

AKHIR DERITA PEJUANG CINTA MAHASISWA

Eka Zariatul Khumairoh Suwandi¹, Nur Aziz Afandi²

^{1,2} Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri
ekazariatul@gmail.com

ABSTRAK

Kebutuhan akan cinta seringkali muncul sebagai respons terhadap perasaan kekurangan atau kekosongan dalam diri individu, yang dapat disebut "D-Love." D-Love mencerminkan perasaan ketidakamanan, kurangnya penghargaan diri, atau perasaan tidak dicintai, mendorong individu mencari cinta dan kasih sayang dari orang lain. Dampak "D-Love" adalah seorang akan termotivasi untuk mencari cinta dan keberadaannya (Maslow, 1970). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan bagaimana dinamika psikologis seorang mahasiswa yang berusaha mendapatkan cinta dan perhatian keluarga dan pacar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data melalui wawancara untuk data tambahan terhadap sumber sekunder yaitu kerabat dan teman korban. Analisa data penelitian ini dilakukan dengan menganalisis tema-tema yang sesuai dengan tujuan dari penelitian. Penelitian ini menjelaskan bahwa semasa kecil, korban memiliki pengalaman selalu dibandingkan dengan saudaranya hingga membuat korban merasa seperti tidak mendapatkan kasih sayang dan cinta dari orangtuanya. Selanjutnya, korban mencoba mendapatkan cinta dan perhatian dari pasangannya (pacarnya) dengan memberikan perhatian kepada pacarnya. Namun ia mengalami penghianatan dari pacarnya. Pengalaman itu, membuat korban berputus asa untuk mendapatkan cinta dari orang sekitarnya dan akhirnya memutuskan untuk mengakhiri hidupnya.

Kata kunci: cinta, orang tua, pacar

PENDAHULUAN

Data Kepolisian RI pada Januari-Juli 2023 mencatat ada 663 kasus bunuh diri atau tiga kasus setiap hari. Dibandingkan periode yang sama tahun sebelumnya, jumlah kasus bunuh diri itu naik 36,4 persen. Kasus terbanyak ada di provinsi dengan jumlah penduduk besar, yaitu Jawa Tengah dan Jawa Timur. Pada beberapa individu terdapat jarak antara pikiran/ide bunuh diri terhadap tindakan bunuh diri. Ide bunuh diri biasanya telah dipikirkan terlebih dahulu dalam beberapa hari, minggu, ataupun tahun, tetapi pada beberapa individu mungkin tidak pernah memikirkannya sebelumnya, dengan kata lain sering terjadi secara impulsif (Woelandarie, 2017).

Ide bunuh diri pada individu dipengaruhi oleh banyak hal termasuk di dalamnya pola asuh orangtua dan fungsi keluarga (Diponegoro & Malik, (2013). Yang menjadi salah satu fungsi keluarga adalah fungsi afeksi, yaitu keluarga dapat memberikan kasih sayang, rasa aman, perhatian diantara anggota keluarga dan membina pendewasaan kepribadian anak (Kaakinen at al, 2010). Kemampuan orangtua mengekspresikan emosi dengan baik menjadi rujukan bagi anak dalam mengelola emosinya. Sebagai pencipta iklim emosional dalam keluarga, orang tua harus berusaha menciptakan suasana keluarga yang hangat dan ekspresif sebagai pemenuhan kebutuhan emosional (Kidman, 2018).

lingkungan keluarga yang memiliki ekspresi emosi tinggi mempunyai resiko depresi lebih besar hingga memiliki ide bunuh diri dibandingkan dengan lingkungan keluarga yang ekspresi emosinya rendah. Ekspresi emosi yang tinggi tersebut berupa sikap yang penuh kritik, amarah, dan kebencian. Ekspresi emosi yang tinggi merupakan refleksi sikap negative berupa peran sebagai stressor yang dapat meningkatkan kerentanan dan kekambuhan pada seseorang (Hertinjung & Partini, 2010).

Seorang anak yang hidup dalam keluarga yang bahagia dan sempurna, tentu akan menciptakan tumbuh kembang yang optimal bagi mereka (Ahmad Susanto, 2011). Tumbuh kembang seorang anak merupakan tanggung jawab orang tua. Anak berhak mendapatkan dukungan tumbuh kembang yang sempurna dari orang tuanya. Pondasi awal yang kuat nantinya akan menciptakan pribadi dan kehidupan yang kuat (Jaja Suteja, 2017).

