bersama keluarga digambarkan sebagai aktivitas dimana seluruh anggota keluarga berkumpul dan duduk bersama dimeja makan, ditandai dengan adanya percakapan intim pada aktivitas tersebut. Berbeda dengan budaya barat, di Indonesia aktivitas makan malam biasanya terjadi di meja atau ruang makan, namun karena forum komunikasi pada banyak keluarga tidak bisa terlalu formal, maka sering juga terjadi aktivitas makan malam yang dilakukan sambil menonton di ruang tv (Mursito, 2013). Esensi makan bersama bukanlah tempat atau meja makan tetapi waktu makan yang bersamaan dan tidak adanya jarak komunikasi. keluarga juga terkadang melakukan makan bersama dengan menggelar karpet atau duduk di ruang kursi keluarga (Ishwahyuningtyas, 2019).

Berdasarkan penelitian Ramadhan & Wintono (2022) topik yang paling sering diangkat pada saat makan malam bersama keluarga adalah kegiatan yang dilakukan di siang hari, baik dilingkungan sekolah bagi anak maupun lingkungan pekerjaan bagi orang tua. Topik pembahasan yang sangat beragam, tentu tetap memiliki batasan yang dikarenakan beberapa faktor, diantaranya yaitu oleh faktor usia, jumlah anak, nilai yang keluarga anut, pola pikir orang tua, pola pikir anak, norma sosial, adat istiadat, dan pola komunikasi yang dibiasakan orang tua terhadap anak. Intensitas makan bersama dijalankan secara fleksibel dan kebanyakannya diselenggarakan di akhir pekan, dan biasanya ritual ini dilakukan seperti sekedar makan malam di rumah dengan masakan ibu atau masakan yang di pesan dari luar (Iswahyuningtyas, 2019).

Lawrence dan Plisco (dalam Ishwahyuningtyas, 2019) menyatakan bahwa makan malam bersama penting dilakukan karena selain dapat meningkatkan kualitas komunikasi dan memperkuat hubungan antar anggota keluarga juga dapat digunakan sebagai instrument dalam menanamkan nilai-nilai dan kebiasaan keluarga. Makan malam bersama membuka ruang untuk berdiskusi, bercerita, menyelesaikan masalah, bersenda gurau, memberikan dukungan, dan mengikuti perkembangan setiap anggota keluarga. Selain itu, *family ritual (dinner time)* memiliki pengaruh jangka panjang terhadap kesejahteraan biopsikososial anak, dan menunjukkan fungsi positif terhadap perkembangan sosioemosional, bahasa, akademik, dan keterampilan sosial anak (Spagnola & Fiese dalam Jamil, 2019). Selain itu, *family ritual (dinner time)* juga memiliki peran dalam menjaga hubungan antar anggota keluarga pada saat

menghadapi masa-masa perubahan pada remaja. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Crespo dkk (dalam Edwin & Sanjaya, 2020) yang menunjukkan bahwa *family ritual (dinner time)* dapat membuat setiap anggota di dalam keluarga merasa aman, serta dapat membuat setiap anggota keluarga saling support satu sama lain secara emosional.

Yoon (dalam Jeanifer, 2020) menemukan bahwa ritual keluarga berupa makan malam dan didukung oleh lingkungan keluarga yang positif mampu membawa pengalaman yang positif juga bagi individu tersebut. Hal ini terjadi karena ritual keluarga berupa makan malam mampu menciptakan suatu konsistensi, rasa identitas keluarga dan keanggotaan, menyatukan nilai-nilai dalam keluarga dari generasi ke generasi, memfasilitasi komunikasi serta resolusi konflik dalam suatu keluarga. Komunikasi menjadi salah satu kunci mendorong individu agar lebih mampu mengendalikan diri untuk menyelesaikan konflik (Sridasweni, et al., 2017; Utami, et al., 2019). Maka dari itu, melalui *family ritual (dinner time)* mampu membantu mengarahkan pengelolaan konflik. Berdasarkan latar belakang masalah yang ditemukan, peneliti tertarik untuk mengetahui “Pengaruh *Family Ritual (Dinner Time)* terhadap Resolusi Konflik pada Remaja di Bandung Raya”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, mengarahkan kemampuan remaja agar dapat mengelola konflik tentu tidaklah mudah, dan akan lebih sulit jika orang tua memiliki hubungan yang tidak harmonis dengan anak remaja. Jika hal tersebut tidak diusahakan oleh orang tua, maka

kemungkinan akan terjadi kenakalan remaja lainnya yang timbul pada remaja, karena kenyamanan dan keamanan yang tidak didapat dari orang tua selama remaja menghadapi konflik akan memiliki dampak besar bagi kenakalan remaja (Kusuma, 2017).

