

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia pasti melalui satu tahapan penting dalam hidupnya, yaitu saat menjadi seorang remaja. Masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, sosial, dan emosional, pada masa inilah terjadi peningkatan ketegangan emosional sehingga masa ini disebut sebagai masa yang penuh “Badai dan tekanan” atau “*Storm and Stress*”.

Menurut Santrock (2003) usia remaja secara global berkisar antara 12 sampai 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun). Pada masa remaja merupakan masa masuk sekolah menengah dalam tahap ini remaja berkembang ke arah kematangan yang mencakup kematangan seksual, fisik, sosial, dan emosional sejalan dengan pendapat Yusuf (2009) bahwa remaja (siswa Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama dan siswa Sekolah Lanjutan Tingkat Atas) adalah siswa yang sedang berada dalam proses berkembang ke arah kematangan.

Menurut Hurlock (2011), beberapa tugas perkembangan yang harus dicapai pada masa remaja adalah mencapai hubungan yang baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya, baik pria maupun wanita; mampu mencapai peran sosial pria maupun wanita; menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya

secara efektif; mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab; mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya; mempersiapkan karier ekonomi; memperoleh perangkat nilai dan sistem etis; serta mempersiapkan perkawinan dan keluarga.

Tugas perkembangan pada masa remaja di fokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemandirian emosional, mampu bersikap dan berperilaku secara dewasa. Oleh karena itu, remaja dituntut lingkungannya untuk mampu mengontrol dan mengendalikan emosi.

Emosi merupakan suatu kondisi keterbangkitan yang muncul dengan perasaan kuat dan biasanya respon emosi mengarah pada suatu bentuk perilaku tertentu. Emosi juga bisa diartikan sebagai ekspresi yang diakibatkan oleh reaksi-reaksi dari dalam diri maupun dari luar diri Goleman (2001) menjelaskan jenis-jenis emosi termasuk didalamnya emosi positif dengan emosi negatif. Emosi positif seperti bahagia, senang, gembira dan cinta sedangkan emosi negatif seperti amarah, kesedihan, rasa takut, jengkel, cemas, dan panik.

Pada masa ini remaja sering mengalami emosi yang diluar batas, meninggi nya emosi yang dirasakan mengakibatkan remaja mengalami ketegangan. Oleh karena itu, remaja harus mampu dalam memahami emosi yang sedang dirasakan nya serta mampu dalam mengontrol emosinya dengan meluapkan nya pada situasi yang tepat. Kemampuan dalam mengontrol dan mengendalikan emosi merupakan salah satu aspek kematangan emosi pada individu.

Kematangan emosi merupakan hal yang penting dalam masa peralihan remaja menuju dewasa. Kematangan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya, baik dari dalam maupun dari luar dirinya, selain itu dengan matangnya emosi maka individu dapat bertindak tepat dan wajar sesuai dengan situasi dan kondisi dengan tetap mengedepankan tugas dan tanggung jawabnya (Srivastava, 2005).

Pada masa sekolah menengah atas remaja sudah memperlihatkan kecenderungan memiliki kesadaran emosi dan kompetensi dalam mengatasi emosi pada dirinya, Saarni (dalam Santrock, 2007). Semakin tinggi tingkat pendidikan individu maka akan semakin banyak pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan tersebut dapat digunakan untuk melawan tekanan-tekanan yang akan dihadapi dan mengakibatkan emosi individu semakin matang.

Remaja dikatakan mencapai kematangan emosi ketika kondisi perasaan atau reaksi perasaan yang stabil terhadap suatu objek permasalahan sehingga untuk mengambil suatu keputusan atau bertingkah laku didasari dengan pertimbangan dan tidak mudah berubah-ubah dari satu suasana hati ke suasana hati lain. Perilaku yang ditunjukkan dari kematangan emosi adalah mampu menyatakan emosinya secara konstruktif, mampu mencari pemecahan masalah yang dihadapi dengan cara-cara yang aman dan dapat diterima, serta diharapkan mampu menyeimbangkan antara pikiran dan perasaan, Yusuf (2004).