Abraham Maslow (Alwisol, 2009) memasukkan cinta ke dalam lima tingkatan kebutuhan dasar manusia atau sering disebut dengan teori hierarki kebutuhan Maslow. Cinta dan kasih sayang ditempatkan pada urutan ketiga setelah kebutuhan fisiologis dan rasa aman. Tingkat kebutuhan akan meningkat apabila kebutuhan sebelumnya telah terpenuhi. Jika kebutuhan fisiologis dan rasa aman telah terpenuhi, maka berikutnya muncul kebutuhan akan cinta dan kasih sayang berlanjut dengan rasa ingin memiliki dan dimiliki. Menurutnya, cinta menyangkut hubungan sehat dan penuh kasih sayang mesra antara dua orang yang diiringi dengan sikap saling percaya serta meliputi kegiatan memberi dan menerima. Manusia harus memahami cinta, mampu mengajarkan, menciptakan, dan meramalkannya, sehingga dunia tidak akan dibanjiri dengan rasa kebencian dan permusuhan.

Ketika individu tidak mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari keluarga mereka cenderung mencari cara lain salah satunya dengan hubungan pacaran. Hal ini dapat disebabkan oleh dorongan untuk memenuhi kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi, mencari pengakuan, dan mencari kenyamanan. Menurut Miller dan Perlman (2009), hubungan dengan orang lain adalah aspek utama dari kehidupan seorang individu yang dapat menimbulkan kebahagiaan yang besar ketika hubungan tersebut berjalan dengan baik tetapi juga sebaliknya, dapat menimbulkan kesedihan yang luar biasa ketika hubungan memburuk. Ada beberapa bentuk hubungan sosial salah satunya adalah hubungan intim lawan jenis atau hubungan romantis (Myers 2012). Namun dalam hubungan romantis tidak selalu berakhir dengan pernikahan. Ada yang hubungan romantis berakhir sebelum pernikahan atau putus cinta.

Dukungan dari keluarga saat seseorang menghadapi masalah, termasuk saat mengalami putus cinta, memiliki dampak yang sangat signifikan. Namun, ketika seseorang tidak mendapatkan dukungan positif dari lingkungan keluarganya, hal ini dapat membuka peluang untuk perilaku negatif. Menurut Maris (Kendall dan

Hemman, 1998), ada beberapa faktor risiko bunuh diri yang dapat berasal dari lingkungan keluarga yang tidak sehat.

Jika seseorang memiliki regulasi emosi yang tinggi maka, ia mampu menerima situasi yang dialaminya dan tidak terpengaruhi oleh emosi negatif, sehingga remaja menampilkan respon emosi yang positif. Sedangkan yang tidak mampu meregulasi emosi saat mengalami putus cinta ada kecenderungan untuk bertindak negatif (Purwatomoko, 2012). Terlebih hubungan romantis yang dijalin di usia dewasa awal diharapkan bisa menjadi hubungan yang serius hingga ke jenjang pernikahan karena salah satu tugas perkembangan dewasa awal adalah memasuki kehidupan berkeluarga (Santrock, 2012). Individu yang terpuruk saat putus cinta seakan kehilangan tujuan hidup, tidak bisa berpikir jernih, tidak dapat menerima keadaan, penyesalan terhadap diri sendiri, dan terus membiarkan dirinya berada dalam kesedihan bukan mencari hal positif untuk bangkit kembali.

METODE

Penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif untuk mengumpulkan dan menganalisis data. Menurut Sugiyono (2016:9) metode deskriptif kualitatif adalah metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat postpositivisme digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan bagaimana dinamika psikologis seorang mahasiswa yang berusaha mendapatkan cinta dan perhatian keluarga dan pasangan.

Selama pelaksanaan penelitian, peneliti mematuhi prinsip-prinsip etika penelitian dengan menjaga kerahasiaan data responden dan mengurangi risiko bagi partisipan. Kesimpulannya, penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan mengumpulkan data melalui wawancara. Metode penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif tentang karakteristik dan distribusi data yang berkaitan dengan subjek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Korban memiliki keluarga dalam status ekonomi menengah ke atas. Korban adalah anak kedua dari dua bersaudara. Ayah korban adalah orang terpandang di lingkungan sekitar rumahnya sebagai petani kelapa sawit yang sukses. Secara materi, kebutuhan korban terpenuhi akan tetapi korban tidak mendapatkan kehangatan di keluarganya. Ayah korban adalah orang yang sangat disiplin serta keras dalam pengasuhan anaknya sehingga korban sudah ditekan untuk melakukan apapun secara mandiri. Jika korban menginginkan sesuatu, ia harus berjuang dan mengusahakan untuk mendapatkan hal tersebut sendiri. Saat korban masih sekolah tingkat SD, ia tidak diperbolehkan untuk menaiki sepeda motor. Ia

hanya diijinkan menaiki sepeda hingga saat ia menumpuh pendidikan S1 di luar kota atau luar pulau (Jawa). Menurut ayah korban, mengijinkan korban menaiki sepeda motor sama halnya menjadikan korban anak manja yang tidak mau berusaha sendiri.

