

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga adalah sebuah unit dalam masyarakat paling terkecil yang berada ditengah masyarakat dimana memiliki fungsi penting dalam membentuk kesehatan psikologis serta kesejahteraan seluruh anggotanya. Ayah dan ibu memegang peranan signifikan dalam menciptakan suasana emosional yang aman, memberikan dukungan, serta memastikan terpenuhinya kebutuhan seluruh anggota keluarga. Ketahanan psikologis atau *hardiness* merupakan bagian dari aspek penting yang menunjang kemampuan keluarga untuk tetap bertahan dan beradaptasi terhadap tekanan hidup. Secara fungsional keluarga didefinisikan untuk terpenuhinya tugas dan fungsi yang mencakup fungsi perawatan, sosiologi pada anak, dukungan emosional dan materil dan serta berperan sebagai kelompok yang membangun hubungan erat sebagai keluarga.¹

Adapun pra penelitian yang dilakukan melalui mengumpulkan informasi mengenai kehidupan satu keluarga di Lembang Balla. Dimana istri dan anaknya mengalami Indikasi gangguan mental, sang istri memiliki perilaku sering melamun dan tidak fokus dengan pekerjaan yang dilakukan, ibu ini mengalami indikasi gangguan mental sejak 2019. Anak pertama dari

¹ Tina Afiatin, *Psikologi Perkawinan Dan Keluarga* (Yogyakarta:PT Kanisius,2018),3.

keluarga tersebut yang mengalami indikasi gangguan mental sering mengalami ketidak stabilan emosi sering mengamuk tiba-tiba sejak tahun 2010 dan anak keempat sama seperti dengan ibunya sering melamun sejak tahun 2019. Sementara anak kedua dan ketiga sedang di tanah rantau sehingga indikasi gangguan mental yang terjadi di keluarga ini menjadi tanggungan ayah.²

Hardiness adalah sekumpulan aspek-aspek kepribadian yang mempengaruhi seseorang di dalam merespon situasi stres dengan tiga unsur utama, yaitu kontrol dimana seorang ayah memiliki kontrol yang baik dalam setiap aktivitasnya sehari-hari, seorang ayah juga memiliki komitmen yang mendalam dalam merawat keluarganya, karena menganggap keluarganya sebagai orang yang berharga dalam kehidupannya, dan tantangan yang sering terjadi dalam kehidupan seorang ayah mampu mengendalikannya dengan baik dan menganggapnya sebagai hal yang wajar dalam kehidupannya. Individu dengan *hardiness* tinggi tetap mampu berfungsi optimal walaupun dalam keadaan yang sulit, sehingga ketahanan ini merupakan salah satu faktor penting dalam proses perawatan anggota keluarga yang memiliki gangguan pada kesehatan fisik maupun psikologis.³ Secara fungsional keluarga didefinisikan untuk terpenuhinya tugas dan

² BD, wawancara oleh Harpennas, Balla, 3 april 2026.

³ Awaliah, F.N.(2024). Dukungan Sosial Dan Kecerdasan Emosi Terhadap Hardines Pada Ibu Tunggal: *Jurnal of social and Economics Research*, 6(1), 1373-1383.

fungsi yang mencakup fungsi perawatan, sosiologi pada anak, dukungan emosional dan materil dan serta berperan sebagai kelompok yang membangun hubungan erat sebagai keluarga.⁴

Dampak gangguan mental anggota keluarga menjadi salah satu tantangan berat yang membutuhkan dukungan emosional dan ketahanan dari seluruh anggota keluarga. Dimana ayah melalui kepala rumah tangga secara tradisional diposisikan sebagai anggota keluarga. Namun ketika istri atau anak mengalami gangguan mental, peran ayah sering kali mengalami tekanan yang sangat kuat karena harus merawat, mendampingi, dan mengelola kebutuhan emosional pasien sekaligus mengatur stabilitas keluarga.

Hardiness merupakan rangkaian sifat-sifat kepribadian yang membuat seseorang lebih tangguh, lebih fleksibel, lebih stabil dalam menghadapi stress dan mengurangi efek negatif yang mereka hadapi. Kobasa melihat *hardiness* sebagai kecenderungan kepribadian untuk melihat peristiwa kehidupan yang berpotensi menimbulkan stres sebagai sesuatu yang tidak mengancam. Kobasa individu dengan kepribadian *hardiness* yang tinggi memiliki seperangkat sikap yang membuatnya tahan terhadap situasi yang ada terutama kondisi stres.⁵

⁴ Tina Afiatin, *Psikologi Perkawinan Dan Keluarga* (Yogyakarta:PT Kanisius,2018),3.

