

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fase kanak-kanak ialah masa krusial dalam perkembangan seorang individu yang nantinya akan membentuk kualitas hidup dan masa depannya. Selama fase ini, kanak-kanak menjalani berbagai perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang akan membentuk dasar kepribadian dan perilaku mereka pada masa dewasa. Pengalaman selama masa kanak-kanak baik itu positif maupun negatif, memiliki dampak yang cukup signifikan terhadap kesehatan mental, kemampuan akademis, dan kesuksesan sosial di kemudian hari, Afridah (2024).

Selama periode krusial, kehidupan individu mengalami pertumbuhan fisik, perkembangan mental, dan sosialisasi yang signifikan. Pengalaman yang mereka lalui di usia tersebut terukir dalam dan tersimpan kuat dalam ingatan mereka, jika mereka mengalami kekerasan, baik secara fisik maupun mental misalnya, ingatannya mungkin masih menyimpan rasa trauma. Jika tidak diobati, trauma tersebut dapat berkembang menjadi *inner-child* yang terluka. *Inner-child* yang terluka merujuk pada bagian diri individu yang masih menyimpan perasaan, keinginan, dan kebutuhan yang belum terpenuhi dari masa kanak-kanaknya, tetapi menderita kesakitan atau trauma akibat pengalaman masa kecil yang penuh tantangan sulit atau trauma. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengenali dampak *bullying* dan memberikan dukungan yang tepat kepada korban sehingga mereka dapat pulih dan tumbuh dari pengalaman *inner-child* yang terluka di masa kecil. Dengan pemahaman dan perhatian yang tepat, korban *bullying* dapat kembali mengendalikan hidupnya dan memulai proses penyembuhan, Iqleema (2024).

Terkadang trauma masa kecil terbawa sampai ke kehidupan dewasa. Karena sekeras apa pun individu berusaha menjalaninya, masih ada *inner-child* yang terluka dalam dirinya. Jika individu belum mendapatkan pertolongan atau pengobatan yang serius atas masalah tersebut, maka sebagian kecil dari dirinya masih kesakitan dan menderita. Seseorang mungkin tidak selalu merasakan atau menyadarinya, namun gejala trauma masa kecil bisa muncul saat individu sedang stres atau saat ada sesuatu dalam hidupnya yang hanya sekedar pemicu, atau bukan apa yang alami saat kecil. Trauma masa kecil individu dapat diabadikan dalam gejala seperti depresi, kecemasan, gangguan makan, delusi, kecemasan negatif, dan ketakutan terhadap sebuah hubungan. Seseorang mungkin saja bisa mengalami masalah dengan kepercayaan, rendah diri (*self-esteem*), takut dihakimi, perjuangan terus-menerus untuk menegaskan diri sendiri, depresi, dan gejala kecemasan sosial yang terus-menerus, Munthe & Batubara (2024).

Berdasarkan data observasi yang sudah dilakukan peneliti terdapat beberapa dampak *inner-child* terhadap *self-esteem* pada korban *bullying* di masa kecil diantaranya ialah mempunyai intensitas rasa bersalah yang berlebihan, memiliki masalah tentang kepercayaan / *trust issue*, takut mengutarakan pendapat, dan selalu berusaha menghindari interaksi sosial dengan lingkungan dan teman sekitar, serta *self-esteem* yang rendah. Hal ini dikuatkan dengan hasil wawancara yang sudah dilakukan peneliti. Dalam hasil wawancara yang dilakukan peneliti narasumber mengatakan: “aku pernah ngalamin *bullying* secara verbal atau dikata-katain kan yaa sampe aku ngga mau berangkat sekola lagi dan ngga mau punya temen sampe mau pindah sekola aja rasanya dan mulai dari situ aku ngehindari lingkungan sosial dan hanya bergantung sama diri sendiri terus juga jadi ngga percaya diri karena ngerasa aku kurang dan ngga pantas aja gitu punya teman atau di temenin” dari hasil wawancara dengan BD di Kelurahan Sunyaragi Kesambi Kota Cirebon pada Rabu, 23 oktober 2024.