Hurlock (2004) juga mengatakan bahwa remaja yang memiliki kematangan emosi apabila remaja tidak meledakkan emosinya dihadapan oranglain dan mampu menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya,

mampu memahami emosi diri sendiri, memahami yang sedang dirasakan dan mengetahui penyebab dari emosi yang dihadapi individu tersebut dapat menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, kemudian memutuskan bagaimana cara bereaksi terhadap situasi tersebut sehingga tidak seperti anak-anak yang bereaksi tanpa berfikir.

Menurut Wijokongko (2002) remaja yang memiliki kematangan emosi dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu: Menemukan arti dan mengendalikan emosi dengan ciri-ciri mampu menemukan makna positif dibalik emosi yang dirasakan. Tidak mengingkari atau melarikan diri dari emosi dengan ciri-ciri kalau mengalami suatu emosi dan berpura-pura seolah emosi itu tidak ada, emosi itu justru akan semakin kuat. Intensitasnya akan terus naik hingga akhirnya sampai kepuncaknya dan tidak mencoba menghindari emosi yang akan menciptakan solusi terhadap pemecahan masalah. Tidak membesar-besarkan emosi dengan ciri-ciri tidak memperbesar emosi hingga diluar proporsi justru akan berakibat negatif dan semakin memperburuk keadaan. Memanfaatkan emosi sebagai kekuatan tanpa batas dengan ciri-ciri mampu meningkatkan kualitas hidup, yakni dengan membuat agar emosi itu memberi suatu mafaat yang positif. Menggunakan emosi secara proporsional dengan ciri-ciri dapat mengontrol emosi negatif yang muncul karena apa yang dilakukan tidak menghasilkan apa pun seperti yang diinginkan.

Kematangan emosi disebabkan oleh berbagai faktor salah satu nya adalah faktor jenis kelamin. Young (2009) mengatakan bahwa perbedaan hormonal maupun kondisi psikologis antara pria dan wanita menyebabkan adanya

perbedaan karakteristik emosi di antara keduanya. Laki-laki dan perempuan keduanya berbeda secara badaniah dan psikologis serta peran yang akan diberikan oleh masyarakat, oleh karena itu dalam perkembangan moral keduanya juga memiliki perbedaan.

Laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

Perbedaan jenis kelamin pada kematangan emosi dijelaskan sebagai pengaruh sosialisasi awal emosi. Anak laki-laki diharapkan lebih mandiri, aktif, dan percaya diri, sementara anak perempuan diharapkan lebih ekspresif, hangat secara emosional, suka menolong, dan sensitif (Davis dalam Astuti, 2005)..

Namun dalam menjalani proses perkembangan ini, tidak semua remaja dapat mencapainya secara mulus. Di antara para remaja masih banyak yang mengalami permasalahan emosional berupa tekanan perasaan, sedih, marah, frustrasi, konflik internal maupun konflik eksternal, yang mengakibatkan timbulnya perilaku menyimpang, tidak wajar dan bahkan tidak bermoral, seperti: membolos dari sekolah, tawuran, tindak kriminal mengkonsumsi minuman keras (miras), merokok, menjadi pecandu Napza, dan free sex (berhubungan badan sebelum menikah), kurang konsentrasi, kecemasan, kehilangan harapan-harapan, dan hal-hal yang terkait dengan mood management.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Silvianingsih (2008) menunjukkan bahwa kenakalan, tawuran, seks bebas, serta ketergantungan

narkoba yang terjadi di masa remaja merupakan perilaku yang mencerminkan ketidakmatangan emosi.

Kenakalan remaja di Indonesia meningkat pada usia 15-19 tahun (Kartono, 2002). Jika dilihat dari usia kenakalan remaja, seharusnya pada usia tersebut remaja sudah mampu mengendalikan dan menunjukkan kematangan emosi sebagai tugas perkembangan yang harus dicapai (Hurlock, 2004) namun perilaku kenakalan remaja tetap meningkat. Kenakalan remaja juga dipengaruhi oleh kurangnya kematangan emosi dalam mengendalikan dan mengekspresikan emosi dengan cara yang dapat diterima norma.