Peran orang tua sangatlah penting, Menurut Subakti (dalam Peter, 2015) terdapat lima peran orang tua yang dapat mengarahkan penyelesaian konflik pada remaja, pertama orang tua harus bertindak sebagai teman diskusi yang menyenangkan, kedua hindari sikap menyalahkan dan menghakimi, ketiga mengarahkan potensi dan energi remaja pada hal yang positif, keempat jangan meremehkan kondisi psikologis remaja yang labil, dan kelima hindari hukuman yang membuat remaja terluka. Keberhasilan remaja dalam menghadapi konflik berasal dari faktor bagaimana remaja mampu menjaga hubungan yang positif dengan orang tua mereka (Peter, 2015). Salah satu hal yang dapat memperkuat kualitas relasional dan interaksi positif antar anggota keluarga yaitu dengan cara melakukan *family ritual* (Kiser dkk dalam Jamil, 2019).

Ritual makan malam bersama keluarga merupakan ritual yang bersifat rutin. Aktivitas makan bersama keluarga digambarkan sebagai aktivitas dimana seluruh anggota keluarga berkumpul dan duduk bersama di meja makan, ditandai dengan adanya percakapan intim pada aktivitas tersebut. Berbeda dengan budaya barat, di Indonesia aktivitas makan malam biasanya terjadi di meja atau ruang makan, namun karena forum komunikasi pada banyak keluarga tidak bisa terlalu formal, maka sering juga terjadi aktivitas makan malam yang dilakukan sambil menonton di ruang tv (Mursito, 2013). Esensi makan bersama

bukanlah tempat atau meja makan tetapi waktu makan yang bersamaan dan tidak adanya jarak komunikasi. keluarga juga terkadang melakukan makan bersama dengan menggelar karpet atau duduk di ruang kursi keluarga (Ishwahyuningtyas, 2019).

Makan malam mampu menciptakan suatu konsistensi, rasa identitas keluarga dan keanggotaan, menyatukan nilai-nilai dalam keluarga dari generasi ke generasi, memfasilitasi komunikasi serta resolusi konflik dalam suatu keluarga (Yoon dalam Jeanifer, 2020). Maka dari itu, secara tidak langsung dengan adanya *family ritual (dinner time)* mampu membantu mengarahkan remaja dalam mengelola konflik. Hal tersebut sejalan dengan penelitian menurut Malihah & Nurbayani (dalam Nadya dkk, 2020) Salah satu aspek penting untuk mengantisipasi konflik menjadi destruktif atau konstruktif yakni dengan menumbuhkan kesadaran dari berbagai pihak perihal resolusi konflik (Malihah & Nurbayani, 2015). Oleh karenanya penulis tertarik untuk melihat apakah terdapat pengaruh *Family Ritual (Dinner Time)* terhadap Resolusi Konflik pada Remaja di Bandung Raya.

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian tugas akhir ini adalah untuk mengetahui Pengaruh *Family Ritual (Dinner Time)* terhadap Resolusi Konflik pada Remaja di Bandung Raya.

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian tugas akhir ini adalah sebagai berikut :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap ilmu Psikologi, menambah wawasan dan pengetahuan bagi masyarakat, serta menjadi bahan pertimbangan serta sumber referensi untuk peneliti selanjutnya mengenai *Family Ritual (Dinner Time)* dan Resolusi Konflik.

1.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kualitas makan malam bersama keluarga serta penyelesaian konflik yang tepat bagi remaja.

b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai bagaimana peran yang tepat bagi orang tua yang memiliki anak remaja, mampu meningkatkan kualitas hubungan dalam keluarga khususnya hubungan antara anak remaja dan orang tua melalui *Family Ritual (Dinner Time)*.