Selama masa kecilnya, korban seringkali menjadi anak yang dibandingkan dengan saudaranya (kakaknya) dalam hal prestasi maupun rutinitas sehari-hari. Sikap yang demikian menjadikan korban merasa tertekan karena keluarganya memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap korban. Perlakuan orangtua yang menuntut dan kurangnya komunikasi antar keluarga menjadikan korban sebagai individu yang sangat tertutup di dalam lingkungan keluarganya dan menjadikan korban sebagai pribadi yang sangat pendiamnya. Sikap orang tua yang suka membandingkan dirasakan korban sejak masa SD dari situlah korban mulai merasa tertekan dalam kehidupannya. Ia merasa di usia SD tidak merasakan kasih sayang, perhatian dan dukungan orangtua sebagaimana anak-anak yang lain mendapatkan dari orangtuanya. Sikap orangtua yang suka membandingkan juga menimbulkan rasa iri terhadap kakaknya. Ia pun iri terhadap teman temannya yang mendapatkan kasih sayang, perhatian dan dukungan orangtuanya. Sebagai dampaknya korban merasa minder dan merasa tidak dicintai. Upaya untuk mendapatkan perhatian dan cinta keluarganya dilakukan dengan cara meraih prestasi baik di akademik (menjadi juara kelas) maupun non akademik (sepak bola dan futsal) meskipun dalam perjalanan meraih prestasinya ia banyak mengalami permasalahan misalkan ia suka terganggu saat dalam proses belajarnya di sekolah. Ia suka terganggu kenapa dirinya tidak mendapatkan perhatian dan kasih sayang sebagaimana kakaknya dan teman teman yang lain dari orangtuanya.

Saat menginjak di Sekolah Menengah Pertama (SMP) ia masih menunjukkan sikap yang tertutup bahkan menjadi semakin tertutup. Sikap orangtua yang suka membandingkan terus dialami korban setiap harinya, seperti "kakakmu juga naik sepeda, jangan jadi anak malas," "kakakmu dulu nggak terlalu banyak uang jajannya seperti kamu," "kayak kakakmu gitu lo rajin." Sebagai dampak dari hal itu, korban sempat mengalami gejala disosiatif diri yaitu dalam bentuk mati rasa baik fisik (tidak sakit dengan pukulan atau tamparan) maupun psikis (tanpa perasaan dan harapan) dalam kehidupan sehari-harinya. Keluarganya memegang prinsip bahwa "laki-laki harus mandiri, bisa melakukan segalanya sendiri kecuali dalam situasi darurat." Meskipun korban melakukan banyak upaya untuk mendapatkan kasih sayang dari ayahnya, ia merasa tetap tidak mendapatkan dari ayahnya karena menurut korbannya ayahnya gengsi mengakui prestasinya. Meskipun korban mendapatkan dukungan dari ibunya, ia sangat mengharapkan dukungan itu dari ayahnya.

Dia memiliki minat besar dalam sepak bola dan telah meraih prestasi di bidang tersebut, namun dia tidak pernah mendengar kata-kata pujian dari orang tuanya. Korban adalah orang yang memiliki semangat untuk mencapai prestasi agar mendapatkan perhatian dari orangtuanya bahwa dirinya mampu untuk

mendapatkannya. Rasa sakit dalam meraih prestasi tidak korban rasakan seperti saat kakinya terluka atau berdarah karena bermain sepak bola, ia tetap melanjutkan permainan dan sering mengucapkan “halah gini tok gak sakit kok, cuma luka kecil saja” untuk menguatkan dirinya sendiri hingga akhir permainan.

Masa SMP adalah masa ia mulai merasakan ketertarikan terhadap lawan jenis hingga kemudian berlanjut menjadi hubungan pacaran. Korban merasa mulai mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari pacarnya yang tidak ia dapatkan dari keluarganya. Saat korban sudah mulai merasa nyaman, ia diputuskan oleh pacarnya.. Permasalahan dengan pacarnya memperburuk kondisi psikologis korban yang merasa tidak diperhatikan dan disayang. Hal itu membuat korban merasa sedih, kecewa, putus asa, depresi dan muncul keinginan untuk tidak melanjutkan hidupnya dan memutuskan untuk melakukan bunuh diri dengan lompat dari lantai tiga rumahnya yang digagalkan oleh ibunya.

