

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gaslighting berasal dari kata Gas Light, drama Inggris yang menceritakan seorang suami yang terus menerus menipu istrinya agar bisa mengontrolnya. Karena tipuan yang terjadi secara berulang tidak disadari, sang istri mulai mempertanyakan kewarasan dan persepsi dirinya terhadap dunia. Dengan kata lain, *gaslighting* berarti suatu situasi dimana pelaku memanipulasi korban dengan banyak cara, seperti memutarbalikkan fakta, melemparkan kesalahan, dan memproyeksikan amarah yang bersifat manipulatif dan dapat menyebabkan korban kehilangan jati diri dan mempertanyakan kewarasannya. *Gaslighting* yang berkelanjutan merupakan salah satu akar terbentuknya toxic relationship (Rafisna, 2021). Tidak hanya di film, *gaslighting* ini betul adanya di sekitar kita, atau mungkin sedang terjadi tanpa kita sadari. Banyak kasus *gaslighting* yang tidak disadari sampai menjadi sangat parah, adapun pelaku sendiri yang terkadang tidak sadar akan hal itu. *Gaslighting* juga sangat mungkin terjadi antara orang tua dan anak. Hal ini dikonfirmasi oleh studi dari Findlers University Australia pada tahun 2018. Ketidakseimbangan kekuasaan pada orang tua dan anak yang sering dipandang sesuai dengan norma yang ada menjadi salah satu wadah yang sangat memungkinkan terjadinya *gaslighting* (Bartholomaeus & Riggs, 2018).

Faktor psikologi anak tentunya dipengaruhi oleh lingkungan tempat ia tumbuh berkembang. *Gaslighting* yang sadar tak sadar dilakukan oleh orangtua dapat mengakibatkan anak mengalami trauma yang tidak disadari sampai akhirnya mempengaruhi mentalnya ketika tumbuh dewasa (Sharma, 2018). Berdasarkan hasil wawancara dengan Psikolog Mariska Johana, seorang psikolog anak dari Bicarakan Indonesia, *gaslighting* ini kerap kali dinormalisasikan oleh orangtua karena mereka tidak menyadarinya. Salah satu contoh *gaslighting* adalah, ucapan “cup, cup, cup.. Gak sakit kok!” ketika anak terluka dan menangis. Mungkin dari

sudut pandang orangtua, hal ini tidaklah berbahaya, tetapi dari sudut pandang anak, ada kemungkinan anak merasa perasaan sedih atau sakit karena terjatuh diinvalidasi oleh orangtua. Terlebih lagi, anak usia dini masih mengalami kesulitan memahami dan mengenal emosi. Jika dibiarkan, hal ini tentunya dapat berakibat buruk ketika sudah dewasa (Johana, 2022). Ibu Saskhya berpesan bahwa salah satu dampak negatif dari *gaslighting* adalah tidak akan terbentuknya rasa percaya oleh anak kepada orangtua. Hal ini berbahaya karena apabila sedari dini anak tidak bisa percaya kepada orangtuanya, anak akan cenderung mencari informasi, menanyakan hal-hal yang krusial (misal, *sex education*) di tempat lain seperti internet dan orang asing. Hal ini tentunya berbahaya karena lingkungan keluarga seharusnya menjadi lingkungan untuk mempersiapkan diri anak bertemu dengan lingkungan luar dan dapat berkembang juga menjadi gejala gangguan kesehatan mental lainnya (Prima, 2022).