⁵ Wening Wihartati. *Psikologi Kesehatan Berbasis Unity Of Science*, (Semarang Jawa Tengah. CV: Lawanna, 2022)29-30.

Dengan demikian psikospiritual berkaitan dengan *hardiness* ayah dalam merawat anggota keluarga dengan indikasi gangguan mental psikospiritual dapat memberikan kontribusi positif pada kesejahteraan manusia dengan tingkat spiritual yang tinggi akan memiliki keyakinan adanya kekuatan transenden yang mengatur kehidupannya. Manusia membutuhkan ketahanan dan spiritualitas untuk menghadapi stressor. *Hardiness* berperan untuk memaknai stressor sebagai tantangan dan membantu individu untuk lebih tahan dalam menjalani kehidupan, psikospiritual dapat mengubah perspektif manusia menjadi lebih positif dipengaruhi oleh keyakinan transenden yang mengatur kehidupan. Psikospiritual yang baik dapat memberikan percaya diri yang tinggi dan kekuatan bagi manusia dalam menghadapi masalah.⁶

Berdasarkan hasil wawancara awal ada beberapa aspek yang dialami oleh ayah dalam merawat keluarga dengan gangguan mental. Di Lembang Balla yaitu secara fisik terkadang mengalami kelelahan karena beban aktivitas sehari-hari yang bertambah seperti mengurus kebutuhan keluarga, secara mental terkadang mengalami emosional dengan menghadapi situasi karena merasa tidak berdaya yang membuat pikiran sulit untuk beristirahat, aspek sosial kurangnya dukungan dari keluarga, ketidak sengajaan menjauhkan diri dari pertemuan sosial, seperti gotong royong dalam acara

⁶ Salwa Shabrina, Nurul Hartini. Hubungan Antara Hardiness Dan Daily Spiritual Experience Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. *Jurnal Artkel Universitas Airlangga*, Vol 1, (2021):932.

rambu solo' maupun *rambu tuka'* sedangkan aspek spiritual hubungannya dengan Tuhan cukup baik⁷.

Hal ini mempertegas bahwa ayah memiliki peran sentral dalam struktur keluarga. Penelitian lainnya menjelaskan kesulitan *single parent mother* yang merasa terbebani secara psikologis dan sosial dalam menjalankan peran ganda, memperlihatkan bahwa peran pengasuhan tidak pernah lepas dari tantangan emosional dan tingkat ketahanan individu.⁸ Ayah membangun *hardiness* ketika menghadapi beban perawatan terhadap istri dan anak yang mengalami gangguan jiwa, khususnya dalam kultur masyarakat Indonesia yang masih sangat patriarkal dan kurang menyediakan ruang emosional bagi laki-laki untuk menunjukkan kerentanan.

Fenomena perawatan anggota keluarga dengan masalah gangguan mental di Indonesia tetap menyimpan banyak tantangan. Stigma masyarakat terhadap gangguan mental masih sangat kuat, sehingga keluarga sering kali menanggung beban secara mandiri tanpa dukungan sosial yang memadai. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga berkorelasi positif melalui *hardiness* pada proses perawat bagian jiwa yang menjalankan tugas di rumah sakit, karena dukungan dari masyarakat membantu seseorang

⁷ BD, wawancara oleh Harpennas, Balla, 3 april 2026.

⁸ Fajri, J. S. A., & Indrawati, E. S. (2024). Studi fenomenologis tentang pengalaman single parent mother pada usia dewasa madya. *Jurnal Empati*, 13(3), 270-279.

merasa tidak sendirian dalam menghadapi tekanan situasional.⁹ Kondisi ini menunjukkan pentingnya sistem dukungan yang kuat bagi individu yang merawat anggota keluarga dengan kondisi psikologis khusus. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis dan dukungan lingkungan yang menentukan kualitas peran pengasuhan ayah tersebut.¹⁰

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Akhmad Fakhri Dkk, terkait ketahanan dan peran orang tua lebih banyak berfokus pada peran ayah sebagai orang tua tunggal dalam mengasuh dan mendidik anak: perspektif terkait gender keluarga. Dalam rangka penelitian tersebut beberapa tantangan yang dialami seorang ayah saat merawat dan merawat anak seperti ketidak kesetaraan dalam pembagian tugas rumah tangga, dan diskriminasi berdasarkan gender dalam mengasuh anak, serta minimnya dukungan sosial dari lingkungan masyarakat sekitar.¹¹

Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Amanda dan Basaria. Terkait ketahanan dan peran orang tua mengenai resiliensi ibu saat merawat anak yang memiliki kelainan genetik langka menunjukkan bahwa kemampuan bertahan seorang ibu dipengaruhi oleh kondisi emosional dan

⁹ Hanifah, E. H., & Sawitri, D. R. (2022). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan Hardiness pada perawat bagian jiwa di RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang. *Jurnal Empati*, 10(6), 423-430.