Dalam hasil wawancara lain yang sudah dilakukan peneliti narasumber mengatakan: *“aku lumayan kesulitan dalam hal mengambil keputusan, mungkin karena orangtua ku selalu memilih semua keputusan untukku tanpa melibatkan atau bertanya apayang sebenarnya saya rasakan”* dari hasil observasi wawancara dengan SN Minggu, 27 oktober 2024. Sedangkan hasil observasi dengan narasumber lain mengatakan: *“apakah saya tidak pantas untuk mendapatkan teman, apakah say tidak cukup berharga hanya untuk mempunyai seseorang teman dan kenapa orang selalu membuat saya merasa tidak berharga dan tidak dihargai”* dari hasil observasi wawancara dengan TSD pada Rabu, 2 oktober 2024.

Hal tersebut juga didukung dengan hasil observasi yang telah dilakukan kepada ibu orangtua narasumber yang mengatakan: *“saya itu orang tua yang cukup keras, kaya apa-apa tuh harus disiplin dan diturutin perintahnya. Terus anak saya itu takut buat memutuskan atau memilih keputusan sendiri pasti selalu nanya saya dulu yang bahkan kadang hal tersebut sepele”* dari hasil wawancara dengan ibu narasumber B pada tanggal Minggu 15, Junni 2025. Hasil observasi lain mengatakan: *“anak saya sering marah-marah dengan alasan yang ngga jelas tapi setelahnya dia pasti akan menyesalinya”* dari hasil observasi wawancara dengan ibu narasumber SN pada tanggal Minggu, 15 Juni 2025. Sedangkan hasil observasi lainnya menyatakan: *“kayaknya sulit bagi anak saya untuk percaya dan cerita kepada orang lain termasuk ke saya sebagai orangtua nya juga tidak cukup terbuka tentang dirinya”* dari hasil observasi wawancara dengan ibu narasumber TSD pada tanggal Minggu, 15 Juni 2025. Dari hasil observasi tersebut maka dapt disimpulkan *inner-child* terluka mampu memngaruhi self-esteem seseorang dewasa awal.

Pernyataan tersebut menunjukan bahwa *inner-child* yang negatif dimana narasumber tersebut menjadi korban *bullying* pada masa kecil ternyata memiliki dampak terhadap kepercayaan diri dimana menganggap dirinya rendah atau *self-esteem* yang rendah. Dampak lainnya juga mampu membuat seseorang tidak percaya diri yang akhirnya membuat diri merasa

tidak layak hal ini juga yang menyebabkan *self-esteem* yang rendah pada diri individu tersebut. Pengalaman-pengalaman *inner-child* yang negatif membawa hal negatif pula saat masa dewasa awal seperti halnya *self-esteem* yang rendah akibat pernah mengalami bullyng pada masa kecil.

Harga diri atau *self-esteem* sendiri sering disebut dengan evaluasi diri, harga diri, atau persepsi diri seseorang untuk dirinya sendiri. Tafarodi dan Swann Jr. 2001 (Nabiilah, 2019) menyatakan bahwa harga diri merupakan komponen ganda dari nilai manusia, yang tercermin tidak hanya pada kemampuan seseorang tetapi juga pada penampilan, kepribadian, dan identitas sosial. Orang menilai dirinya berdasarkan kemampuannya dan cara orang lain memandangnya. Hal ini sering kali dinyatakan sebagai perbedaan antara menghormati diri atau *self-respect*, dan menyukai diri sendiri atau *self-liking*, atau narsisme. *Self-esteem* didasarkan pada kemampuan, keterampilan, dan bakat (kompetensi) yang terlihat, sedangkan *self liking* didasarkan pada moralitas, daya tarik, dan aspek lain yang berkaitan dengan nilai-nilai sosial.

Harga diri, atau yang sering disebut sebagai *self-esteem* merupakan penilaian dan persepsi individu terhadap dirinya sendiri. *Self-esteem* memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan, karena dapat mempengaruhi sikap dan perasaan yang ditunjukkan oleh individu. Individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi cenderung menunjukkan integritas dan keyakinan diri yang kuat, yang pada nantinya berdampak positif pada tindakan yang mereka ambil. Selain itu menurut Permatasari (2023), *self-esteem* juga merupakan kunci kesuksesan seseorang karena mampu mempengaruhi kepribadian dan menentukan kesuksesan individu di masa depan. *Self-esteem* yang rendah mempengaruhi perasaan tidak nyaman dalam diri kita, termasuk hubungan kita dengan lingkungan. Orang dengan harga diri rendah cenderung memandang dirinya negatif, percaya bahwa dirinya lebih rendah dari orang lain, dan tidak puas dengan pencapaiannya. Parahnya, jika dibiarkan, hal ini bisa memicu masalah

kesehatan mental seperti kesepian, kecemasan, rendah diri (*self-esteem*), stres, bahkan depresi.