Contoh dampak negatif dari *gaslighting* yang dapat ditemukan pada remaja dan dewasa muda yaitu, penulis melewati cuitan yang ada di media sosial twitter oleh Emeline (@emelinet31) yang berbunyi: “*Toxic parents* itu nyata. Mungkin kalian sadar atau malah ga sadar, orang tua seringkali menyakiti anaknya dengan kata-kata bahkan fisiknya. Dimulai dari membanding-bandingkan sang anak dengan anak lainnya, sudah pasti menyakitkan.”. Cuitan ini memilikiratusan balasan, 3.928 cuitan ulang, 225 kutipan, serta 17.700 penyuka. Cuitan ini memiliki banyak *engagement* yang menceritakan pengalaman pengguna twitter lain yang setuju dengan Emeline. Salah satunya berbunyi: “ “Kurus banget bada kamu, tipis gitu. Jijik punya anak kayak dia. Dia mah hidupnya sulit kayak ibunya. Inget, nanti kamu nikah bakalan butuh saya buat jadi wali kamu.” *Yes, my dad*. Buat ucapan yg terakhir, tenang pak aku gak akan nikah kok, takut dapetin laki kayak bapak.” (tweet @anathouis, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak korban yang menjadi korban *gaslighting* dan dapat menyebabkan efek samping ketika sang anak sudah dewasa.

Melalui wawancara juga, penulis mendapat info bahwa sekitar 30%+ dari kasus yang ditangani oleh Mariska pada tahun 2021 berhubungan dengan

gaslighting oleh orangtua pada anak. Selain Ibu Mariska, penulis juga sudah mewawancarai Ibu Saskhya Aulia Prima, seolang psikolog anak dari Tiga Generasi. Ibu Saskhya juga menambahkan bahwa dari kasus yang beliau tangani, *gaslighting* seringkali tidak kasat mata, karena orangtua seringkali tidak dengan sengaja melakukan *gaslighting*, tetapi tidak sadar telah melakukannya. Gaslighting ini sendiri pada ranah psikologi kerap kali disebut manipulasi psikologi. Tidak sedikit juga yang konsultasi dengan Ibu Mariska dan Ibu Saskhya perihal kesehatan mentalnya karena ternyata mengalami gaslighting di masa kecil. Salah satu contoh kasusnya adalah kehilangan jati diri, tidak bisa menentukan apapun sendiri, depresi, *OCD (Obsessive Compulsive Disorder)*, dan bahkan yang paling parah, suicidal/suicide (keinginan untuk bunuh diri. Selain itu, besar kemungkinan pola asuh orangtua yang bersifat gaslighting ini akan diturunkan pada anaknya kepada keturunannya lagi, yang kemudian menjadi siklus yang tidak berhenti.

Beberapa masalah psikologi dan mental pada remaja dan dewasa dapat dihindari melalui pencegahan maupun penanganan *gaslighting* di masa kecil. Karena itulah penulis ingin menyusun visual kampanye yang dapat menyebarkan informasi terkait *gaslighting* oleh orangtua pada anak 4-8 tahun, karena menurut Mariska, seorang psikolog, hal ini lebih baik dikampanyekan sedini mungkin. Penulis memilih kampanye karena menurut Ruslan (2013) dan Venus (2018) kampanye dapat memotivasi masyarakat berpartisipasi dan memberikan dampak terhadap aktivitas masyarakat, juga tidak bersifat memaksa. Selain itu, kampanye yang dilakukan juga akan lebih difokuskan melalui media sosial, agar dapat dijangkau oleh masyarakat umum dan juga mendapatkan umpan balik dan interaksi secara langsung dan instan (Wifalin, 2016).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang disusun, dapat ditarik beberapa poin sebagai berikut:

1. Gaslighting yang dilakukan oleh orangtua kepada anak sudah terjadi sejak dini dan jarang disadari, oleh orangtua maupun anak.

2. Dampak gaslighting itu sendiri baru dapat dirasakan ketika anak sudah tumbuh menjadi remaja/dewasa.

Berdasarkan latar belakang yang disusun, dapat ditarik rumusan masalah sebagai berikut: Bagaimana perancangan visual dan media pendukung kampanye yang dapat menyebarkan informasi tentang bentuk-bentuk, dampak, dan bahaya *gaslighting* oleh orangtua terhadap anak sejak dini?

