

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga inti terdiri dari ayah, ibu dan anak. Keluarga memiliki peranan yang sangat penting bagi anak yaitu berperan dalam perkembangan fisik, kognitif, emosional dan sosial (Gunarsa & Gunarsa, 2008). Keluarga juga menjadi tempat pertama bagi anak untuk mengenal dan menangani emosi mereka (Thompson , 1994). Hal ini mendukung pentingnya menjaga keutuhan dan keharmonisan keluarga agar setiap anak mendapatkan manfaat penuh dari peranan keluarga di dalam dirinya.

Memiliki keluarga yang harmonis dan rukun merupakan keinginan setiap individu. Orang tua mengupayakan keluarganya tetap dalam keadaan harmonis dengan menjaga kerukunan dengan pasangan sehingga dapat menjadi contoh dan teladan bagi anak-anak mereka. Anak-anak juga menginginkan keluarganya rukun dan selalu mendukung serta dapat menjadi panutan bagi mereka. Keluarga yang harmonis pasti memiliki tingkat kelekatan yang baik antara orang tua dan anak karena semua anggota keluarga dapat menjalin komunikasi dan relasi yang lekat. Figur-figur kelekatan memberikan pengaruh yang besar dan menjadi sumber daya interpersonal dalam mengatasi kemampuan meregulasi emosi anak. Tingkat sensitivitas dan aksesibilitas anak dalam membantu orang lain secara signifikan dapat meningkatkan atau melemahkan kemampuan untuk mengelola emosi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Field, anak dapat dengan mudah mengatasi pengalaman mereka yang susah

karena adanya pemahaman dan pengetahuan yang diberikan oleh orang tua mereka (Thompson, 1994). Apabila lingkungan keluarga remaja tidak harmonis dan remaja kurang mendapatkan kasih sayang serta perhatian karena tak lagi tinggal dengan kedua orang tua maka remaja akan sulit mencapai kemampuan emosional yang baik. Kenyataannya saat ini perceraian orang tua semakin marak terjadi dan tidak lagi menjadi suatu hal yang asing bagi masyarakat.

Perceraian adalah berpisahnya pasangan suami dan istri yang tidak hanya berpisah secara fisik tetapi juga berpisah secara emosional dan berdampak pada banyaknya perubahan seperti sosial, psikologis, dan ekonomi (Emery, 1999). Terhitung hingga Januari 2019, Belgia menjadi negara yang menduduki peringkat pertama dari seluruh negara dengan tingkat perceraian sebesar 71% dimana setiap tahunnya terdapat 32.000 penduduk yang melakukan perceraian. Pada peringkat kedua yaitu negara Portugal dengan tingkat perceraian sebesar 68%. Negara Hongaria menduduki peringkat ketiga sebagai negara dengan kasus perceraian terbanyak yaitu sebesar 67% (Jegede, 2019). Tak lagi seperti dahulu, data kasus perceraian yang terjadi di dunia telah membuktikan bahwa perceraian merupakan masalah sosial yang sudah mencapai tingkat internasional karena jumlahnya yang sangat besar bahkan mencapai hingga lebih dari 50%.

Indonesia menjadi negara dengan jumlah perceraian yang besar. Di Indonesia perceraian semakin marak terjadi terutama pada tahun-tahun terakhir ini. Berdasarkan Badan Statistik Indonesia, di tahun 2016, angka perceraian mencapai 365.654 peristiwa. Jumlah perceraian mengalami kenaikan hanya dalam kurun waktu setahun.

Perceraian yang terjadi pada tahun 2017 sebanyak 374.516 peristiwa. Perceraian di tahun 2018 mengalami kenaikan yang cukup besar karena angka perceraian mencapai 408.202 Hal ini menunjukkan bahwa perceraian benar adanya menjadi isu yang belum terselesaikan karena angkanya yang mengalami kenaikan di setiap tahunnya. Di tahun 2017 mengalami kenaikan sebesar 1,2% dan di tahun 2018 mengalami kenaikan 4,3%. Terjadi kenaikan yang cukup tinggi dari tahun 2017 menuju 2018 (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2019).