Kemudian, dalam upaya untuk mengatasi depresi yang sedang dialaminya, keluarganya membawanya untuk berkonsultasi dengan seorang psikolog. Sayangnya, tidak terjadi perubahan yang signifikan dalam kondisinya setelah sesi terapi tersebut.

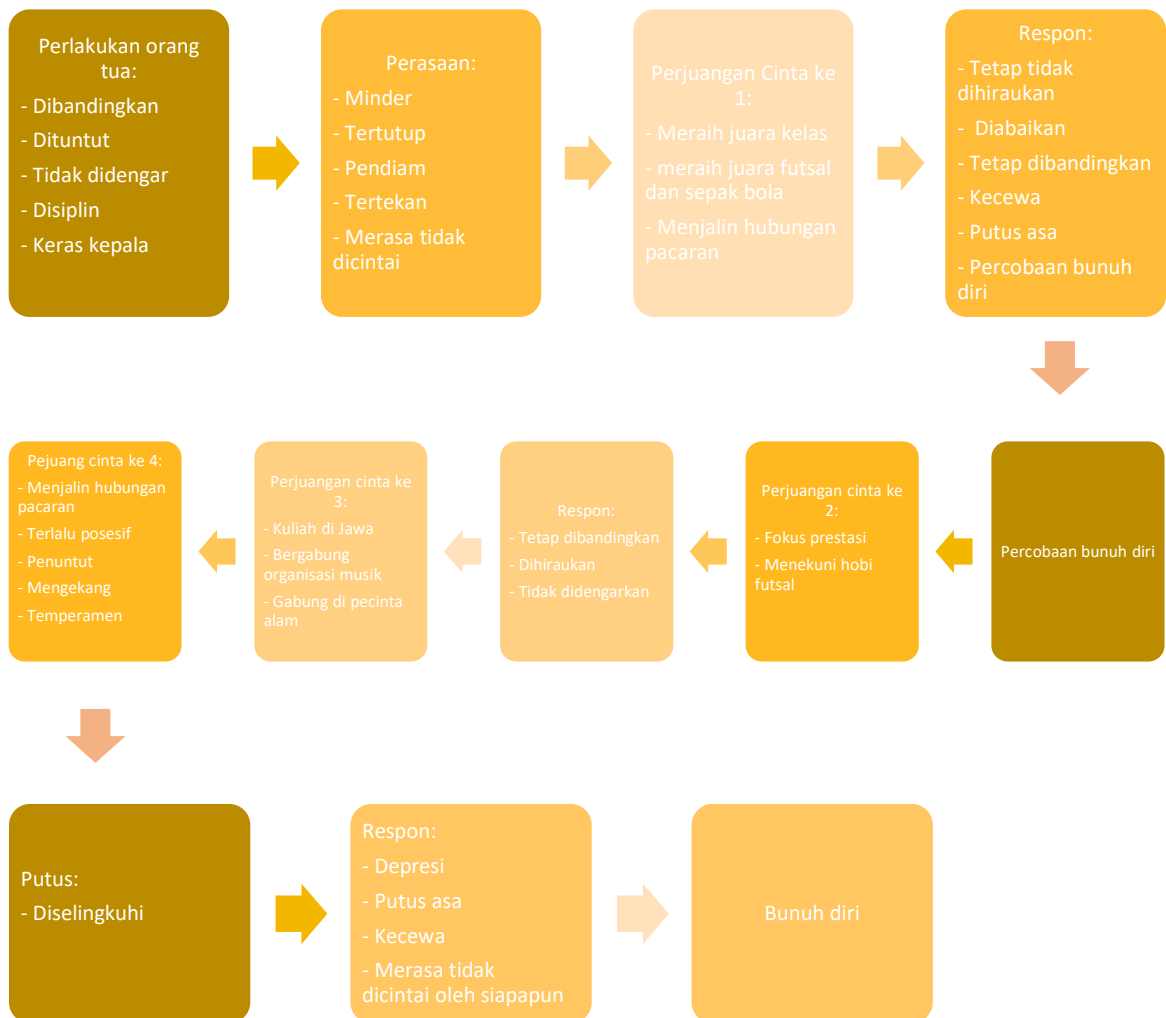
Pada masa SMA, dia mulai mengembangkan minatnya untuk pengalihan dari rasa sakit dari sikap orangtua yang suka membandingkannya dengan saudaranya. Dia mulai fokus pada upaya untuk mencapai prestasi dan memiliki keinginan kuat melanjutkan studi di Jawa agar mendapatkan kebebasan dan tidak merasa tertekan oleh keluarga.