Beberapa tipologi definisi *self-esteem* menurut Mruk (2006) yang memiliki banyak cara untuk mendefinisikannya *self-esteem* atau harga diri. Definisi pertama dan paling mendasar yang menggambarkan *self-esteem* sebagai mengidentifikasi keadaan diri sendiri terhadap suatu hal, seperti sikap yang mencakup respons mental, emosional, dan perilaku yang positif atau negatif. Bentuk penjelasan kedua didasarkan pada gagasan keberagaman. Secara khusus, perbedaan antara diri yang diinginkan (diri ideal) dan diri yang saat ini dirasakan seseorang (diri nyata atau diri khayalan) adalah penting. Semakin dekat kedua pemikiran ini, semakin tinggi harga diri seseorang, dan semakin besar kesenjangan antara keduanya, semakin besar pula harga diri negatifnya. Pendekatan ketiga untuk menentukan harga diri berfokus pada respons psikologis seseorang terhadap dirinya sendiri, bukan pada sikap. Respons ini disebut afektif atau yang berbasis pada perasaan, seperti positif vs negatif, benci atau setuju vs penyangkalan. Dalam hal ini, harga diri dipandang sebagai bagian dari sistem diri, biasanya berkaitan dengan motivasi, pengendalian diri, atau keduanya.

Secara global, diperkirakan satu dari tujuh (14%) anak usia 10 hingga 19 tahun menderita gangguan mental yang tidak dikenali, WHO (2021). Berdasarkan temuan Indonesia National Adolescent Mental Health Survey Indonesia (I-NAMHS) 2022 sebanyak satu dari tiga orang remaja Indonesia berusia 10 hingga 17 tahun diketahui pernah mengalami gangguan kesehatan mental dalam kurun waktu 12 bulan terakhir. Jumlah ini setara dengan 15,5 juta remaja, di antaranya berada di provinsi Aceh. Berdasarkan data prevalensi gangguan jiwa pada penduduk umur 15 sampai 24 tahun di Provinsi Aceh, terdapat (5,96%) diantaranya menderita gangguan jiwa. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Jasmadi & Azzama, 2016 di SMA Kota Banda Aceh, sebanyak 84 responden dimana 10 % ditemukan memiliki *self-esteem* yang rendah. Penelitian ini juga

menunjukkan bahwa permasalahan yang dihadapi generasi muda adalah ketidakmampuan menerima tubuh, kelebihan dan kekurangannya sendiri.

Kehidupan setiap orang dibentuk oleh berbagai peristiwa yang memiliki makna tersendiri dalam hidupnya. Menurut Surianti (2022), peristiwa atau kejadian hidup menyenangkan yang di hadapi setiap orang di masa kecil bersama keluarga, lingkungan, ataupun orang-orang disekitarnya akan berdampak positif terhadap pola pikirnya di kemudian hari. Sedangkan, peristiwa atau kejadian pengalaman hidup yang tidak menyenangkan di masa kanak-kanak akan menimbulkan luka batin yang belum terselesaikan ataupun tertangani akan mempengaruhi perilaku seseorang di kemudian hari sehingga menghasilkan perilaku dan emosi yang negatif. Hal inilah yang dinamakan *inner-child* dalam diri individu. *Inner-child* merupakan komponen kepribadian individu yang timbul dari pengalaman masa kanak-kanak dan pengaruhnya terhadap kehidupannya saat ini atau sisi anak-anak yang ada dalam diri seseorang.

Menurut Munthe & Batubara (2024) dalam bukunya yang berjudul *Inner-child* menyatakan bahwa, salah satu dampak dari *inner-child* yang terluka adalah *self-esteem* yang rendah. seperti dalam jurnal “Pengaruh *Inner-child* Terhadap Kepribadian Mahasiswi di STIBA Ar Raayah Sukabumi “dengan penulis Siti Qolbun Salimah dan Hisan Mursalin menunjukan bahwa dari hasil obsevasi dan wawancara 12 narasumber 8 diantaranya memiliki *inner-child* yang terluka.