Indonesia terdiri dari 34 provinsi. Badan Statistik Indonesia menyatakan bahwa Provinsi Jawa Timur menjadi provinsi yang menduduki peringkat pertama dengan kasus perceraian terbanyak di tahun 2018 yaitu sebesar 88.955 peristiwa. Peringkat kedua diduduki oleh Provinsi Jawa Barat dengan jumlah 87.307 peristiwa. Jawa Tengah berada pada peringkat ketiga dengan total 75.557 peristiwa (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2019). Paparan data di atas menunjukkan bahwa perceraian di Indonesia benar terjadi dan telah menjadi masalah sosial yang tak kunjung selesai hingga saat ini bahkan terus mengalami kenaikan setiap tahunnya. Hal ini membuat perceraian bukan lagi menjadi hal yang tabu untuk diperbincangkan dan harus segera diselesaikan agar tidak banyak dampak yang diberikan.

Perceraian memberikan berbagai dampak, seperti remaja tak lagi tinggal dengan kedua orang tuanya secara utuh, memengaruhi pendidikan anak, meningkatkan kejahatan, terjadinya penelantaran anak, dan memengaruhi kesejahteraan anak. Dampak lainnya yaitu dapat meningkatkan risiko perilaku, emosional dan psikologis (Fagan & Churchill, 2012).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja merupakan masa yang rentan bagi anak karena banyaknya perubahan yang terjadi baik dari dalam maupun dari luar diri mereka seperti aspek fisik, sosial, emosional, dan psikologis. Pada proses peralihan ini remaja akan mulai untuk mencari jati dirinya serta akan lebih sering menghadapi situasi atau kejadian yang tidak terduga sebelumnya. Masa remaja dimulai sejak usia 12 hingga 21 tahun. Sosok yang mendapatkan dampak terbesar akibat perceraian orang tua adalah anak-anak terutama remaja. Pernyataan tersebut didukung dengan teori milik Monks dan koleganya (1999) yang mengatakan bahwa remaja mudah dipengaruhi oleh lingkungannya dan remaja memiliki tingkat emosional yang tidak seimbang terutama di usia 12 hingga 15 tahun. Remaja berusia 18 hingga 21 tahun yang tergolong remaja akhir sudah dapat menentukan minatnya, memiliki egosentrisme yang tinggi, serta memiliki tingkat emosional yang stabil (Monks, Knoers, & Haditono, 1999).

Remaja laki-laki terkenal dengan karakteristiknya yaitu lebih agresif dibandingkan dengan remaja perempuan. Perilaku agresif tersebut ditunjukkan pada perilaku dan emosional (Bandura, 1999). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yulawati (2006, dalam Yulawati, Setiawan, & Mulya, 2007), ditemukan bahwa remaja laki-laki berpeluang lebih besar mengalami gangguan emosional daripada remaja perempuan akibat perceraian orang tua. Hasil menunjukkan dengan jumlah terbanyak yaitu 6 remaja laki-laki dari 18 remaja mengalami masalah emosi dan remaja lainnya memiliki dampak lainnya seperti masalah perilaku, kehilangan figur ayah dan menjadi lebih mandiri. Hal ini menunjukkan bahwa remaja laki-laki

memiliki kemampuan regulasi emosi cenderung lebih rendah dibandingkan dengan remaja perempuan.

Perceraian menjadi masalah yang berat bagi kondisi emosional remaja karena perceraian memberikan pengaruh yang lebih besar bagi remaja daripada perubahan struktur keluarga itu sendiri (Lerner & Steinberg, 2009). Kematangan kognitif yang dimiliki remaja ini membuat orang tua mengandalkan mereka sebagai sosok yang dapat memberikan dukungan, nasihat, dan membantu orang tua dalam menghadapi masalah yang terjadi. Remaja juga menjadi peran yang aktif ketika masa pelebaran perceraian orang tua (Richardson & McCabe, 2001). Remaja dengan orang tua yang bercerai mengalami masalah emosi karena konflik yang muncul sebelum dan sesudah perceraian serta dapat memunculkan respon perilaku berupa agresi, terutama pada remaja (Santrock, 2003). Perilaku agresi yang dimunculkan remaja menunjukkan adanya masalah pada remaja dalam mengatur emosinya sehingga berakhir pada perilaku agresi. Persoalan pengaturan emosi ini secara konseptual terkait dengan regulasi emosi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliawati (2006, dalam Yuliawati, Setiawan, & Mulya, 2007), bahwa perceraian orang tua memberikan dampak yang berbeda sesuai dengan usia anak saat kejadian tersebut terjadi. Hasil penelitian menunjukkan anak berusia remaja mengalami masalah emosi lebih banyak dibandingkan anak-anak yang memiliki kesamaan yaitu orang tua bercerai. Hasil menunjukkan dari 13 remaja didapatkan sejumlah 6 remaja mengalami masalah emosi sedangkan dari 19 anak-anak, hanya terdapat 3 yang mengalami masalah

emosi. Menurut Gross (1999 dalam John & Pervin, 1999), regulasi emosi berfungsi untuk menurunkan emosi yang dirasakan ketika berada pada situasi yang menekan dan mendorong respon perilaku yang tidak diinginkan. Regulasi emosi adalah suatu proses dimana individu membentuk emosi yang dimiliki dan bagaimana mengalami atau mengekspresikan emosi tersebut (Gross, 1998b). Terdapat dua strategi yang dapat dilakukan dalam meregulasi emosi, yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Strategi *cognitive reappraisal* adalah strategi regulasi emosi dengan mengubah pola pikir ke arah positif pada situasi yang menekan diri individu. *Expressive suppression* adalah strategi regulasi emosi dengan mengurangi ekspresi yang berlebihan seperti perilaku, ekspresi wajah dan nada suara (Gross & John, 2003).

Individu dapat mempertahankan, meningkatkan dan menghambat gairah emosional sehingga individu dapat mengenali, mengelola dan mengekspresikan emosinya dengan baik. Ketidakmampuan individu melakukan regulasi emosi bukan berarti individu tersebut mengidap penyakit psikologis, tetapi ketidakmampuan individu untuk mencapai tujuan emosi. Apabila individu tidak mampu mencapai tujuan emosi, maka dapat dikatakan bahwa ia tidak memiliki regulasi emosi yang baik (Thompson, 2011). Hal ini mengarahkan pada keingintahuan peneliti kemudian untuk melacak faktor apa yang mempengaruhi regulasi emosi tersebut.

Literatur-literatur mengatakan bahwa kelekatan orang tua dengan anak menjadi faktor penting untuk meningkatkan regulasi emosi individu (Thompson (1994). Menurut Bowlby (1982), kelekatan adalah suatu perasaan aman yang dimiliki

individu karena adanya suatu figur yang dapat memenuhi rasa aman individu tersebut. Kelekatan pada anak dan orang tua dengan remaja dan orang tua memiliki perbedaan. Ibu menjadi figur kelekatan yang utama ketika anak berusia bayi sebagai sumber pemenuhan kebutuhan bayi (Erickson, 2010). Kualitas kelekatan pada remaja mengalami penurunan karena munculnya perilaku agresif pada diri remaja, meningkatnya kerentanan terhadap pemisahan diri dengan orang tua, adanya persahabatan, pacaran dan keinginan untuk mendapatkan kebebasan (Hesse & Main, 2000). Hal ini menunjukkan bahwa remaja membutuhkan pengertian dan dukungan dari orang lain, terutama orang tua (Gunarsa & Gunarsa, 2008). Pada masa remaja, terjadi banyak perubahan, seperti pikiran, perasaan, dan perilakunya yang mengaktifkan sistem kelekatan pada diri remaja. Aktivasi tersebut memberikan sinyal kepada orang tua dan remaja bahwa perlu adanya penyesuaian pada hubungan mereka untuk mengakomodasi perubahan pada diri remaja.

Hubungan orang tua dan remaja difokuskan pada tiga aspek, yaitu otonomi, harmoni, dan konflik. Pada otonomi dapat dilihat sejauh mana remaja berada di bawah kendali orang tua. Aspek harmoni yaitu bagaimana kedekatan dan kehangatan hubungan orang tua dengan remaja secara emosional yang dapat dilihat dari tingkat kelekatan orang tua dengan anak. Pada aspek konflik ditunjukkan sejauh mana hubungan orang tua dan remaja dikatakan bermusuhan (Bornstein, 2002). Kelekatan antara remaja dan orang tua yang tergolong aman akan membantu remaja dalam beradaptasi dengan perubahan perkembangan yang dialami (Lerner & Steinberg, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Allen & Miga (2010 dalam Santrock, 2018)

menghasilkan bahwa remaja yang memiliki tingkat kelekatan yang aman dengan kedua orang tua maka remaja memiliki hubungan dengan teman sebaya dan regulasi emosi yang baik.