¹⁰ Wulandari, S., & Anastasya, Y. A. (2023). Keterlibatan Ayah dalam Mengasuh Anak dengan Tunagrahita. *Jurnal Ilmiah Psikologi (JIPSI)*, 5(1), 1-9.

¹¹ Akhmad Fakhri, Ratu Zahwa Sayyidina, Shahnas el Jasmine, "Peran Ayah Sebagai Orang Tua Tunggal Dalam Mengasuh Anak: Prespektif Gender Dalam Keluarga", *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Non Formal 1*, (2023).

dukungan lingkungan yang tersedia.¹² Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya, penelitian yang mengkaji posisi ayah sebagai pengasuh utama, padahal ayah juga dapat mengalami tekanan emosional yang signifikan terutama ketika menjadi satu-satunya penanggung jawab utama dalam merawat istri dan anak yang mengalami gangguan jiwa.

Meskipun sudah banyak penelitian yang mengkaji *hardiness* dalam konteks perawat, *single parent*, penelitian mengenai *hardiness* ayah sebagai pengasuh anggota keluarga dengan gangguan mental masih sangat terbatas. Research gap muncul karena belum banyak penelitian yang memberikan bagaimana seorang ayah memaknai pentingnya keluarga. Berdasarkan research gap diatas maka muncul kesenjangan bagaimana seorang ayah memaknai peran pembentukan *hardiness* ayah dalam konteks perawatan anggota keluarga dengan gangguan mental secara spesifik, terutama pada konteks budaya Indonesia. Padahal, ayah dapat mengalami tekanan emosional, sosial, dan ekonomi yang sama besarnya dengan ibu, bahkan mungkin lebih berat karena norma sosial menuntut laki-laki untuk tidak menunjukkan kelemahan dan selalu tampil kuat.

Diperlukan penelitian mendalam mengenai kemampuan *hardiness* seorang ayah dalam merawat keluarga dengan gangguan mental agar dapat

¹² Amanda Basaria. Resiliensi Ibu Dalam Merawat Anak Dengan Kelainan Genetik Langka. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* Vol 13, No 3, psikologi (2024).

menjadi landasan intervensi sosial, psikologis, maupun kebijakan pendukung keluarga. Dengan demikian seorang ayah saat permasalahan muncul, ayah tetap bersama keluarganya sehingga dengan demikian seorang ayah membutuhkan pengendalian diri.¹³

Berdasarkan latar belakang diatas sehingga muncul judul “*Hardiness* Ayah Merawat Keluarga Yang Mengalami Indikasi Gangguan Mental Ditinjau Dari Psikospiritual Di Lembang Balla.” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti lebih secara mendalam bagaimana seorang ayah memaknai peran dalam membentuk *hardiness* ayah, sehingga penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan strategi dukungan untuk keluarga dengan anggota yang mengalami gangguan jiwa. Penelitian ini juga ingin menjawab kebutuhan literatur mengenai bagaimana ayah menjalankan peran pengasuhan dalam kondisi krisis serta apa saja sumber kekuatan psikologis yang digunakan untuk tetap bertahan dalam kondisi tekanan tinggi.

Hal ini menimbulkan pertanyaan bagaimana *hardiness* ayah dalam merawat keluarga yang mengalami indikasi gangguan mental, dengan menggunakan teori Totok S. Wiryasaputra. Teori ini menjelaskan tentang empat aspek yang utama manusia, yaitu; fisik, mental, sosial, dan spiritual. Dari beberapa aspek tersebut, aspek fisik merujuk pada hubungan antara

¹³ Thomas Kristo M,MM, *Belajar Menjadi Ayah* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo,2013),16.

manusia dengan bagian luar dirinya yaitu, aspek fisik pada manusia dapat dilihat, diraba, dirasakan melalui sentuhan, dan diukur. Aspek tersebut dapat diamati hal ini mencakup postur tubuh, ekspresi wajah, dan gerakan tubuh. Dari aspek mental mengacu pada bagian dalam diri manusia yang tidak tampak aspek mental dihubungkan dengan pikiran menyangkut perasaan kemampuan mengenali, mengekspresikan dan mengelola perasaan. aspek sosial mengacu pada keberadaan diluar (eksternal) yang tampak, bagaimana kualitas hubungan dengan keluarga, teman dan komunitas. Dan yang terakhir aspek spiritual berkaitan dengan diri sendiri dimana manusia secara khusus dapat berhubungan dengan hal-hal yang berada diluar dirinya yang dapat dilihat, aspek spiritual merupakan bagian sisi vertikal hidup manusia, aspek ini mengacu pada sesuatu yang jauh diluar jangkauannya.¹⁴

Psikologi diartikan sebagai ilmu yang mempelajari aktivitas individu, baik motorik, kognitif, maupun emosional, secara singkat psikologi diartikan sebagai ilmu jiwa yang mempelajari tingkah laku individu mulai dari cara pembentukannya hingga terciptanya suatu perilaku yang melibatkan unsur kognitif, emosional, dan orang-orang sekitar. Sedangkan spiritual diartikan sebagai penghayatan batiniah kepada Tuhan melalui tingkah laku seperti berdoa, berpuasa, beramal sosial kepada sesama, dan juga kegiatan lainnya.