1.3 Batasan Masalah

Agar perancangan ini lebih terarah, terfokus, dan menghindari pembahasan melebar atau menjadi terlalu luas, berikut batasan yang telah dibuat untuk membantu perancangan:

1. Demografis

- a. Gender : Laki-laki dan perempuan. Karena fenomena dapat terjadi tanpa memandang gender, yaitu ayah dan ibu dari anak.
- b. Usia : Primer : 24-35 tahun. Data ini diambil dari BPS (Badan Pusat Statistik) pada tahun 2020: 33,30% dari pemuda yang menikah berumur 19-21 tahun. Dari data yang sama, 26,83% di antaranya berusia 22-24 tahun (Bayu, 2020). Agar lebih spesifik, penulis menargetkan orang tua yang mempunyai anak berusia 4-8 tahun. Karena menurut penelitian para ahli psikologi, usia dini (0-6 tahun menurut undang-undang no. 20 tahun 2003 dan 0-8 tahun menurut para ahli) adalah masa terbentuknya karakter anak. Sekunder : 20 tahun ke atas. Psikolog Mariska menambahkan bahwa mungkin saja kampanye ini juga bisa berdampak pada generasi dewasa muda yang akan berkeluarga nanti, karena pencegahan lebih baik dimulai sedini mungkin, yaitu ketika sedang persiapan menjadi orangtua.
- c. Tingkat ekonomi: SES A – SES B.

Orangtua yang rentan melakukan *gaslighting* pada anak sebenarnya tidak memandang segmentasi ekonomi, tetapi penulis berfokus pada strata A dan B karena *gaslighting* ini sendiri merupakan suatu istilah yang masih baru dan asing di pandangan

masyarakat Indonesia, terlebih pada khalayak menengah ke atas yang menjadikan anak sebagai salah satu prioritas utama karena sudah bisa memenuhi kebutuhan pokok dan umum lainnya. Selain itu, berdasarkan riset oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemkominfo) dan Katadata Insight Center (KIC) pada tahun 2021, SES A dan SES B memiliki indeks literasi digital yang tinggi, yaitu 58,9% dan 59,1%.

2. Geografis: Wilayah JABODETABEK

Sensus penduduk pada tahun 2020 mencatat bahwa jumlah penduduk di pulau Jawa mencapai 51,6% keseluruhan populasi penduduk Indonesia. Jabodetabek sendiri memiliki kisaran sejumlah 34,5jt penduduk (Pusparisa, 2021). Karena area perkotaan yang dekat dengan ibu kota ini saturasi penduduknya tinggi dan penyebaran informasi dapat dengan mudah terjadi, terlebih karena adanya proses urbanisasi setiap tahunnya yang menyebabkan kenaikan penduduk di area ibukota lebih umum terjadi, berdasarkan kenaikan penduduk area Jabodetabek yang dicatat oleh Badan Pusat Statistik. Harapannya, melalui area-area besar ini penyebaran ke daerah yang lebih kecil dan meluas dapat lebih mudah terjadi.

3. Psikografis:

- a. Orangtua yang tidak sadar dan kurang paham tentang *gaslighting*, namun sudah menerapkan perilaku *gaslighting*. Menurut Mariska, di Indonesia kerap terjadi *gaslighting* tetapi kurang disadari karena menurut orangtua hal ini adalah suatu pola asuh yang benar, tanpa memedulikan kesehatan mental anak.
- b. Orangtua yang berlandung di balik alasan bahwa pola asuh yang Ia lakukan adalah benar karena ketika masih usia yang sama, orangtua juga mengalami hal yang sama, sehingga pola asuh yang salah diteruskan secara turun temurun.

- c. Orangtua yang sadar akan *gaslighting* yang telah mereka lakukan tetapi melumrahkannya.
- d. Orangtua yang kurang merasa *equal* atau setara dengan anaknya dalam konteks negatif, dengan kata lain merasa *superior*. Contohnya, merasa dirinya lebih tahu karena lebih tua sehingga mengesampingkan pendapat dan value anaknya sendiri.
- e. Orangtua yang memiliki *narcissisme*.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan dari tugas akhir ini adalah untuk merancang visual kampanye yang efektif untuk mencegah kekerasan psikis *gaslighting* oleh orang tua pada anak.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Berikut beberapa manfaat dari perancangan visual kampanye yang telah penulis temukan, terbagi menjadi tiga.