Bila kematangan emosi tidak berlangsung dengan baik, akhirnya remaja tidak dapat mengatur emosi yang dirasakannya dengan tepat sehingga mengakibatkan hal-hal yang tidak diinginkan terjadi. Hal-hal yang tidak diinginkan tersebut seperti amarah yang meledak-ledak yang mengakibatkan terjadinya perkelahian yang berujung kekerasan dan akhirnya remaja-remaja tersebut akan berurusan dengan guru-guru atau pembimbing di dalam ruang bimbingan penyuluhan (BP) di sekolahnya.

Berdasarkan hasil survey pra-penelitian yang dilakukan peneliti di SMA Swasta Sinar Husni Medan peneliti memperoleh informasi dari pembimbing yang bertugas di ruang bimbingan konseling (BK) di sekolah tersebut dimana selama hampir 1 (satu) tahun dari bulan juni 2016 sampai februari 2017 dengan total 55 kasus diantaranya 21 kasus pertengkaran, 23 kasus memukul, dan 11 kasus melawan guru.

Peneliti juga melakukan observasi di SMA Swasta Sinar Husnidimulai pada

tanggal 13 januari 2017, terlihat bahwa siswi SMA berinisial AL yang berkelahi dengan anak perempuan yang masih SMP, ia melakukan kekerasan verbal dan nonverbal seperti memaki, memukul, menendang, menjambak, awalnya ia melakukan kekerasan itu sendirian dan pada akhirnya dibantu oleh ±10 orang teman nya untuk melakukan kekerasan fisik juga kepada anak tersebut. Peneliti juga melihat adanya perilaku membolos yang mereka lakukan, mereka ada 7 orang yang tidak masuk ke sekolah melainkan duduk di warung dekat sekolah. Ketika berada di kelas mereka kebanyakan main *Smartphone* dan memakai *Headset* ketika guru menjelaskan materi, sudah ditegur berkali-kali mereka tetap melakukan apa yang mereka inginkan. Ini merupakan kurang matangnya emosi yaitu meledakkan emosi marahnya di hadapan umum dengan cara yang tidak tepat dan tidak memikirkan dampak dari apa yang ia lakukan.

Hal ini diperkuat dengan kutipan hasil wawancara interpersonal pada beberapa remaja perempuan yang berusia 15 dan 16 Tahun:

“Aku ga suka di lihat-lihat nya kayak gitu. Kesal aku kukasi jari tengah lah anak itu, terus didatangi nya aku, tambah kesal pula aku liat muka nya itu kutarik aja jilbab dia kujambak-jambak lah rambutnya itu, nangis-nangis anak itu sukur ga mati kubuat. Aku kalo dah kesal gak tanggung-tanggung”. (AL. Perempuan, 15 Tahun).

“Aku ngerasa kesal sering kali kak tapi ngga tau kenapa, tiba-tiba kesal aja gitu gatau sebabnya kenapa, kadang pas lagi duduk-duduk kayak ini ih kok kesel ya, tapi sebab nya apa ngga tau. Pernah aku waktu ngerasa kesal pengenukul orang rasanya gatal tangan aku ini kak, tepukul juga dinding di kamarku itu jadinya”. (SI. Perempuan, 16 tahun)

Meninjau hasil wawancara di atas yang dilakukan peneliti terhadap beberapa sampel remaja perempuan yaitu anak perempuan yang meledak-ledak emosinya, tidak tepat dalam mengungkapkan emosinya dan tidak memikirkan apa dampak

yang ia lakukan, kurangnya pemahaman terhadap diri, tidak merasakan kepekaan dengan apa yang dirasa, penyebab-penyebab emosinya yang timbul dan peluapan emosi yang tidak tepat maka dapat disimpulkan bahwa belum adanya kematangan emosi pada remaja perempuan tersebut.

Fenomena yang terjadi tersebut tidak sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Santrock (2003) bahwa anak perempuan memiliki kematangan emosi yang tinggi. Remaja putri tersebut telah berada di usia remaja akhir dimana seharusnya proses kematangan emosi akan semakin baik bila usia remaja semakin mendekati usia dewasa awal, namun nyatanya malah bertolakbelakang, mereka tidak mampu mengontrol dan mengendalikan emosi dengan baik.

