

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan interaksi sosial dengan sesama untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya. Interaksi sosial adalah hubungan-hubungan dinamis yang menyangkut hubungan antara orang-perorang, antar kelompok-kelompok manusia, maupun antara orang-perorang dengan kelompok manusia (Soekanto, 2013). Menurut Woodworth (dalam Sunarto, 2004) didalam kehidupan manusia selalu terjadi interaksi dengan lingkungannya meliputi individu dapat bertentangan dengan lingkungan, individu dapat menggunakan lingkungan, individu dapat berpartisipasi (ikut-serta) dengan lingkungan, serta individu dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan. Agar didalam kehidupannya terjalin hubungan yang baik antar sesamanya.

Dalam kehidupan sehari-hari manusia selalu berinteraksi dengan sesama terutama pada masa remaja. Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence* atau remaja, mempunyai arti luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 2009). Menurut Mappiare (dalam Ali & Asrori, 2008) remaja berlangsung antara umur 12 sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18

tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir. Menurut hukum di Amerika Serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia delapan belas tahun, bukan 21 tahun seperti ketentuan sebelumnya (Hurlock,2009). Menurut Harlock (2009) pada masa remaja memiliki tugas-tugas perkembangan antara lainmencapai kemandirian emosional.

Menurut Goleman (dalam Ali & Asrori, 2008) emosi sebagai kegiatan atau pergejolakan pikiran, perasaan, nafsu setiap keadaan mental yang hebat dan meluap-luap. Goleman (dalam Ali & Asrori, 2008) juga mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan rangkaian kecenderungan untuk bertindak. Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan,” suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi akibat dari perubahan fisik dan kelenjar (Hurlock, 2009). Meningginya emosi terutama karena anak laki-laki dan perempuan berada dibawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru, sedangkan selama masa kanak-kanak ia kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan-keadaanitu (Hurlock, 2009).Menurut Hurlock (2009), pola emosi masa remaja sama dengan pola emosi pada masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan khususnya pada pengendalian emosi untuk ungkapan sesuatu.Remaja tidak lagi mengungkapkan emosi dengan cara mengeluarkan amarah yang meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara atau dengan suara keras mengkritik orang-orang yang menyebabkan amarah. Bentuk-bentuk emosi yang sering tampak pada

remaja yaitu amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel dan malu (Ali & Asrori, 2008).

Dalam hal ini, pada umumnya remaja belum tentu dapat mengontrolnya dengan baik. Biasanya yang dikatakan sudah mampu mengontrol emosi atau sudah mencapai kematangan emosi terjadi pada akhir masa remaja, dimana remaja yang mampu mengontrol emosinya tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima dan individu tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya (Hurlock, 2009).Salah satu aspek penting dalam emosi adalah kestabilan emosi dan kemampuan dalam mengendalikan emosi (regulasi emosi).

Menurut Frijda (dalam Alfian, 2014) regulasi adalah bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya. Regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang. Hasil regulasi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi, atau dihambat dalam ekspresinya.Menurut Gross & John (2003) regulasi emosi sebagai pemikiran atau peringatan yang di pengaruhi oleh emosi individu, bagaimana individu mengalami dan mengungkapkan emosinya. Ketika individu sedang mengalami emosi yang negatif biasanya tidak dapat berfikir dengan jernih dan melakukan tindakan diluar kesadaran. Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk menyadari dan mengatur pikiran dan perilakunya dalam emosi yang berbeda, baik emosi positif maupun emosi yang negatif. Seseorang dengan kemampuan regulasi emosi yang baik mampu mengendalikan dorongan untuk tidak melakukan

perilaku impulsif seperti membahayakan diri, perilaku sembrono atau agresif saat mengalami tekanan emosional.

Regulasi emosi adalah salah satu cara yang dapat dilakukan untuk membantu seseorang memfasilitasi kebutuhan emosionalnya. Individu perlu dilatih dan diberikan bekal keterampilan dalam hal meregulasi emosinya, sehingga individu akan mampu menilai emosi yang dirasakan, mengatur emosi serta mengungkapkan emosi positif dan emosi negatif secara tepat. Individu yang mampu meregulasikan emosinya akan memunculkan perilaku positif dan tidak akan memunculkan perilaku negatifnya (Syahadat, 2013).

Menurut Martin (2003) ciri-ciri individu yang mampu melakukan regulasi emosi adalah mampu mengubah emosi negatif menjadi proses belajar agar dapat mengendalikannya dengan baik. Kemampuan individu melakukan regulasi emosi dapat dilihat dalam kemampuannya mengendalikan diri yang artinya mampu mengelola emosi dari impuls yang merusak dan efektif, memiliki sikap hati-hati, memiliki adaptasi yang artinya luwes menangani perubahan dan tantangan, toleransi yang tinggi terhadap frustrasi, memiliki pandangan yang positif terhadap diri dan lingkungannya, memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain. Dengan adanya kemampuan individu dalam meregulasi emosi akan dengan mudah menghadapi lingkungan dan berkomunikasi yang membuat individu tersebut diterima secara sosial. Kemampuan individu dalam mengatur emosi juga akan mendukung individu tersebut dalam menyelesaikan masalah-masalahnya sehingga tidak akan mengeluarkan emosi negatif.

Kemampuan individu dalam meregulasi emosinya menjadi lebih baik sesuai dengan lingkungan sekitarnya. Menurut Krause (dalam Nisfiannoor dan Yuni, 2004) selain lingkungan, faktor lain yang mempengaruhi regulasi adalah budaya. Budaya menentukan dan membentuk perilaku, pikiran dan perasaan individu secara tidak langsung ketika berinteraksi dengan orang lain. Budaya dapat mempengaruhi cara individu menerima, menilai atau pengalaman emosi, dan menampilkan suatu respon emosi.

Menurut Farr dan Ball (dalam Roswita, 2007) budaya adalah pengetahuan yang dimiliki oleh sekelompok masyarakat, yang berkaitan dengan perilaku mereka. Menurut kamus besar Bahasa Indonesia (dalam Roswita, 2007), budaya adalah hasil kegiatan dan penciptaan akal budi manusia, misalnya kesenian, kepercayaan dan adat istiadat. Dari pemaparan tersebut, dapat dikatakan bahwa budaya akan selalu berkaitan dengan cara hidup sekelompok masyarakat, termasuk cara anggota masyarakat itu berkomunikasi. Horton (dalam Roswita, 2007) menjelaskan bahwa budaya menentukan standar perilaku, karena budaya adalah sistem norma yang mengatur cara-cara merasa dan bertindak yang diketahui dan diikuti oleh anggota masyarakatnya. Budaya yang berbeda juga menghasilkan perilaku yang berbeda.

Indonesia sangat lekat dengan budaya yang beragam yang dikenal dengan lebih dari seribu suku bangsa di dalamnya. Menurut Koentjaraningrat (2009) suku merupakan sekelompok manusia yang terikat oleh budaya dan kesadaran yang dikuatkan oleh kesatuan bahasa. Hal ini membuat banyak orang menunjukkan identitas budaya pada suku bangsa yang dianut, lahir dan berkembang dalam kepribadiannya. Salah satunya

adalah suku Jawa dan suku Batak Toba. Hal ini dapat dilihat dari kekhasan mereka dalam berkomunikasi, Batak Toba dikenal dengan cara bicara yang keras dan tegas dan Jawa dikenal dengan cara yang halus.

Pada umumnya masyarakat suku Batak Toba terkenal budaya yang memiliki ciri-ciri salah satunya adalah terbuka dengan orang lain (Irmawati, 2007). Suku Batak Toba memiliki keunikan yang di miliknya yaitu temperamental dan bersuara keras. Bahkan banyak dari suku lain di Indonesia beranggapan bahwa suku Batak Toba adalah orang yang keras dan cenderung kasar. Ketika suku Batak Toba marah kepada orang lain, mereka akan mengeluarkan segala hal yang mengganjal dihatinya sehingga mengeluarkan suara yang sangat keras, dikarenakan mereka tidak suka untuk menyimpan suatu permasalahan yang membuat pikirannya menjadi beban. Namun dikarenakan suku Batak Toba memiliki sikap yang spontan sehingga mengakibatkan kemarahan yang meluap-luap. Suku Batak Toba akan mengeluarkan segala rasa yang membuat beban pada pikirannya tentang suatu permasalahan yang terjadi. Bahkan ketika suku Batak Toba berbicara, mereka akan mengeluarkan suara yang keras dan membuat orang lain beranggapan mereka sedang marah.

Suku Batak Toba juga terkenal sangat berani, memiliki rasa percaya diri yang tinggi sehingga membuat masyarakat Batak Toba suka berada di depan dalam segala hal. Selain itu orang Batak Toba memiliki sikap yang spontan. Suku Batak Toba kurang mampu melakukan regulasi emosikarena ketika mereka tidak suka, maka mereka akan berkata secara langsung walaupun itu menyakitkan untuk didengar.

Berikut ini kutipan wawancara dengan remaja suku Batak Toba :

“aku kalau ada masalah langsung ngomong. Kalau masih bisa aku tahan, aku tahan dulu, tapi kali udah penatkali dipikiranku,aku langsung nyampein semuanya sama orang itu.

(Devi, 21 Tahun.Wawancara, 1 April 2016)

“Biasanya aku langsung ngajak bicara. Apalagi yang kurang pas dihati dan merasa tersudutkan kali padahal kita engga ngelakuin tapi nama kita disebut-sebutkan. Aku langsung datangnya.

(Friska, 20 Tahun)

“kalau lagi ada masalah, biasanya aku marah-marah sama orang yang bersangkutan, kayak ada masalah sama adikku yang susah dibilangin. Kalau aku ada masalah sama teman, biasanya mood aku langsung tidak enak dan orang lain juga kena imbasnya akan kemarahan aku.

(Sherly, 21 Tahun)

Dari beberapa wawancara pada remaja suku Batak Toba dapat dilihat bahwa remaja suku Batak Toba memiliki sikap spontan. akan mengeluarkan segala hal yang mengganjal dihatinya sehingga mengeluarkan suara yang sangat keras, dikarenakan mereka tidak suka untuk menyimpan suatu permasalahan yang membuat pikirannya menjadi beban dan mereka kurang mampu meregulasikan emosinya.

Beda halnya dengan suku Jawa, Endraswati (2010) mengemukakan bahwa masyarakat suku Jawa menjunjung tinggi falsafah *ajining diri soko lathi* yang berarti harga diri seseorang diantaranya tergantung pada ucapan dan bahasa. Pada umumnya

orang Jawa memiliki karakteristik yang berusaha untuk menampilkan diri sebagai orang yang halus dan sopan (Suseno, 2001). Menurut Sardjono (1995) suku Jawa juga terkenal dengan sikap ethok-ethok (pura-pura) dan suku Jawa dikenal dengan nilai sosial yaitu mengenal nilai kerukunan dimana dikatakan bahwa orang dalam budaya ini biasanya hidup rukun. Tujuan dari prinsip ini adalah untuk mempertahankan keadaan masyarakat agar tetap harmonis. Atas dasar prinsip ini orang Jawa menghilangkan tanda-tanda ketegangan masyarakat atau antar pribadi, sehingga hubungan sosial akan tampak harmonis dan baik. Suku Jawa tampaknya akan menghindari konflik dengan cara membiarkan permasalahan itu berlalu atau didiamkan (Haryono, 1993).

Suku Jawa memiliki ciri-ciri yaitu halus, ramah tamah, bersopan santun, sederhana dan menghormati adat kebiasaan. Suku Jawa sangat terkenal sebagai suku bangsa yang sopan dan halus, tetapi mereka juga terkenal sebagai suku bangsa yang tertutup dan tidak mau terus terang. Sifat ini konon berdasarkan watak orang Jawa yang ingin hidup harmonis atau keserasian dan menghindari konflik, sehingga mereka cenderung diam dan tidak membantah apabila terjadi perbedaan pendapat (Haryono, 1993).

Dengan memperlihatkan perasaan-perasaan spontan dianggap kurang pantas, seperti rasa kecewa, marah, putus asa, gembira, harapan-harapan untuk disembunyikan dan tidak diperlihatkan pada banyak orang. Menurut Suseno (2001) semakin individu dapat mengontrol emosi dan semakin menguasai tata karma pergaulan, makanya semakin dianggap dewasa.

Berikut ini kutipan wawancara dengan remaja suku Jawa :

"Pertama sih aku diam terus dipikirin apa masalahnya. Setelah itu baru aku bicarakan tapi itu pun butuh waktu yang lama untuk aku bicara dan biasanya tunggu ada orang yang ngomongin masalah itu, baru aku keluarkan tapi kalau enggak, ya aku diamkan aja"

(Firda, 21 Tahun. Wawancara 1 April 2016)

"Biasanya kalau lagi ada masalah. Aku lebih memilih diam, sambil mikir gimana caranya untuk selesaikan masalah itu. Kalau menurutku masalahnya harus diomongin, ya aku akan selesaikan baik-baik. Kalau menurutku masalahnya sepele dan gak perlu banyak bicara, aku milih diam.

(wawancara Ayu, 21 Tahun)

Saya kalau ada masalah, saya lebih memilih diam dan engga ambil pusing dengan masalah, karena saya tidak mau terbebani dengan masalah yang ada sehingga mengganggu pikiran saya.

(wawancara Alwin, 21 Tahun)

Dari beberapa wawancara pada remaja suku Jawa dapat dilihat bahwa remaja Suku Jawa memiliki sikap yang halus, sopan dan juga terkenal sebagai suku yang tertutup dan tidak mau terus terang. Suku Jawa tampaknya akan menghindari dari konflik dengan cara membiarkan permasalahan itu berlalu atau didiamkan sehingga tetap terjalin hubungan yang harmonis dengan sesamanya. Suku Jawa bisa mengontrol emosinya atau meregulasinya dengan baik sehingga suku Jawa tidak menunjukkan

emosi yang negatif yang bisa membuat orang lain merasa sakit hati akan perilaku yang mereka tampilkan.

Dari uraian diatas terlihat dengan jelas perbedaan regulasi emosi pada suku Batak Toba dan suku Jawa dari cara mereka berkomunikasi dan berinteraksi. Suku Jawa menunjukkan cara berbicara yang halus dan sopan meskipun dalam keadaan menghadapi masalah. Suku Jawa lebih berdiam diri dan memikirkan permasalahan yang dihadapinya. suku Jawa akan berbicara dengan lembut sehingga tidak mengeluarkan emosi negatif yang membuat orang lain merasa sakit hati, Sedangkan pada suku Batak Toba dikenal dengan bicaranya yang keras, tegas, kasar, pemberani, dan terbuka, sehingga suku Batak Toba akan mengeluarkan semua permasalahannya dengan tidak memperdulikan lingkungan sekitar. Suku Batak Toba akan mengeluarkan semua segala hal yang mengganjal dihatinya yang membuat beban dalam pikirannya sehingga terkadang suku Batak Toba tidak mampu untuk menyimpan semua amarahnya. Mereka memiliki kepercayaan diri yang tinggi, berani, kuat dan tegar (Natalia, 2015).

Menurut hasilpenelitian Natalia (2015) menunjukkan bahwa ada perbedaantingkat regulasi emosi remaja pada suku Jawa dengan suku Batak Toba, dimana suku Jawa memiliki regulasi emosi lebih tinggi daripada suku Batak Toba. Hal ini terbukti karena suku Jawa diajarkan untuk bersikap sedemikian rupa agar tidak menimbulkan konflik, dan cara bicara serta pembawaan diri menunjukkan sikap hormat terhadap orang lain (Suseno, dalam Natalia, 2015). Prinsip yang diajarkan ini membuat suku Jawa terbiasa dengan menjaga sikap dalam interaksi sosial. Emosi yang tidak dikeluarkan menjadi salah satu cara yang sangat ditekankan pada masyarakat suku

Jawa. Hal ini menjadi dasar orang Jawa bersosialisasi dengan baik dan tak menimbulkan konflik dengan orang lain. Dasar utama sabar, menerima dan ikhlas juga menjadi bagian dari regulasi emosi, sehingga regulasi emosi nyatanya telah diajarkan dalam suku Jawa secara turun temurun. Berbeda dengan suku batak Toba yang menunjukkan sikap yang keras, cenderung kasar dan terbuka pada orang lain. Keadaan ini mempengaruhi cara bersosial yang kurang adaptif sehingga cara tersebut menunjukkan kurang mampu meregulasi dengan baik.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti“Perbedaan Regulasi Emosi Remaja Pada Suku Batak Toba dengan Suku Jawa Di Lingkungan II Kelurahan Lestari Kisaran Timur”

B. Identifikasi Masalah

Dalam penelitian ini peneliti meninjau perbedaan regulasi emosi remaja pada suku Batak Toba dengan suku Jawa, dimana suku Batak Toba memiliki ciri-ciri salah satunya yaitu terbuka dalam segala hal pada setiap orang (Irmawati, 2007). Suku Batak Toba juga memiliki suara keras ketika berbicara. Sedangkan suku Jawa memiliki ciri-ciri yaitu orang yang halus dan sopan, tertutup (Suseno, 2001).

Hal tersebut membuat perbedaan yang unik dalam melakukan regulasi emosi pada masing-masing suku budaya. Terlebih lagi salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi adalah budaya (Krause, dalam Nisfiannoor dan Yuni, 2004). Budaya menentukan dan membentuk perilaku, pikiran dan perasaan individu secara tidak

langsung ketika berinteraksi dengan orang lain. Perbedaan budaya akan mempengaruhi cara seseorang melakukan regulasi emosi.

Dari penjelasan diatas bahwa regulasi emosi dipengaruhi oleh budaya, maka diidentifikasi permasalahan sebagai berikut: Bagaimana budaya mempengaruhi regulasi emosi pada kalangan remaja saat ini.

C. Batasan Masalah

Regulasi emosi adalah proses penerimaan, mempertahankan, mengendalikan suatu kejadian, intensitas dan lamanya emosi yang dirasakan. Suku adalah suatu kelompok tertentu dengan kesamaan ras, agama, asal-usul bangsa, ataupun kombinasi dari kategori tersebut terikat pada sistem budayanya.

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan regulasi emosi remaja pada suku Batak Toba dengan suku Jawa di Lingkungan II Kelurahan Lestari Kisaran Timur. Agar tidak terlalu luas, populasi yang digunakan adalah remaja akhir yang memiliki rentang usia 18-21 tahun yang memiliki suku Batak Toba dan suku Jawa di Lingkungan II Kelurahan Lestari Kisaran Timur.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah Apakah ada perbedaan regulasi emosi remaja pada suku Batak Toba dengan suku Jawa di Lingkungan II Kelurahan Lestari Kisaran Timur.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang hendak diteliti, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan regulasi emosi remaja pada suku Batak Toba dengan suku Jawa di Lingkungan II Kelurahan Lestari Kisaran Timur.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diambil dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat dalam menambah pengetahuan dan wacana tentang psikologi perkembangan dan psikologi budaya, khususnya mengenai perbedaan regulasi emosi remaja pada suku Batak Toba dengan suku Jawa, serta dapat dimanfaatkan untuk referensi peneliti yang akan melakukan penelitian yang sama.

2. Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mengetahui dan menambah informasi dalam upaya meningkatkan regulasi emosi pada remaja akhir.