Selama masa kuliah, dia tetap bersikap tertutup meskipun mulai sedikit merasakan kebebasan dari tekanan keluarganya karena perbandingan dan tuntutan keluarga. Ia menekuni hobinya di organisasi musik kampus, hingga ia jatuh cinta dan memiliki pacar yaitu temannya yang menjadi vokalis di organisasi musik tersebut. Selama hubungan pacaran itu terjalin, korban banyak membuktikan kepada pacarnya bahwa dirinya sangat sayang kepada pacarnya. Dia kembali merasakan kasih sayang yang sudah lama ia tidak rasakan seperti waktu pacaran di SMP.

Setelah menjalin hubungan dengan pacarnya, dia mulai menunjukkan sifat yang mudah marah terhadap teman-temannya. Awalnya dikenal sebagai individu yang pendiam dan tidak agresif, dia berubah menjadi lebih temperamental dan mudah merasa putus asa. Perubahan perilaku ini disebabkan oleh berbagai masalah yang timbul dalam hubungannya dengan pacarnya. Perubahan perilaku korban juga karena ia memiliki masalah dengan kakaknya. Salah satu masalah yang dia hadapi adalah ketidakmauan kakaknya sebagai barista kopi terkenal untuk mengajarnya tentang cara membuat kopi. Masalah ini memicu konflik dengan kakaknya dan saling menyalahkan antara dia dan kakaknya. Di sisi lain, ternyata korban masih mendapatkan tekanan dari orang tua dan perbandingan dengan kakaknya seperti "kamu harus rajin seperti kakakmu" serta perintah untuk berusaha sendiri. Banyaknya tekanan dari ayahnya membuat dia semakin merasa

tidak dicintai oleh siapapun. Semuanya mencapai puncak ketika dia mengetahui bahwa pacarnya selingkuh dan memutuskan untuk mengakhiri hidupnya.

Setelah korban mengakhiri hidupnya, orang tua korban merasa terguncang oleh tragedi tersebut dan dalam suasana kesedihan yang mendalam, banyak penyesalan yang dirasakan oleh kedua orangtunya. Ayahnya sering bertanya kepada diri dan orang lain dengan ungkapan "apa ayah terlalu keras dalam mendidiknya ya" atau "apa ayah terlalu disiplin". Mereka merenung tentang apakah tindakan dan perlakuan yang mereka terapkan dalam mendidik anak mereka telah memberikan berdampak negatif pada psikis korban. Kedua orangtunya mengalami penyesalan hingga berdiam diri di kontrakan korban selama 1 hari dengan berulang kali mempertanyakan apakah pola asuhnya yang menjadikan korban hingga memutuskan untuk bunuh diri.



Gambar 1: Dinamika Bunuh Diri
 Keterangan:

Dari gambar tersebut, terlihat bahwa korban mendapat perlakuan orang tuanya seperti selalu dibandingkan, dituntut, tidak didengar, dikondisikan dalam disiplin yang ketat, dan perlakuan yang keras. Perlakuan tersebut mengakibatkan korban menjadi pribadi yang minder, tertutup, pendiam, merasakan tertekan, dan sampai merasa tidak dicintai. Dalam upaya mendapatkan perhatian dan kasih sayang orangtuanya, korban berjuang untuk mendapatkan prestasi dalam bidang akademik (meraih juara kelas) dan non akademik (meraih juara futsal dan sepak bola). Tetapi korban tidak mendapatkan perhatian dan dukungan. Hal ini membuat korban semakin kurang percaya diri, tertutup, dan merasa tidak dicintai oleh orang tuanya. Karena merasa tidak dicintai, akhirnya korban menemukan rasa tersebut dalam hubungan pacaran. Tetapi rasa nyaman dan perhatian yang didapatkan oleh korban tetap berakhir dengan pengkhianatan. Pengalaman kegagalan korban untuk mendapatkan kasih sayang dan perhatian baik dari kedua orangtuanya dan pacarnya mendorongnya untuk mencoba bunuh diri, tetapi upaya tersebut digagalkan oleh orangtuanya.

Setelah mengalami kegagalan itu, korban mencoba fokus pada pencapaian dan mengembangkan hobinya untuk membuktikan kepada orang tuanya. Melanjutkan studi di Jawa untuk merasakan sedikit kebebasan serta bergabung dalam organisasi musik dan organisasi pecinta alam. Korban merasa mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari hubungannya dengan pacarnya. Hal itu tidak lama korban rasakan karena kekasihnya berkhianat dengan berselingkuh. Setelah mengalami kegagalan dalam pacaran karena pengkhianatan dalam hubungan pacaran, korban merasa tidak berdaya dan merasa tidak ada lagi yang mencintainya dan menyayangnya. Akhirnya, korban memutuskan untuk mengakhiri hidupnya dengan tujuan mengakhiri penderitaannya dalam upaya mencari perhatian dan kasih sayang keluarga dan pacarnya.