Selanjutnya, peneliti melakukan observasi pada remaja laki-laki, peneliti melihat para remaja laki-laki tidak melakukan tindakan kekerasan verbal dan non verbal kepada teman, adik kelas maupun kepada guru seperti yang dilakukan oleh perempuan.

Hal ini diperkuat dengan kutipan hasil wawancara interpersonal pada beberapa remaja laki-laki yang berusia 15 dan 16 Tahun:

“aku sering di bercandain kalau lagi sama kawan-kawan, kalau lagi istirahat kan main-mainlah sama kawan kak, kadang kami duduk-duduk di kantin bercanda-bercanda, di ejeknya lah aku, tp lupa aku ngebahas apa waktu itu, kesal sih iya, kesal kali pun, tp gak kubawa pusing kali lah kak namanya bercanda. Besoknya ya ngumpul-ngumpul lagi lah kak ketawa-ketawa lagi, ga enak rasanya berantam-berantam pekara di ejek” (PU, Laki-laki, 15 Tahun.

“Aku kalau lagi ada masalah yang buat aku emosian kan kak, aku biasanya lari, ya lari keliling komplek rumahku lah kak atau fitness, bedanya pas lagi kesel lebih lama olahraganya. Kadang minum banyak-banyak, biar pikiran aku tenang dulu, pokoknya aku harus tenang dulu kalau dah tenang baru aku cari solusinya, enggalah aku sampe mukul-mukul orang, anak orang tuh kak, babak belur apa ga masuk polisi aku nanti”. (FE, Laki-laki, 16 tahun)

Meninjau hasil wawancara di atas yang dilakukan peneliti terhadap beberapa sampel remaja laki-laki maka dapat disimpulkan bahwa anak laki-laki yang mampu mengontrol emosinya, dapat mengendalikan emosinya dan berfikir untuk tidak melakukan keributan dengan bertengkar, memikirkan dampak perbuatan yang ia lakukan, dan mampu mencari solusi ketika ada masalah, ini merupakan salah satu aspek kematangan emosi yang terlihat pada remaja laki-laki yaitu memanfaatkan emosi sebagai kekuatan tanpa batas seperti berolahraga guna menetralkan suasana hati dan menggunakan emosi secara proporsional. Maka hal ini menunjukkan remaja laki-laki sudah memiliki kematangan emosi.

Fenomena yang terjadi tersebut sejalan dengan pendapat Hurlock (2004) mengatakan bahwa anak laki-laki tidak mudah dipengaruhi, dominan, sangat aktif, dan dapat menyelesaikan masalah secara mudah. Sedangkan anak perempuan lebih mudah dipengaruhi, sangat pasif, dan mereka kesulitan dalam menyelesaikan masalah.

Lone (1986) mengatakan wanita lebih bersifat emosionalitas dari pada laki-laki. Hal tersebut terjadi karena wanita memiliki kondisi emosi didasarkan peran sosial yang diberikan oleh masyarakat, yaitu wanita harus mengontrol perilaku agresif dan asertifnya, hal ini yang menyebabkan perempuan kurang dapat mengontrol lingkungannya yang pada akhirnya menimbulkan kecemasan.

Hasil penelitian Khan (dalam Hasanat, 1994) juga mengatakan bahwa laki-laki lebih tinggi dalam hal stabilitas emosi dari pada perempuan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zahara (2013) menunjukkan bahwa adanya perbedaan kematangan emosi pada remaja laki-laki dan perempuan dimana

hasilnya remaja laki-laki memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi dibandingkan remaja perempuan.

Dari hasil wawancara beberapa subjek penelitian dan juga observasi di lapangan maka dapat dilihat adanya perbedaan kematangan emosi laki-laki dengan perempuan. Hal tersebut didukung oleh kutipan wawancara dari sampel objek penelitian yakni, remaja perempuan berinisial (AL) dan (SI) dan juga kutipan wawancara dari remaja laki-laki dengan inisial (FE) dan (PU). Sehingga saya dapat melihat jelas adanya perbedaan kematangan emosi remaja laki-laki dan perempuan di SMA Swasta Sinar Husni.