1. Bagi Penulis

Melalui perancangan, penulis dapat memahami langkah menyusun kampanye yang baik dan efektif serta memahami lebih dalam tentang *gaslighting* dan hubungan orang tua dan anak. Penulis bisa memaksimalkan pengalaman dan pengetahuan yang penulis dapatkan selama masa perkuliahan. Dengan lebih memahami tentang pencegahan fenomena *gaslighting*, kiranya penulis juga dapat mengaplikasikannya di masa depan.

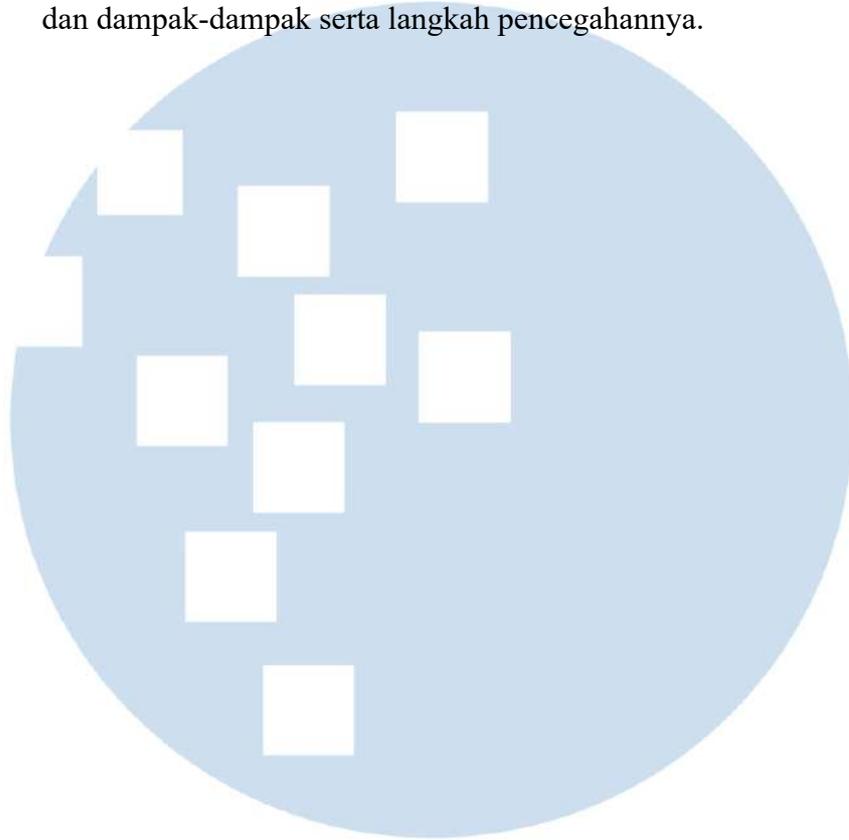
2. Bagi Orangtua

Harapannya, melalui rancangan ini, orangtua dan calon ayah dan ibu di Indonesia dapat belajar dan memahami fenomena *gaslighting* serta cara pencegahannya, sehingga anak tidak lagi mengalami kekerasan emosional dan bisa tumbuh dan berkembang dengan baik.

3. Bagi Universitas Multimedia Nusantara

Semoga dengan perancangan laporan ini, harapan mahasiswa dan mahasiswi lain yang ingin mengangkat topik serupa bisa mendapatkan referensi data pendukung untuk topik mereka. Kiranya juga, mahasiswa

dan mahasiswi lain menjadi *aware* juga terhadap fenomena *gaslighting* dan dampak-dampak serta langkah pencegahannya.



UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA