

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan zaman yang diiringi dengan gaya hidup masyarakat dipengaruhi oleh globalisasi dan modernisasi. Kedua hal ini telah menyentuh hampir semua aspek kehidupan masyarakat. Tidak hanya dalam bidang ekonomi saja, tetapi juga bidang sosial budaya. Pola pikir masyarakat dalam menjalani kehidupannya juga mengalami perubahan seiring dengan perkembangan tersebut (Kushendrawati, 2006).

Globalisasi merupakan kondisi dimana jarak antara negara yang satu dengan negara lain sudah tidak ada batas lagi. Aturan, budaya, norma dan lain sebagainya sudah mulai memudar. Globalisasi sangat berpengaruh terhadap perkembangan potensi dan kepribadian remaja saat ini (M. Waters, 2004).

Remaja saat ini dikenal dengan istilah generasi Z. Generasi Z yaitu generasi terkini yang lahir sesudah tahun 1995 dan sampai tahun 2010. Generasi Z lahir dan dibesarkan di era digital, dengan aneka teknologi yang canggih, seperti: laptop, *handphone*, *iPads*, dan, internet. Sejak kecil, mereka sudah mengenal dan akrab teknologi (Mukhlis, 2015).

Salah satu kemajuan teknologi yang paling pesat adalah dalam bidang teknologi informasi (internet) dan komunikasi. Dengan adanya internet, berbagai informasi dapat diakses kapan saja dan dimana saja, sehingga penyebaran

informasi dapat berjalan cepat dan tidak mengenal jarak. Pengguna internet kebanyakan adalah remaja (Nurhaidah, 2015).

Remaja adalah usia dimana seseorang ingin mencoba berbagai hal baru. Sehingga segala hal tentang internet dapat menarik perhatian. Dengan ketertarikan yang besar, menyebabkan keinginan untuk mengeksplor diri menjadi besar pula. Keinginan untuk dikenal dan diperhatikan oleh banyak orang melalui internet. Hal ini dapat menimbulkan perilaku-perilaku yang negatif. Misalnya menulis sesuatu yang sebenarnya sangat privasi milik orang lain, mengupload gambar orang lain yang kurang pantas, bahkan bisa pula mengolok-olok teman sendiri dalam sosial media. Padahal, perilaku meledek, menghina, atau memojokkan seseorang di internet termasuk dalam tindakan *cyber bullying* atau kekerasan dalam dunia maya (internet) (Adrian, 2010).

Bullying dapat dilakukan dengan mudah, bahkan terkadang tanpa sadar, apa yang dilakukan termasuk dalam *cyber bullying*. *Cyber bullying* atau kekerasan dunia maya lebih menyakitkan jika dibandingkan dengan kekerasan secara fisik. Korban *cyber bullying* sering kali depresi, merasa terisolasi, diperlakukan tidak manusiawi, dan tak berdaya ketika diserang. Intimidasi secara fisik atau verbal pun menimbulkan depresi. Namun, korban *cyber bullying* mengalami tingkat depresi lebih tinggi. Dampak dari *cyber bullying* untuk para korban tidak berhenti sampai pada tahap depresi saja, melainkan sudah sampai pada tindakan yang lebih ekstrim yaitu bunuh diri (Sapty R, 2012).

Teknologi turut berkontribusi terhadap kesehatan mental remaja. Penggunaan media sosial salah satu penyebab stres pada remaja. Prevalensi stres

dan depresi terus meningkat di kalangan generasi Z. Merujuk data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penderita *skizofrenia* atau psikosis sebesar 7 per 1000 dengan cakupan pengobatan 84,9%. Sementara itu, prevalensi gangguan mental emosional pada remaja berumur lebih dari 15 tahun sebesar 9,8%. Angka ini meningkat dibandingkan tahun 2013 yaitu sebesar 6%. Pada Provinsi Sumatera Barat terdapat 4,5% remaja mengalami gangguan mental emosional. Gangguan emosional yang terjadi berupa stres, kecemasan, dan depresi. Sebanyak 25% remaja mengalami depresi ringan dan 7% remaja dengan depresi yang berkembang telah melakukan percobaan bunuh diri (Kemenkes, 2013).

Perkembangan mental yang buruk seperti mudah stres pada remaja salah satunya diperberat oleh *stunting*. Secara nasional, prevalensi *stunting* tahun 2013 pada remaja 13-15 tahun adalah 35,1 persen (13,8% sangat pendek dan 21,3% pendek) dan 31,4 persen pada remaja 16-18 tahun (7,5% sangat pendek dan 23,9% pendek). Pada tahun 2018 prevalensi *stunting* pada remaja Indonesia turun menjadi 25,7 persen (7,2% sangat pendek dan 18,5% pendek) pada kelompok umur 13-15 tahun dan 26,9 persen (4,5% sangat pendek dan 22,4% pendek) pada kelompok umur 16-18 tahun (Kemenkes, 2018).