Korban dengan riwayat pengasuhan yang disiplin, penuh tekanan, dengan orang tua yang sering melakukan perbandingan dalam keluarga. Akibat dari perlakuan tersebut korban mengalami perasaan sedih, kecewa, penakut, minder, dan merasa putus asa. Berkaitan dengan hal tersebut membuat korban mengalami tekanan dalam kehidupannya. Teori Harlock (2011) yang menyebutkan bahwa pengetahuan orang tua yang kurang mengenai pengasuhan akan dapat mempengaruhi dalam memberikan asuhan kepada anak sehingga dapat mempengaruhi sikap dan perilaku perbandingan seperti kakak kepada adiknya.

Dalam penelitian ini subjek berjuang untuk sebagai upaya untuk membanggakan diri dan pemenuhan kasih sayang. Dalam upayanya tersebut dia berusaha menjadi orang yang dibanggakan. Menurut Horney (Alwisol, 2009) pencarian keagungan diri melalui dorongan menjadi superior yang kompulsif. Walaupun orang neurotik mempunyai keinginan yang kuat mengungguli apapun, mereka secara teratur menyalurkan enerjinya ke aktivitas yang paling berpeluang sukses.

Subjek dalam penelitian ini tidak mampu terus menerus bertahan di keadaan yang sedih dan tertekan. Berusaha mendapatkan perhatian dengan mencoba untuk berfokus pada prestasi dan menekuni minatnya. Sebagaimana menurut Reber yang dikutip oleh Rohmalina (2015:28) Minat pada hobi bukanlah istilah yang populer dalam psikologi disebabkan ketergantungannya terhadap berbagai faktor

internal lainnya, seperti pemusatan perhatian, keingintahuan, kebutuhan. Hal ini diartikan bahwa individu yang berusaha mendapatkan perhatian dengan mencoba untuk berfokus pada prestasi dan menekuni minatnya dapat meningkatkan prestasi belajarnya dengan cara mengembangkan minatnya terhadap bidang pelajaran tertentu dan agar lebih diperhatikan oleh orang tua.

Orang tua korban tetap kurang bisa menghargai terhadap pencapaian akan prestasi yang didapatkan korban. Menurut data yang didapatkan orang tua tidak mengubah perilaku terhadap korban karena rasa gengsi. Orang tua yang memiliki gengsi dan harga diri yang tinggi mungkin merasa sulit untuk mengungkapkan perasaan perhatian kepada anak karena takut dianggap lemah atau tidak berkuasa serta jabatan juga memberikan kebanggaan tersendiri bagi sebagian individu. Hal ini yang dapat memicu keanggsian dalam diri individu yang bilamana individu tidak melakukan self-regulation maka individu akan berpotensi mengalami Post Power Syndrome (Suhaeb & Kahfi, 2016). Post Syndrome cenderung menunjukkan pola-pola kekerasan di lingkungan keluarga, teman atau di lingkungan manapun selama ia berinteraksi dengan orang lain. Termasuk dalam hal ini pelaku menunjukkan pola-pola kekerasan secara tidak sadar kepada lingkungan keluarga serta peluapan emosi pada orang sekitar.

Menurut Alwisol (2009), perbandingan dalam keluarga dapat mempengaruhi rasa inferior pada anak. Hal ini terjadi karena adanya perbandingan antara anak dengan saudara kandung atau anggota keluarga lainnya. Perbandingan juga dapat memicu persaingan antara anak-anak dalam keluarga, yang dapat memperburuk rasa inferior pada anak yang kalah dalam persaingan tersebut. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Alwisol (2009), juga ditemukan bahwa perbandingan dalam keluarga dapat mempengaruhi hubungan antara anak dengan orang tua. Anak yang merasa inferior cenderung merasa tidak nyaman dan tidak percaya diri dalam berinteraksi dengan orang tua. Hal ini dapat memperburuk hubungan antara anak dan orang tua, dan mempengaruhi perkembangan kepribadian anak.

Ketika korban tidak berhasil mendapatkan perhatian dari orang tuanya, dia mencari perhatian tersebut dengan melakukan hubungan pacaran. Suatu bentuk rekreasi, menurut Degenova & Rice (2005: 146) menyebutkan salah satu alasan bagi remaja berpacaran adalah untuk bersantai-santai, menikmati diri mereka sendiri dan memperoleh kesenangan serta perhatian lebih dengan hubungan pacaran.