Berdasarkan data Layanan Administratif SAMSHA Layanan Penyalahgunaan Zat dan Kesehatan Mental 2018 ditemukan bahwa, 37% remaja mengalami kekerasan fisik dalam satu tahun terakhir dan 15% anak mengalami kekerasan dari orang tuanya. Trauma masa kanak-kanak berakibat pada masalah kesehatan emosional dan lebih penting dan seriusnya algi sampai bunuh diri. Pada periode usia 10-24 tahun, bunuh diri merupakan akibat kematian nomor dua. kejadian traumatis yang sering dialami anak-anak antara lain diabaikan orang tua, kekerasan dalam rumah tangga, dan tumbuh dalam keluarga dengan gangguan kesehatan mental

atau penyalahgunaan zat yang membuat seseorang mempunyai *inner-child* yang tidak baik dan negatif, Aini & Wulan (2023).

Rendahnya harga diri (*self-esteem*), padahal ajaran Islam senantiasa menjadikan manusia sebagai makhluk mulia yang memiliki derajat tinggi sesuai dengan firman Allah pada Q.S. Al-Isra' (17) ayat 62 berbunyi:

قَلِيلًا إِلَّا ذُرِّيَّةً لَّا حُتِّبْنَا الْقِيَمَةَ يَوْمَ أَخْرَجْنَا لِبْنِ عَلِيٍّ كَرَّمْتَ الَّذِي هَذَا أَرَأَيْتَكَ قَالَ

Yang artinya: "Ia (Iblis) berkata, "Terangkanlah kepadaku, inikah yang lebih Engkau muliakan daripada aku? Sekiranya Engkau memberi waktu kepadaku sampai hari Kiamat, pasti akan aku sesatkan keturunannya, kecuali sebagian kecil".

Dari ayat di atas dapat disimpulkan bahwasannya manusia itu adalah makhluk yang mulia dan memiliki derajat yang tinggi dimata Allah Swt maka hendaknya kita memiliki kepercayaan diri dan *self-esteem* yang bagus karna manusia merupakan ciptaan Allah Swt yang mulia.

Self-esteem sangat penting untuk menjaga kesehatan mental yang sehat. Menurut McKay & Fanning (2000) *self-esteem* merupakan prasyarat emosional, tanpa ukuran *self-esteem* dalam hidup bisa sangat menyakitkan karena banyak kebutuhan dasar tidak terpenuhi. Salah satu faktor utama yang membedakan seseorang dengan orang lain adalah *self-esteem* atau kemampuan menciptakan identitas dan kemudian memvalidasinya. Dengan kata lain, individu mempunyai kesempatan untuk mendefinisikan siapa dirinya dan memutuskan apakah individu menyukai identitas senidiri itu atau tidak. Masalah *self-esteem* adalah kemampuan individu untuk menilai menyukai terang, kebisingan, cacat, atau sensitivitas. Namun bila individu menolak bagian dari dirinya, maka akan sangat buruk dalam *self-esteem* nya yang akan membuat individu mengalami kesulitan dalam hidup. Menghakimi dan menolak diri sendiri dapat menyebabkan banyak penderitaan dan ketika individu menerima dirinya, individu akan terhindar dari apa pun yang dapat menyebabkan dirinya menderita dalam hal masalah sosial, akademik atau profesional dalam karier.

Perihal hal di atas inilah dapat kita simpulkan bahwa pentingnya memahami *self-esteem* dan mengetahui bagaimana pengaruh *inner-child* terhadap masa perkembangan khususnya pada masa dewasa awal dimana *inner-child* yang belum terselesaikan akan menghambat seseorang atau suatu individu dalam proses perkembangannya, hal inilah yang membuat penulis tertarik untuk meneliti judul dampak *inner-child* terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal. Bagaimana *inner-child* berpengaruh pada *self-esteem* pada masa dewasa awal. *Self-esteem* penting untuk kesehatan mental individu. Tanpa *self-esteem*, banyak kebutuhan dasar manusia yang tidak dapat terpenuhi sehingga berujung pada emosional yang buruk. *Self-esteem* membantu individu memahami dan menerima dirinya sendiri, kelebihan dan kekurangannya. Semakin seseorang dapat menerima dirinya, maka ia akan semakin baik dan mampu menghadapi permasalahan sosial, akademik, atau pekerjaan. Sebaliknya, ketika seseorang menolak atau menghakimi dirinya sendiri, hal ini merusak *self-esteem* dan membuat hidup menjadi lebih sulit.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. *Inner-child* disebabkan Pola asuh yang diterapkan orang tua.
- b. Masalah *inner-child* memengaruhi kepribadian seseorang
- c. *Self-esteem* yang rendah dipengaruhi lingkungan yang *toxic*.

C. Pembatasan Masalah

Untuk mencegah meluasnya masalah dalam penelitian ini , maka peneliti membatasi masalah yang erat kaitannya dengan judul penelitian, yaitu:

Penelitian ini hanya akan fokus pada *inner-child* berdampak terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal. Penelitian ini dibatasi pada individu dewasa awal yang berusia 20 – 25 yang berjenis kelamin perempuan. Tempat penelitian akan dilakukan di Kelurahan Sunyaragi, Kesambi Kota Cirebon.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah disebutkan di atas, maka disusun rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

- a. Bagaimana gambaran *inner-child* terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* di masa kecil?
- b. Apa saja faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* di masa kecil?
- c. Bagaimana dampak *inner-child* terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* di masa kecil?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat di simpulkan dari tujuan penelitian ini adalah:

- a. Untuk mendeskripsikan gambaran *inner-child* terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* dimasa kecil
- b. Untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* di masa kecil
- c. Untuk mendeskripsikan dampak *inner-child* terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* di masa kecil

F. Manfaat/Kegunaan Penelitian dan Signifikasi Penelitian

Dilihat dari tujuan penelitian yang diharapkan, maka manfaat dan signifikasi dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Penelitian

a. Secara Teoretis

Diharapkan penelitian ini bermanfaat bagi pembaca tentang pemahaman terhadap *inner-child*, *self-esteem* dan masa dewasa awal, dan bagaimana *inner-child* mampu memengaruhi *self-esteem* pada masa dewasa awal terhadap korban *bullying* pada masa kecil.

b. Secara Praktis

1) Bagi lembaga

Diharapkan dapat memberikan pengetahuan maupaun wawasan bagi lembaga pendidikan dan lembaga kesehatan mental untuk pengembangan program ataupun layanan yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental pada masa dewasa awal khususnya tentang *self-esteem* pada korban *bullying* pada masa kecil.

2) Bagi masyarakat

Diharapkan dapat membantu masyarakat dalam meningkatkan kesadarannya akan pentingnya *self-esteem* masa dewasa awal dan bagaimana dampak dari *inner-child* khususnya pada korban *bullying* pada masa kecil.

3) Bagi individu dewasa awal

Diharapkan mampu bermanfaat bagi individu pada masa dewasa awal khususnya yang memiliki masalah *self-esteem* pada usia ini untuk mengetahui *inner-child* dan dampak ataupun faktor penyebabnya.

4) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya khususnya dalam bidang psikologi ataupun kesehatan mental tentang bagaimana hubungan antara *inner-child* terhadap *self-esteem* pada dewasa awal pada korban *bullying* di masas kecil.

2. Signifikasi Penelitian

Signifikasi penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan manfaat bagi lembaga pendidikan dan lembaga kesehatan mental khususnya dalam hal *self-esteem* dan hubungannya dengan *inner-child*. Dalam hal paraktis, hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi masyarakat dan individu pada masa

dewasa awal tentang pentingnya *self-esteem* dan keterkaitannya dengan *inner-child* pada masa dewasa awal. Penelitian ini juga memberikan informasi baru bagaimana dewasa awal mampu untuk meningkatkan *self-esteem* dan memberikan pemahaman bahwa pentingnya pengalaman masa kecil saat kita sudah dewasa awal dapat membantu orang tua dalam pola asuh agar anak memiliki *inner-child* yang positif sehingga memiliki *self-esteem* yang baik ketika sudah tumbuh dewasa nantinya.

G. Sistematika penelitian

Bab I : Pendahuluan

Bab satu merupakan pendahuluan yang menguraikan tentang latar belakang masalah, perumusan masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kerangka teori, metode penelitian, sistematika penelitian, dan rencana waktu penelitian.

Bab II : Landasan Teori

Bab dua menguraikan landasan teoritis atau pemikiran yang memberikan uraian umum tentang *inner-child*, *self-esteem*, tahapan dan tugas perkembangan dewasa awal, *bullying* dan dampak *inner-child* terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal, serta terdapat penelitian terdahulu yang relevan.