Prevalensi *stunting* pada remaja di Sumatera Barat tahun 2013 di atas prevalensi nasional yaitu 42% (sangat pendek 17,3% dan pendek 24,7%) pada kelompok umur 13-15 tahun dan 33,1% (sangat pendek 8,4% dan pendek 24,7%) pada kelompok umur 16-18 tahun (Kemenkes, 2013). Sedangkan pada tahun 2018 prevalensi *stunting* pada remaja hampir sama dengan angka nasional yaitu 25,6%

(sangat pendek 7,2% dan pendek 18,4%) pada kelompok umur 13-15 tahun dan 26,8% (sangat pendek 3,7% dan pendek 23,1%) pada kelompok umur 16-18 tahun (Kemenkes, 2018).

Remaja yang *stunting* lebih rentan untuk stres dibandingkan yang tidak *stunting*. Penderita *stunting* secara signifikan sering merasa kurang bahagia, tertekan dan frustrasi (Fernald & Grantham et. all, 2002) *Stunting* memiliki asosiasi dengan konsentrasi kortisol yang meningkat. Menurut penelitian Fernald & Grantham di Jamaika pada anak umur 8-10 tahun menunjukkan bahwa konsentrasi kortisol *saliva* penderita *stunting* lebih tinggi dari pada anak normal (Fernald & Grantham 1988).

Remaja *stunting* sering merasa *minder*, malu, sedih, kesal dan merasa berbeda sendiri dengan orang lain terlebih pada saat mereka berada di lingkungan baru dengan orang yang baru. Mereka sering kali mendapat cemoohan baik dari teman sekelas maupun dari adik kelas, sehingga ada beberapa dari mereka sampai menangis, melamun dan marah akibat dari cemoohan yang mereka terima. Dampak psikologis pada korban *bullying* yang paling ekstrim diantaranya ketakutan, cemas berlebihan, depresi, bunuh diri dan stres pasca trauma (Monks, 2004).

Salah satu cara mengatasi stres yaitu dengan rehabilitasi. Meskipun rehabilitasi tidak memastikan hilangnya stres pada remaja secara keseluruhan, tetapi rehabilitasi dapat membantu remaja mengatasi stres yang dialami. Penelitian Lisdiana (2012) menunjukkan bahwa terjadi penurunan kadar kortisol yang signifikan pada kelompok stres yang rehabilitasi dibandingkan dengan kelompok

yang tidak direhabilitasi dengan jumlah kadar kortisol sebelum rehabilitasi sebesar 13,97 µg/dl menjadi 9,2 µg/dl.

Psikoedukasi merupakan suatu bentuk pendidikan ataupun pelatihan terhadap seseorang dengan gangguan psikiatri yang bertujuan untuk proses *treatment* dan rehabilitasi. Sasaran dari psikoedukasi adalah untuk mengembangkan dan meningkatkan penerimaan remaja terhadap *stressor* ataupun gangguan yang dialami, meningkatkan partisipasi remaja dalam terapi, dan pengembangan *coping mekanisme* (Goldman, 1998 dikutip dari Bordbar & Faridhosseini, 2010).

Psikoedukasi dapat diberikan kepada remaja dengan gangguan psikiatri termasuk anggota keluarga dan orang yang berkepentingan. Psikoedukasi adalah suatu bentuk intervensi psikologi, baik individual ataupun kelompok, yang bertujuan tidak hanya membantu proses penyembuhan klien (rehabilitasi) tetapi juga sebagai suatu bentuk pencegahan agar remaja tidak mengalami masalah yang sama ketika harus menghadapi gangguan yang sama, ataupun agar individu dapat menyelesaikan tantangan yang mereka hadapi sebelum menjadi gangguan. Psikoedukasi merupakan proses *empowerment* untuk mengembangkan dan menguatkan keterampilan yang sudah dimiliki untuk menekan munculnya suatu gangguan mental. Karena psikoedukasi dapat diterapkan sebagai bagian dari persiapan seseorang untuk menghadapi berbagai tantangan dalam tiap tahapan perkembangan kehidupan, maka psikoedukasi dapat diterapkan hampir pada setiap seting kehidupan (Lukens & McFarlane, 2004).

Peran dan dukungan keluarga sangat penting dalam mengelola stres yaitu dengan cara menciptakan ketahanan keluarga. Ketahanan keluarga merupakan kondisi dinamik suatu keluarga yang menjamin keuletan dan ketangguhan, serta mengandung kemampuan fisik material dan psikis mental spiritual guna hidup mandiri, dan mengembangkan diri dan keluarganya untuk hidup harmonis dan meningkatkan kesejahteraan lahir dan batin. Ketahanan keluarga tidak hanya menjamin kesejahteraan lahir dan batin pada salah satu individu, melainkan seluruh atau masing-masing anggota keluarga. Keluarga harus memiliki kekuatan untuk dapat merubah setiap tekanan-tekanan yang menyebabkan timbulnya stres negatif menjadi stres positif yaitu dengan cara manajemen stres (Sunarti, 2005).