Terdapat perbedaan kelekatan antara remaja laki-laki dan perempuan dengan orang tuanya. Remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan ibunya sehingga remaja akan lebih nyaman untuk bercerita mengenai masalah yang mereka hadapi kepada ibunya sehingga terbentuk kelekatan dengan ibu. Ayah lebih terlibat dalam kegiatan yang menyenangkan seperti bermain daripada dalam hal pengasuhan (Collins dan Russell, 1991 dalam Bornstein, 2002). Remaja mendapatkan masalah yang lebih konfliktual terhadap ibu daripada dengan ayah meskipun remaja lebih nyaman untuk bercerita dengan ibu (Buchanan, dkk., 1990 dalam Lerner & Steinberg, 2009). Ayah memiliki peran yang penting dibandingkan ibu dalam pertumbuhan dan perkembangan remaja yaitu membentuk penyesuaian sosial dan emosional remaja yang terbentuk dalam kelekatan remaja dengan ayah (Laible & Carlo, 2004 dalam Lerner & Steinberg, 2009).

Kelekatan antara remaja dengan ayah sangat penting bagi aspek emosional remaja. Kelekatan pada ayah adalah suatu hubungan ayah dengan anak yang dapat menjadi sumber keamanan psikologis bagi diri individu tersebut (Armsden & Greenberg, 1987). Perilaku kelekatan berakhir pada usia bayi tetapi dimunculkan kembali oleh individu guna mengeksplor lingkungannya. Secara umum, pola kelekatan berfungsi sebagai pengatur eksternal bagi anak-anak seperti membantu anak untuk meregulasi emosi dengan baik. Figur kelekatan berfungsi sebagai teladan

anak-anak dalam mengekspresikan dan mengatur emosi, baik emosi negatif maupun positif. Anak akan mencari dukungan dari figur kelekatan apabila anak merasa *stress* (Zimmermann, dkk., 2001). Kurang atau tanpa hadirnya ayah dalam pengasuhan anak terutama remaja, dapat memberikan dampak berupa gangguan emosional (Lamb, 2010).

Remaja perempuan menganggap ayah sebagai tokoh otoritas dan hubungan mereka kurang karena interaksi yang lemah namun berbeda dengan remaja laki-laki yang mencari ayahnya untuk mendapatkan dukungan (Youniss dan Smollar, 1985 dalam Bornstein, 2002). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan ayah dengan remaja laki-laki lebih intim daripada ibu dengan remaja laki-laki. Pernyataan tersebut didukung dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ayah lebih terlibat dengan anak laki-laki daripada anak perempuan (Flouri & Buchanan, 2004). Teori juga menyatakan bahwa dalam aspek kelekatan, remaja perempuan menempatkan ibunya lebih tinggi daripada ayah, sedangkan remaja laki-laki memilih ayah sebagai figur kelekatan yang utama daripada ibu (Markiewicz, dkk., 2006 dalam Lerner & Steinberg, 2009). Hal ini menunjukkan pentingnya menjaga kelekatan antara remaja, terutama remaja laki-laki dengan ayah untuk meningkatkan aspek regulasi emosi remaja.

Berdasarkan paparan yang telah dijelaskan, peneliti menangkap suatu hal yaitu adanya faktor lain yang memengaruhi regulasi emosi remaja selain kelekatan dengan ibu yang belum dapat dijelaskan oleh penelitian terdahulu. Peneliti menentukan faktor lain yang juga merupakan saran dari penelitian terdahulu yaitu

kelekatan pada ayah. Variabel bebas adalah kelekatan dengan ayah dan variabel terikat adalah regulasi emosi. Banyaknya kasus perceraian yang terjadi menyebabkan banyak anak menjadi korban. Perceraian yang terus mengalami peningkatan jumlah setiap tahunnya membuat peneliti tertarik meneliti pada konteks tersebut. Peneliti meneliti remaja laki-laki yang berada di seluruh daerah di Indonesia.