¹⁴ Totok S. Wiryasaputra. *Konseling Pastoral di Era Milineal* (Yogyakarta, seven books Godean km. 7.5 Yogyakarta 55564), 161-166.

Dengan demikian psikospiritual bisa diartikan sebagai suatu disiplin ilmu mempelajari tingkah laku seseorang yang melibatkan motorik, kognitif, emosional, dan orang disekitar kita.

Menurut Burkhardt spiritual atau spiritualitas mempunyai beberapa aspek yaitu menyadari kapasitas untuk menggunakan sumber serta kekuatan dalam diri pribadi, dan menemukan arti serta tujuan hidup, memiliki perasaan keterikatan terhadap diri sendiri dengan Tuhan. Kemudian menurut Marslow adapun psikospiritual dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu: diri sendiri bagaimana manusia dalam memaahami dan menghayati sesuatu baik diri sendiri maupun segala sesuatu yang berada diluar dirinya, sesama atau lingkungan tempat tinggal sebagai salah satu pembentuk kepribadian seseorang, relasi dengan Tuhan melalui dengan kegiatan agama maupun non agama seperti berdoa, beribadah, meditasi, dan yoga. Dengan pemahaman melalui tiga bagian diatas seseorang dapat mengelola stres, depresi maupun emosional dengan baik, serta memahami sesama, dan relasi dengan Tuhan.¹⁵

B. Fokus Masalah

Berdasarkan pada latar belakang diatas yang telah diuraikan sebelumnya sehingga fokus utama masalah dari penelitian ini yaitu

¹⁵ Albertus Hengka Nove, *Sekolah Tinggi Agama Katolik Negeri Pontianak*, 7-8.

menggali *hardiness* ayah dalam merawat keluarga yang mengalami gangguan mental.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka yang telah diuraikan, maka rumusan masalah yaitu: Bagaimana *hardiness* ayah merawat keluarga yang mengalami indikasi gangguan mental di tinjau dari psikospiritual.?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang serta rumusan masalah sehingga penelitian ini bertujuan: untuk mengetahui *hardiness* ayah dalam merawat keluarga yang mengalami indikasi gangguan mental di tinjau dari psikospiritual.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, penulis berharap dapat memberikan manfaat bagi para pembaca, bagi praktisi psikologi, lembaga layanan kesehatan mental, dan masyarakat luas.

1. Manfaat Teoritis

Tulisan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai makna *hardiness* seorang ayah dalam merawat istri dan anak dengan indikasi gangguan mental, disamping itu, penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan wawasan bagi

para mahasiswa Program Studi Pastoral Konseling. Serta berkontribusi bagi pengembangan keilmuan khususnya mata kuliah *Counseling Analytical Report*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi ayah untuk meningkatkan kemampuan mengelola stres dalam menangani keluarga dengan indikasi gangguan mental.
- b. Bagi praktisi psikologi diharapkan dapat memberikan perhatian khusus bagi seorang ayah dalam menangani keluarga dengan indikasi gangguan mental.
- c. Bagi lembaga kesehatan mental dapat memberikan layanan program yang dibuat khusus untuk ayah yang mengalami *hardiness* dalam merawat keluarga dengan indikasi gangguan mental.
- d. Bagi masyarakat umum untuk meningkatkan kesadaran mengenai peran penting ayah merawat keluarga dengan indikasi gangguan mental.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini adalah suatu rangkaian yang tertera dalam isi penelitian yaitu:

BAB I: Terdiri dari latar belakang masalah, fokus masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

BAB II: terdiri dari perkembangan orang dewasa dan berbagai aspek-aspek, definis *Hardiness*, definisi keluarga, definisi konseling pastoral, dan pendekatan psikospiritual.

BAB III: terdiri dari jenis metode penelitian, lokasi penelitian, informan, jenis data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, teknik pengujian keabsahan data, dan jadwal penelitian.

BAB IV: terdiri dari deskripsi hasil penelitian dan Analisis hasil penelitian.

BAB V: terdiri dari kesimpulan dan saran.