Ketahanan keluarga berperan penting dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas. Keluarga yang tidak berfungsi optimal akan menimbulkan keresahan pada anggota keluarga, yang akhirnya berdampak pada perilaku kurang terpuji. Sebagai contoh, hubungan ayah dan ibu yang tidak harmonis dapat mengakibatkan peran orang tua menjadi tidak optimal. Kondisi ini dapat menyebabkan anak tidak mendapatkan pengasuhan dan berdampak pada kurangnya kedekatan antara orang tua dan anak. Lebih lanjut, situasi tersebut dapat berakibat pada penyimpangan perilaku anak, anak kurang bahagia, dan konflik dalam keluarga (Puspitawati, Herawati, Hastuti, Sunarti, & Sarma, 2015).

Ibu berperan erat dalam ketahanan keluarga, perempuan sebagai menteri dalam negeri dan motivator domestik rumah tangga. Hal ini sesuai dengan kearifan lokal (*local wisdom*) masyarakat Minangkabau, yang menjadikan kekerabatan *matrilineal* sebagai modal sosial. Di dalam masyarakat Minangkabau

Sumatera Barat, jaringan sosial antar kerabat perempuan dalam masyarakat Minangkabau sengaja dikembangkan dan dipelihara oleh perempuan dikarenakan jaringan tersebut memiliki makna strategis bagi mereka. Dari aspek ekonomi kerabat perempuan merupakan salah satu aset dan modal sosial yang dapat diandalkan untuk menjaga subsistensi maupun pemenuhan kebutuhan. Secara sosio-kultural jaringan sosial tersebut juga memiliki makna yang signifikan. Relasi dengan kerabat tidak hanya menunjukkan kepada orang luar bahwa sebuah keluarga/kaum merupakan kesatuan yang kompak. Lebih dari itu jaringan sosial merupakan sarana bagi individu untuk menunjukkan tanggung jawab moral dan tanggung jawab sosial. Sekaligus komitmen kesetiaan terhadap kerabat, bahwa apa yang diperoleh seseorang sesungguhnya tidak pernah terlepas dari bantuan kerabat (Jendrius, 2000).

Masyarakat meyakini bahwa posisi perempuan adalah sebagai *Bundo kandung*, yang menjadi penentu dan pembimbing dalam keluarga. Secara harfiah, *Bundo kandung* diartikan sebagai “ibu sejati” (Hakimy, 1994). Sebagai ibu sejati, *Bundo kandung* harus memiliki sifat keibuan dan kepemimpinan. *Bundo kandung* secara fungsional mengacu kepada perempuan senior atau ibu utama dalam suatu keluarga *matrilineal* Minangkabau, yang memiliki kepribadian yang kuat, bijak dan adil, serta secara mental maupun fisik mampu untuk membuat keputusan-keputusan yang benar dan adil.

Bundo kandung merupakan figur yang sangat menentukan dalam kehidupan moral dan martabat sebuah keluarga atau kaum. *Bundo kandung* sebagai penguat atau pendorong yang berperan membentuk perilaku remaja.

Bundo Kanduang adalah perantara keturunan memiliki tugas pokok dalam membentuk dan menentukan watak anak yang merupakan keturunannya. *Bundo Kanduang* sebagai *limpapeh rumah nan gadang* merupakan seorang ibu yang selalu mendidik anak-anaknya secara baik dan harus menjadikan rumah tangga dan keluarganya sebagai suatu lembaga pendidikan pertama. Pendidikan anak pertama kali diberikan oleh ibu. *Bundo Kandung* dalam hal ini sangat menentukan corak dan warna generasi yang akan dilahirkan di dalam rumah tangga dan keluarga (Syafnir, 2006).

Bundo kandung sebagai *pusek jalo kumpulan tali* memiliki makna bahwa sosok ibu memiliki posisi sentral yang sangat menentukan keberhasilan anak di masa yang akan datang. Oleh sebab itu, *Bundo Kanduang* harus mempunyai ilmu pengetahuan. Baik buruknya arah kehidupan suatu rumah tangga dan masyarakat ditunjukkan oleh seorang perempuan, yang dalam hal ini adalah ibu. Kaum ibu adalah pokok utama dalam penghayatan budi luhur dalam setiap aspek kehidupan masyarakat, seperti: dalam bidang pendidikan, ekonomi, sosial budaya, dan sebagainya (Gayatri, 2001).