Bab III : Metode Penelitian

Bab tiga menguraikan tentang metode penelitian yang berisi pendekatan dan jenis penelitian yang digunakan, tempat dan waktu penelitian, penentuan sumber informan, unit analisis, teknik pengumpulan data, teknik analisis data,

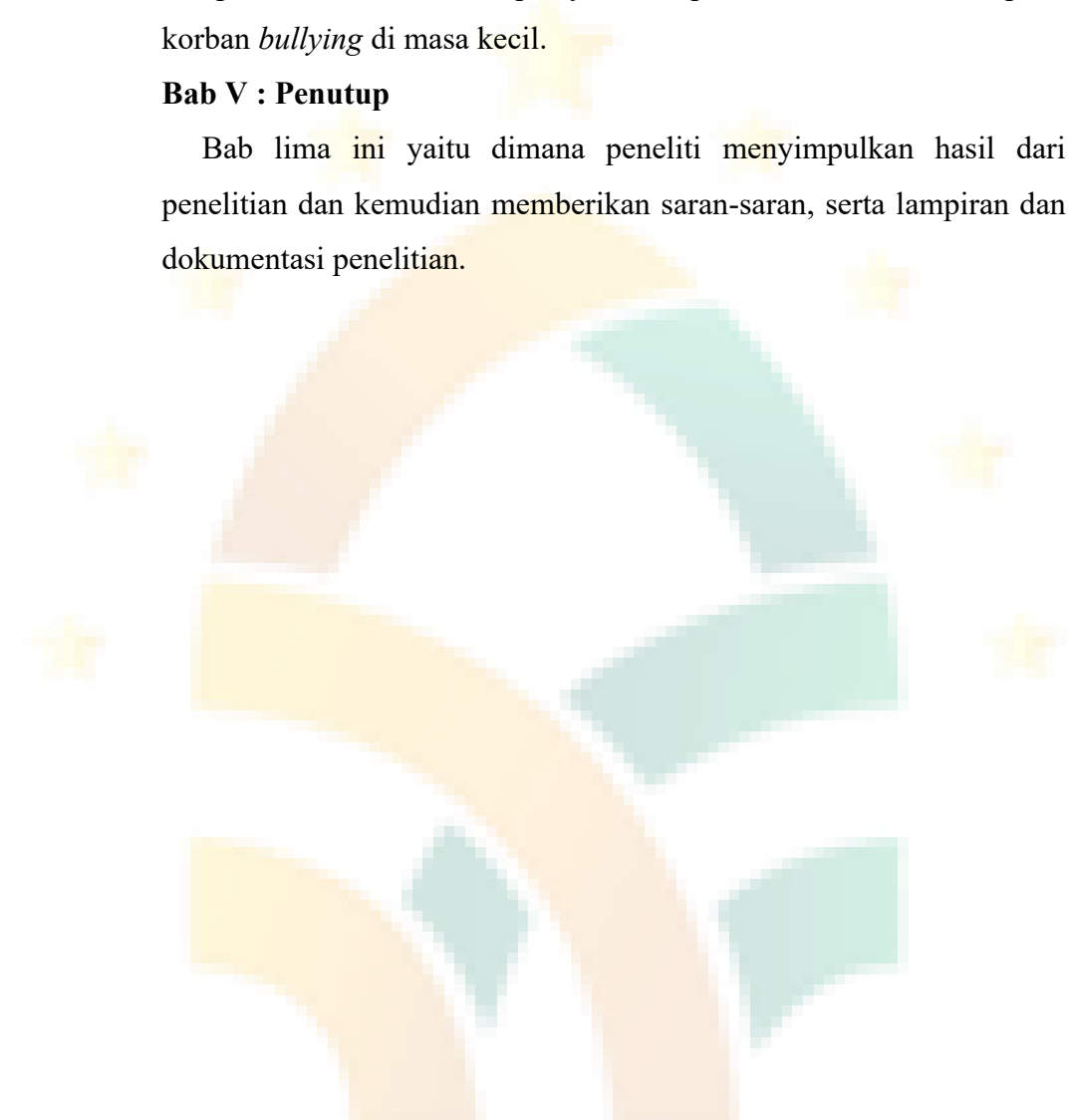
Bab IV : Hasil Penelitian

Bab empat menguraikan tentang temuan penelitian, dan pembahasan hasil sesuai dengan rumusan masalah, yaitu untuk mendeskripsikan gambaran *inner-child* terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* dimasa kecil, untuk mendeskripsikan

faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* di masa kecil, untuk mendeskripsikan dampak *inner-child* terhadap *self-esteem* pada masa dewasa awal pada korban *bullying* di masa kecil.

Bab V : Penutup

Bab lima ini yaitu dimana peneliti menyimpulkan hasil dari penelitian dan kemudian memberikan saran-saran, serta lampiran dan dokumentasi penelitian.



UINSSC