BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja memiliki pola perkembangan yang berbeda dengan tahapan perkembangan lainnya. Menurut teori kelekatan Bowlby (1975), remaja dipahami sebagai tahap perkembangan lanjutan di mana pola kelekatan yang terbentuk sejak masa kanak-kanak mulai mengalami penyesuaian. Pada masa ini, remaja berusaha mencapai kemandirian emosional dari orang tua, namun tetap membutuhkan figur kelekatan sebagai sumber untuk mendapatkan rasa aman. Figur kelekatan sendiri diapami sebagai sosok terdekat yang memberikan rasa aman dan terlindungi.

Masa remaja identik dengan proses belajar, memberikan mereka peran sebagai seorang siswa. Siswa dipahami sebagai anak didik yang belum dewasa dan memiliki banyak sekali potensi untuk. Belum sampainya siswa pada tahap dewasa membuat mereka masih perlu mempersiapkann diri untuk dapat tumbuh menjadi manusia yang utuh dan berguna di masa depan.

Dalam mempersiapkan diri untuk kehidupan, siswa memerlukan kepribadian atau karakter yang baik. Menurut Eshthih Fithriyana (2019), ciri-ciri karakter yang baik pada siswa, yaitu mampu memahami, menunjukkan kepedulian dan cinta, memberikan interaksi positif, dan memberi pesan non-verbal kepada perasaan orang lain, serta memiliki sikap empatik yang baik.

Sikap empatik adalah kemampuan untuk merasakan, memahami, dan menginternalisasi perasaan, pemikiran, serta pengalaman orang lain dari sudut

pandang mereka, yang menjadi dasar penyesuaian respon terhadap kondisi orang lain. Menurut teori empati Davis (2018), sikap empatik pada siswa dibentuk oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi *perspective taking*, *empathic concern*, regulasi emosi, pengalaman pribadi, kematangan kognitif, dan kepribadian. Sementara itu, faktor eksternal bersifat relasional (pola asuh orang tua, kualitas hubungan dengan guru dan teman sebaya, pembelajaran sosial-emosional di sekolah, serta kondisi maladaptif dalam keluarga, termasuk *Generational Trauma*.)

Sikap empatik memiliki berbagai bentuk. Bentuk sikap empatik di sekolah dapat terlihat dalam interaksi siswa dengan guru dan siswa lainnya. Pada sesama siswa, sikap empatik diwujudkan dalam perilaku saling membantu, menghargai perbedaan, menenangkan teman yang sedang mengalami masalah, serta mampu menempatkan diri pada perasaan teman lain (Davis, 2018). Pembentukan sikap empatik melibatkan internalisasi dan pemahaman nilai-nilai moral dan emosional, yang dimana pembelajaran ini dibimbing oleh keluarga. Bagaimana orang tua memberi contoh sikap empatik sangat memengaruhi kemampuan empatik anak berkembang.

Namun di balik pentingnya peran keluarga dalam pembentukan sikap empatik, terdapat permasalahan yang dapat menghambat hal ini. Salah satu masalah yang sering kali diabaikan adalah *Generational Trauma*. Ini merujuk pada trauma psikologis yang tak terselesaikan dan diturunkan dari satu generasi ke generasi. Ini berpotensi untuk mempersulit siswa dalam mengembangkan sikap empatik karena tak cukup memperoleh pengalaman dalam mengenali dan merespons perasaan orang lain.

Menurut Salberg dan Grand (2024), *Generational Trauma* memiliki bentuk seperti: pengasuhan dengan ketakutan berlebihan, kekerasan fisik atau emosional, pengabaian kebutuhan afektif, komunikasi tertutup, serta penanaman ketidakamanan identitas. Pendapat ini juga mengemukakan bahwa faktor yang memengaruhi terjadinya *Generational Trauma* meliputi trauma berat, mekanisme pertahanan maladaptif, ketidakmampuan memproses trauma, serta kecenderungan menormalisasi penderitaan atau membungkam ekspresi emosi. Siswa yang mengalami hal ini dapat membentuk sikap empatik yang tinggi namun tak seimbang, ini ditandai dengan kepekaan berlebih pada perasaan sesama, kecenderungan membantu secara berlebihan, serta kesulitan menetapkan batasan. Di sisi lain, trauma juga dapat menghambat sikap empatik, sehingga siswa menjadi tertutup, selektif, dan kesulitan membangun kepercayaan (Salberg & Grand, 2024).

Dari hasil wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 5 Medan, ditemukan berbagai masalah perilaku siswa seperti keterlambatan, ketidakhadiran, penggunaan bahasa yang tidak pantas, serta ketidaklengkapan atribut sekolah. Selain itu, beberapa siswa juga menunjukkan sikap acuh terhadap teguran guru, kurang menghormati guru dengan tidur di kelas, berbicara terlalu santai, dan menggunakan kata-kata tidak pantas meskipun guru berada di sekitar. Perilaku-perilaku tersebut mencerminkan rendahnya sikap empatik siswa, khususnya dalam memahami dan menghargai perasaan, peran, serta otoritas orang lain di lingkungan sekolah.

Selain itu, ditemukan juga bahwa sebagian besar siswa yang mendapatkan panggilan orang tua ke sekolah karena masalah yang cukup berat (seperti

menyakiti dan merundung teman) memiliki bentuk hubungan yang kurang baik dengan orang tua mereka. Hal tersebut tampak dari perilaku orang tua yang merendahkan anak di hadapan guru BK, kurang menunjukkan kepedulian terhadap permasalahan siswa, serta dari sikap siswa yang berani melawan perkataan orang tua meskipun di depan guru. Hal ini menunjukkan bahwa adanya kemungkinan bahwa para siswa yang bermasalah cenderung memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan orang tua.