Korban mengatasi masalah yang dialami dengan pergi dari rumah untuk melanjutkan studi S1 di luar kota. Usaha pergi dari luar kota tersebut dia merasakan sedikit bebas, sedikit senang, dan sedikit merasakan kenyamanan. Bahwasannya tindakan untuk pergi dari rumah merupakan salah satu tindakan pelampiasan yaitu pengalihan atas rasa sakit dan marah. Dampaknya, orang berusaha mempertahankan diri melawan tegangan interpersonal itu memakai operasi keamanan (security operations); suatu proses yang bertujuan untuk mereduksi perasaan tidak aman atau perasaan akibat dari ancaman terhadap sistim self

menurut Sullivan (Alwisol, 2009). Dijelaskan juga oleh Freud (Alwisol, 2009) dapat berupa pelampiasan emosi-emosi yang negatif, ketika individu tidak merasakan perhatian dari orang tua dan pengalihannya dengan melakukan hubungan pacaran. Gaya pacaran seperti protektif, temperamen, penuntut, dan adanya sikap posesif ingin memiliki yang terlalu berlebihan menyebabkan hubungan yang dijalinnya tidak bertahan lama, seperti yang dikemukakan oleh Glass (1995) menyatakan bahwa gaya pacaran otoriter dipengaruhi oleh empat gejala, yaitu gejala emosional, gejala perilaku, gejala fisik, gejala komunikasi. Setelah putus dengan pacarnya yang diraskaan korban adalah kesedihan yang mendalam dan memutuskan untuk bunuh diri karena merasa putus asa serta keinginan untuk mengakhiri semua rasa sakit yang dirasakannya. Menurut Yuwanto (2011), putus cinta merupakan kejadian berakhirnya suatu hubungan cinta yang telah dijalin dengan pasangannya. Putus cinta dapat memberikan dampak yang negatif. Dampak yang dirasakan antara lain perasaan sedih, kehampaan, perasaan gagal dan kehilangan kepercayaan diri, sulit berkonsentrasi, hingga timbul pikiran untuk bunuh diri.

Salah satu studi yang dilakukan oleh Alvarez-Subiela et al. (2022) mengungkapkan berkurangnya perhatian atau kurangnya perhatian orang tua dan peningkatan insiden upaya bunuh diri di kalangan remaja yang bergulat dengan masalah kesehatan mental. Studi ini menyoroti pentingnya keterlibatan orang tua dan perhatian dalam mengurangi kecenderungan bunuh diri pada remaja. Setiap orang tua mempunyai pola asuh tersendiri dari segi asuh, asah, dan asih dalam hubungannya dengan anaknya, dan ini mempengaruhi perkembangan anak (Djiwandono, 2003).

Dalam penelitian ini korban berusia 21 tahun, hal ini sejalan dengan hasil statistik dari Emory University tahun 2015 (Ermawati, Moediarso, & Soedarsono, 2018) yang melaporkan bunuh diri sangat rentan terjadi pada usia 18-24 tahun, bahkan ditemukan bahwa suicide-related ideation ditemukan lebih tinggi pada rentan usia 18-25 tahun. Selain usia, Penelitian King dan Merchant (2008) menunjukkan bahwa kesepian juga menjadi salah satu faktor interpersonal yang mengakibatkan resiko bunuh diri pada remaja.

Banyak penelitian yang mengungkap bahwa keluarga memiliki pengaruh terhadap ide bunuh diri. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Undarwati (2014) yang menunjukkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya ide bunuh diri adalah faktor keluarga. Keluarga memiliki peran penting dalam masa perkembangan individu. Konflik dengan anggota keluarga memberikan dampak yang besar bagi individu. Individu juga sering mengalami kebingungan untuk mengikuti kemauan orangtua atau kemauan diri sendiri, serta seringnya perbandingan dalam keluarga yang dialami oleh individu tersebut.