Maka dari itu hal ini harus dianggap serius dalam mendidik anak pada tahap perkembangan ini, dimana remaja usia 15-18 tahun seharusnya sudah mampu mengendalikan emosi yang dirasakan baik itu emosi positif maupun emosi negatif, serta memperlihatkan kemampuan dalam mengekspresikan emosi dengan cara yang dapat diterima oleh norma, dan di usia ini seharusnya remaja sudah menunjukkan kematangan emosinya dengan baik.

Jika seorang remaja tidak mampu dalam mengendalikan dan mengontrol emosinya dengan baik maka akan berdampak buruk bagi perkembangan kepribadiannya seperti permasalahan dan ketegangan emosional yang menyebabkan pada masa ini meningkatnya perilaku beresiko. Perilaku tersebut umumnya dikategorikan sebagai kenakalan remaja yang dapat dilihat dari adanya perilaku kebut-kebutan di jalan raya, tawuran, membolos sekolah, merampas, mencuri, perilaku yang tidak mematuhi orangtua dan guru, kecanduan narkoba, melakukan hubungan seks bebas, dan perjudian (Kartono, 1998).

Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti “Perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada remaja di SMA Swasta Sinar Husni”.

B. Identifikasi Masalah

Kematangan emosi merupakan hal yang penting dalam masa peralihan remaja menuju dewasa. Kematangan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya, baik dari dalam maupun dari luar dirinya, selain itu dengan matangnya emosi maka individu dapat bertindak tepat dan wajar sesuai dengan situasi dan kondisi dengan tetap mengedepankan tugas dan tanggung jawabnya. Remaja yang memiliki kematangan emosi apabila remaja tidak meledakkan emosinya dihadapan oranglain dan mampu menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya, mampu memahami emosi diri sendiri, memahami yang sedang dirasakan dan mengetahui penyebab dari emosi yang dihadapi individu tersebut dapat menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, kemudian memutuskan bagaimana cara bereaksi terhadap situasi tersebut sehingga tidak seperti anak-anak yang bereaksi tanpa berfikir.

Adapun identifikasi kematangan emosi remaja laki-laki antara lain : remaja laki-laki terlihat memiliki kematangan emosi hal ini dapat dilihat dari ciri-ciri kematangan emosi yang ditunjukkan oleh remaja laki-laki seperti, tidak melakukan tindakan kekerasan verbal dan non verbal kepada teman, adik kelas maupun kepada guru seperti yang dilakukan oleh perempuan, tidak mudah dipengaruhi, sangat aktif, dan dapat menyelesaikan masalah secara mudah.

Selanjutnya, identifikasi kematangan emosi remaja perempuan antara lain : remaja perempuan terlihat belum memiliki kematangan emosi hal ini dapat dilihat dari ciri-ciri ketidakmatangan emosi yang ditunjukkan oleh remaja perempuan seperti, meledak-ledak emosinya, tidak tepat dalam mengungkapkan emosinya, melakukan kekerasan verbal dan non verbal serta tidak memikirkan apa dampak yang ia lakukan.

Meninjau uraian di atas, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan kematangan emosi remaja laki-laki dan remaja perempuan.

C. Batasan Masalah

Peneliti membatasi masalah penelitian ini, yaitu tentang perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada remaja. Dalam masalah ini yang menjadi populasi yang digunakan adalah siswa SMA kelas X dan XI yang berjumlah 224 orang. Sampel yang digunakan adalah sebagian dari populasi yang berjumlah 160 orang dengan usia 15 dan 16 tahun, laki-laki sebanyak 80 orang dan perempuan sebanyak 80 orang. Lokasi yang digunakan adalah SMA Sinar Husni di Jalan Utama Helvetia Medan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan diatas, dirumuskan sebuah rumusan masalah, yaitu apakah ada perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada remaja di SMA Sinar Husni Medan.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada remaja di SMA Sinar Husni Medan.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terbagi dua, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi mengenai perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada remaja di SMA Sinar Husni Medan. Penelitian ini juga dapat menjadi bahan masukan empiris dan untuk menambah referensi dalam bidang ilmu pengetahuan khususnya dalam psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan akan dapat menambah wawasan pengetahuan dalam lingkup psikologis dan di harapkan juga bahwa hasil dari penelitian ini dapat merangsang peneliti berikutnya untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam yang dapat bermanfaat bagi para orangtua dalam memahami remaja.