Terdapat beberapa penelitian yang terkait dengan sikap empatik. Pertama, penelitian oleh Annika B. E. Benz dkk (2023) yang berjudul *"Increased Empathic Distress In Adults is Associated With Higher Levels of Childhood Maltreatment"*, yang menyatakan bahwa pengalaman negatif di masa lalu hanya memengaruhi sikap empatik yang berfokus pada diri sendiri. Kedua, penelitian Dhini Fitrah Salsabila Susilo dan Murwani Dewi Wijayanti yang berjudul "Pola Asuh Orang Tua terhadap Pembentukan Karakter dan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV SD" yang hasilnya menekankan tentang pentingnya peran orang tua dalam pengembangan sikap empatik.

Kita juga dapat merujuk kepada beberapa penelitian terdahulu tentang *Generational Trauma*. Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Donnye Rura Amping, Maria Goretti Adiyanti, dan Irene Ludji (2024) yang berjudul *"InterGenerational Trauma: Exploring Transmission Mechanisms in Post-Conflict Families"*. Hasil dari penelitian ini yaitu transmisi trauma dalam keluarga terjadi melalui dua aspek utama: pola asuh dan pengaruh lingkungan sosial. Kedua, penelitian dari Alessia Cacace dan S. J. Summers (2025) yang berjudul *"InterGenerational Trauma in Phenomenological Research, A*

Systematic Review" yang hasilnya menyatakan bahwa trauma antargenerasi dapat diwariskan melalui pola asuh orang tua yang mengalami *Generational Trauma,* baik yang berada pada tingkatan rendah, sedang, ataupun tinggi.

Penelitian-penelitian yang telah dicantumkan menunjukkan bahwa *Generational Trauma* adalah fenomena kompleks yang diwariskan dari generasi sebelumnya melalui pola asuh yang tidak sehat. Namun walaupun dua hal ini berkaitan, belum ada penelitian yang dengan spesifik membahas tentang hubungan antara *Generational Trauma* dengan sikap empatik pada siswa, yang penting untuk dikaji. Didasari oleh teori-teori dan penemuan terdahulu, maka perlu dilakukan sebuah penelitian, yang berjudul "Korelasi antara *Generational Trauma* dengan Sikap Empatik pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Medan Tahun Ajaran 2025/2026".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang dari judul penelitian "Korelasi antara *Generational Trauma* dengan Sikap Empatik pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Medan Tahun Ajaran 2025/2026", berikut adalah identifikasi masalah yang dapat didapakan yaitu:

1. Ditemukan sejumlah siswa yang kurang berempati pada guru dan sesama siswa,
2. Masih adanya beberapa siswa yang berperilaku kasar dan acuh terhadap guru dan sesama siswa,
3. Rendahnya empati pada siswa sebagai pengaruh dari *Generational Trauma* terhadap perkembangan empati.

4. Rendahnya kesadaran akan keberadaan dan dampak dari *Generational Trauma*, khususnya pada siswa.

1.3 Batasan Masalah

Agar hasil dari penelitian ini memiliki arah dan tujuan yang jelas, maka pembatasan masalah penelitian perlu dilakukan demi tepatnya fokus dan sasaran dari penelitian ini. Untuk itu, dibatasi masalah pada "Korelasi antara *Generational Trauma* dengan Sikap Empatik pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Medan Tahun Ajaran 2025/2026". Dimana penelitian ini dilakukan pada siswa kelas X di SMA Negeri 5 Medan, terdiri atas perempuan dan laki-laki, dan masih aktif sebagai pelajar di SMA Negeri 5 Medan.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah terdapat korelasi antara *Generational Trauma* dengan Sikap Empatik pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Medan Tahun Ajaran 2025/2026?"

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang "Korelasi antara *Generational Trauma* dengan Sikap Empatik pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Medan Tahun Ajaran 2025/2026".

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi refrensi dan dasar keilmuan di bidang psikologi perkembangan dan pendidikan yang berkaitan dengan *Generational Trauma* dan sikap empatik di sekolah,

2. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi kajian lanjutan yang lebih mendalam mengenai intervensi konseling dalam meningkatkan empati siswa yang terdampak trauma dari keluarga.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Untuk Siswa

   Bagi siswa, penelitian ini bermanfaat untuk membantu mereka memahami bahwa *Generational Trauma*, dapat memengaruhi cara mereka berperilaku dan merespon orang lain, temasuk dalam hal berempati pada orang lain..

2. Untuk Guru BK

   Bagi guru BK, dapat menjadi sebuah referensi pembelajaan tentang dampak *Generational Trauma* pada kemampuan siswa untuk berempati. Hal ini juga diharapkan dapat menjadi sebuah bahan pertimbangan mengenai intervensi yang akan dilakukan.

3. Untuk Orang Tua

   Untuk orang tua, diharapkan mampu untuk menjadi salah satu referensi tentang sistem mendidik dan komunikasi pada anak yang perlu untuk dihindari.

4. Untuk Penelitian Selanjutnya

   Diharapkan mampu untuk menjadi referensi mengenai topik *generaional trauma,* khususnya untuk bahan penelitian selanjutnya dengan sub-topik yang berbeda ataupun serupa.