SIMPULAN

Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga dengan pola pengasuhan yang sangat disiplin, penuh tekanan, dan seringkali dibandingkan dengan saudaranya,

serta memiliki orang tua yang keras kepala, cenderung menghadapi risiko tinggi dalam hal kesejahteraan mental dan emosional. Pola pengasuhan yang berorientasi pada disiplin yang ekstrem dan tekanan dapat memicu perasaan tertekan, peningkatan terhadap pemikiran bunuh diri, dan perilaku yang merugikan diri sendiri. Ketika individu mencari kasih sayang dan perhatian yang tidak mereka dapatkan dari keluarga yaitu dalam hubungan percintaan, tetapi yang dia dapatkan adalah kekecewaan dan penghianatan, yang dalam beberapa kasus dapat memicu upaya bunuh diri. Meskipun korban mencoba untuk berjuang dan bangkit untuk mengejar prestasi serta menekuni hobi yang mereka minati, sering kali mereka masih diabaikan atau tidak mendapatkan dukungan yang mereka inginkan dari keluarganya. Setelah perjuangan serta pengalaman pahit, termasuk menemukan cinta yang akhirnya berujung pada penghianatan dan putus, korban mencapai titik di mana mereka merasa tidak ada jalan keluar, yang akhirnya dapat mendorong untuk mengambil keputusan tragis untuk melakukan bunuh diri. Kesimpulan ini menggaris bawahi pentingnya perhatian dan dukungan yang tepat dari keluarga, teman-teman, dan profesional kesehatan mental dalam mengatasi dampak negatif dari pengasuhan yang berlebihan dan kerentanan terhadap masalah kesejahteraan mental

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2019). Psikologi Kepribadian edisi revisi. Penerbit universitas muhammadiyah malang.
- Anam, C. (2008). Peran keluarga dalam kasus bunuh diri anak dan remaja. *Jurnal Humanitas*, 5(2), 1693-7236.
- Diponegoro, A. M., & Malik, M. A. (2013). Hubungan Pola Asuh Otoritatif, Kontrol Diri, Keterampilan Komunikasi dengan Agresivitas Siswa Kelas X SMA N 4 Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling "Psikopedagogia"*. II (02), 342 - 264.
- Earnshaw, V. A., Kidman, R. C., & Violari, A. (2018). Stigma, depression, and substance use problems among perinatally HIV-infected youth in South Africa. *AIDS and Behavior*, 22, 3892-3896.
- Glass, Lillian. (1995). Toxic People "10 Ways Of Dealing With People Who Make Your Life Miserable". New York. Macmillan.
- Hertinjung, S. Wisnu., & Partini. (2010). Gangguan Perilaku Pada Anak SD Ditinjau dari Ekspres Emosi Ibunya. *Jurnal Penelitian Dinamika Sosial Ekonomi*, Vol. 6 (1) edisi 2010. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Iyer, V., & Harlock, J. (2011). A new and forgotten indication for aortic fenestration. *Journal of Endovascular Therapy*, 18(2), 261.
- Jaja Suteja, Yusriah. (2017). Dampak Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak. *Jurnal Pendidikan Anak*. Vol 3, No 1.

- Kaakinen, JR., Gedaly-Duf., Coehlo, D., Hanson.S.M.H. (2010). Family Health Care Nursing : Theory. Practice and Reasearch. 4thed. Philadelphia: F.A. Davis Company
- Kendall, P.C. and Hammen, C. (1998). Abnormal Psychology, Understanding Human Problem. Boston: Houghton Mifflin Company.
- KHARISATUN, S. (2019). REGULASI EMOSI DALAM MENGATASI KEPUTUSASAANPASCA PUTUS CINTAPADA REMAJA (StudiKasus Pada Dua Mahasiswa Tarbiyah IAIN Purwokerto) (Doctoral dissertation, IAIN).
- Loka, M. P., & Yulianti, E. R. (2019). Konsep Cinta (Studi Banding Pemikiran Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan Erich Fromm). *Syifa Al-Qulub*, 3(2), 72-84.
- Myers, D. G. (2012). Psikologi sosial. Jakarta: Salemba Humanika, 189-229.
- Pratiwi, J., & Undarwati, A. (2014). Suicide ideation pada remaja di kota Semarang. *Developmental and Clinical Psychology*, 3(1).
- Putra, D. A., & Purbaning, P. H. (2023). Fenomena Toxic Relationship dalam Berpacaran. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 5(1), 54-62.
- Santrock, John. W. (2012). Life-Span Development Buku 13th Edition. University of texas, Dallas : Mc Grow-Hill.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet.
- Suhaeb, F. W., & Kahfi, M. A. (2016). Fenomena Hiperrealitas Masyarakat Pada Makanan. Seminar Nasional, 315-319.
- Susanto, A. (2011). *Perkembangan Anak Usia Dini: pengantar dalam berbagai aspeknya*. Kencana.
- Woelandarie, A. M. (2017). *Faktor yang mempengaruhi percobaan bunuh diri pada santri di pesantren x, Bogor* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017).
- Yuwanto, L. (2013). The nature of flow. Sidoarjo: Dwiputra pustaka jaya.