Masuknya unsur-unsur globalisasi yang sangat gencar dalam waktu yang relatif singkat mengakibatkan terjadinya perubahan sosial budaya. Nilai-nilai budaya yang telah ada menjadi rusak dan dipengaruhi oleh budaya luar. Hal ini menyebabkan hilangnya budaya asli dan terjadinya erosi nilai-nilai budaya (M. Waters, 2004). Masyarakat Minangkabau sepatutnya untuk kembali kepada jati diri melalui pemaknaan kembali dan rekonstruksi.

Realitas terkini menunjukkan *Bundo kandung* pada zaman sekarang lebih berperan sebagai pentransfer ilmu pengetahuan kepada anaknya, bukan sebagai pendidik dan pembimbing anak. Banyak *Bundo Kandung* yang mengedepankan tanggung jawab dengan cara melengkapi kebutuhan materil anak-anaknya, yaitu dengan menyekolahkan anak-anak mereka ke lembaga pendidikan yang termahal dan terdepan, terutama mereka yang tinggal di kota. Sehubungan dengan itu, semua tanggung jawab dilimpahkan dan dipercayakan kepada guru, sehingga seringkali tidak disadari bahwa tanggung jawab moral sering terabaikan (Sismarni, 2011).

Ditambah lagi dengan adanya kecenderungan dari sebahagian *Bundo kandung* untuk melimpahkan semua tugas pengelolaan rumah tangga kepada pembantu, termasuk perkara pendidikan anak. Hal ini menyebabkan anak banyak menghabiskan masanya dengan pembantu yang kebanyakannya berasal dari kalangan non pendidikan. Justru itu, anak-anak kehilangan kompas dalam pembinaan, pengarahan, pembimbingan dan peneladanan perilaku, sehingga dewasa ini seringkali dijumpai anak yang berhasil secara intelektual, namun gagal dalam konteks moral (Sismarni, 2011).

Masih banyak *Bundo Kanduang* yang tidak dapat memerankan diri sebagai suri tauladan, baik bagi keluarga maupun masyarakat. Dengan demikian peran *Bundo Kanduang* sebagai *pusek jalo kumpulan tali* sebagaimana diformulasikan dalam adat Minangkabau tersebut tidak teraplikasikan lagi pada saat ini.

“Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* di Kota Padang” merupakan model yang dirancang untuk melakukan rehabilitasi stres secara dini terhadap remaja *stunting*. Rehabilitasi stres tidaklah familiar dikalangan masyarakat karena rehabilitasi identik dengan narkoba atau kecacatan, meskipun rehabilitasi memiliki makna yang lebih luas. Dikarenakan hal tersebut kata Edukasi lebih tepat untuk digunakan. Melalui pendekatan *Bundo Kanduang* diharapkan remaja *stunting* tetap bisa berbaur dengan lingkungan kehidupan bermasyarakat di Minangkabau.

Model ini dapat disingkat dengan Model ERA's (Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang*) yaitu merupakan nama dari peneliti, sebagai salah satu upaya untuk promosi dan ciri khas dengan membawa nama peneliti.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang dan identifikasi masalah, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Berapa besaran stres pada remaja *stunting* di Kota Padang?
2. Apakah faktor risiko yang berhubungan dengan stres pada remaja *stunting* di Kota Padang?
3. Bagaimanakah konstruksi dan pengembangan Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* di Kota Padang?
4. Apakah ada perbedaan tingkat stres sebelum dan sesudah intervensi Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* di Kota Padang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Membangun model Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* di Kota Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui besaran stres pada remaja *stunting* di Kota Padang.
2. Mengetahui faktor risiko stres pada remaja *stunting* di Kota Padang.
3. Melakukan pengembangan Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* di Kota Padang.
4. Mengetahui perbedaan tingkat stres sebelum dan sesudah intervensi Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* di Kota Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Ilmu Pengetahuan
 - a. Menemukan faktor risiko yang berhubungan dengan stres pada remaja *stunting* di Kota Padang.
 - b. Menghasilkan model Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang*.
2. Bagi Pemegang Program dan Pembuat Kebijakan
 - a. Mengetahui besaran masalah stres pada remaja di Kota Padang.
 - b. Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* ini dapat diaplikasikan dan diperkenalkan pada

pejabat pembuat kebijakan di Kota Padang khususnya dan Sumatera Barat pada umumnya.

3. Bagi Praktisi dan Masyarakat

Mengetahui faktor risiko yang berhubungan dengan stres pada remaja *stunting* di Kota Padang.

1.5 Novelty

1. Penelitian ini menghasilkan Model Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* di Kota Padang.
2. Model yang dibangun ini menghasilkan modul Edukasi Ringankan Stres Akibat *Stunting* Melalui Pendekatan Luhur *Bundo Kanduang* untuk remaja dan orang tua.