1.2 Identifikasi Masalah

Perceraian memberikan berbagai dampak bagi anak, seperti anak kehilangan hubungan dengan salah satu orang tua mereka, khususnya ayah (Emery, 1999) dan membuat ikatan emosional yang lemah antara anak dengan orang tua terutama ayah (Amato, 2004) sehingga memengaruhi kelekatan antara remaja dengan ayahnya. Remaja yang hidup tanpa atau kurangnya figur ayah mendapatkan beberapa dampak, seperti gangguan pada aspek ekonomi, perilaku dan emosional (Lansford, 2009). Dalam menghadapi ketidaknyamanan emosional yang dihadapinya, remaja memutuskan untuk meresponnya secara defensif. Perilaku yang dilakukan remaja adalah perilaku agresif seperti keras kepala, bertengkar, dan senang mengganggu. Remaja juga mengonsumsi minuman keras dan obat-obatan terlarang, melamun, dan senang menyendiri (O'Neill, 2002).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kiernan (1995, dalam Lansford, 2009), sebesar 11% remaja dengan pengalaman orang tua yang bercerai memiliki masalah emosional. Pada tahun 2017 terdapat satu kasus nyata dimana telah terjadi penangkapan terhadap remaja laki-laki yang mencuri sepeda motor milik orang lain di Surabaya. Remaja berinisial ZA yang berusia 15 tahun dan duduk di

kelas 2 SMK di Surabaya ditangkap oleh Polsek Tambaksari, Surabaya. Ia ditangkap karena melakukan pencurian sepeda motor. Ketika ZA ditanya oleh warga sekitar, ZA melanturkan jawabannya seperti orang linglung. Hal ini membuat pihak polisi menduga bahwa ZA mengalami depresi dan didapati penyebabnya adalah perceraian orang tuanya (Humas Polsek Tambaksari, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa kelekatan dengan ayah dapat mempengaruhi regulasi emosi remaja.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Larasati dan Desiningrum (2017) telah diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara kelekatan dengan ibu dan regulasi emosi. Penelitian tersebut mengukur pada remaja yang bersekolah di SMA Negeri 3 Salatiga. Hasil yang didapatkan adalah sebesar 10,6% secara efektif kelekatan dengan ibu memberikan pengaruh bagi regulasi emosi remaja. Pawulan dan koleganya (2014) pernah menguji apakah terdapat hubungan antara kelekatan pada ayah dengan regulasi emosi pada remaja. Penelitian tersebut menghasilkan bahwa adanya hubungan positif antara kelekatan pada ayah dengan regulasi emosi pada remaja. Terdapat hasil yang berbeda pada penelitian yang dilakukan oleh Amanda dan koleganya (2018), dimana keterlibatan ayah dalam pertumbuhan dan perkembangan remaja tidak memengaruhi regulasi emosi remaja. Keterlibatan ayah yang dimaksud dalam penelitian tersebut adalah ayah berinteraksi dengan anak secara intensif, memberikan kehangatan dan kasih sayang pada anak-anak. Pada penelitian ini, peneliti ingin menguji kembali apakah terdapat hubungan antara kelekatan pada ayah dengan regulasi emosi remaja laki-laki yang memiliki orang tua bercerai.

1.3 Batasan Masalah

Peneliti memberikan batasan masalah untuk membatasi penelitian agar tidak melebar dan menyimpang dari fokus permasalahan. Pada penelitian ini, peneliti ingin melihat hubungan antara kelekatan pada ayah dengan regulasi emosi pada remaja laki-laki dengan orang tua yang bercerai. Batasan untuk kelekatan pada ayah adalah suatu hubungan ayah dengan anak yang dapat menjadi sumber keamanan psikologis bagi diri individu (Armsden & Greenberg, 1987). Regulasi emosi dibatasi pada suatu proses dimana individu membentuk emosi yang dimiliki dan bagaimana mengalami atau mengekspresikan emosi tersebut (Gross, 1998b). Pada penelitian ini, peneliti berfokus pada remaja laki-laki dengan orang tua yang bercerai dan mengalami perceraian di usia remaja yaitu 12 hingga 21 tahun. Remaja laki-laki dibatasi pada usia remaja akhir yaitu 18 hingga 21 tahun dimana pada masa ini remaja diharapkan memiliki tingkat emosional yang stabil (Monks, Knoers, & Haditono, 1999).

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara kelekatan pada ayah dengan regulasi emosi pada remaja laki-laki dengan orang tua yang bercerai?”

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kelekatan pada ayah dengan regulasi emosi pada remaja laki-laki dengan orang tua yang bercerai.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi para pembaca dalam melakukan penelitian selanjutnya, khususnya penelitian pada topik kelekatan pada ayah dan regulasi emosi.
2. Memperkaya kajian psikologi terkait hubungan kelekatan pada ayah dengan regulasi emosi.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi orang tua yang bercerai.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan intervensi edukasi guna meningkatkan regulasi emosi.