

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Berkaitan dengan masa ini, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial, dan emosional. Umumnya, masa ini berlangsung sekitar masa di mana individu duduk di bangku sekolah menengah (Ali&Asrori, 2004). Monks (1999) membagi masa remaja awal dalam rentang 12-15 tahun, masa remaja pertengahan dalam rentang 15-18 tahun dan masa remaja akhir dalam rentang 18-21 tahun.

Monks (1999) menyatakan bahwa masa awal perkembangan remaja dengan jelas sifat-sifat masa transisi dan peralihan. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa, dan pada masa ini individu mengalami perubahan-perubahan jasmani, kepribadian, intelektual, dan peranan di dalam keluarga maupun di lingkungan. Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan sebagai konsekuensi dari masa peralihan atau masatransisi ini (Gunarsa, 2003). Dengan kata lain, terjadi gejolak dalam diri remaja.

Perubahan-perubahan selama masa awal masa remaja terjadi dengan pesat, salah satunya adalah meningkatnya emosi. Keadaan emosi remaja berada pada periode badai dan tekanan (*storm and stress*) yaitu suatu masa di mana ketegangan emosi meningkat sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar.

Adapun meningginya emosi terutama karena para remaja berada di bawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi dan harapan baru. Keadaan ini menyebabkan remaja mengalami kegagalan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya, sehingga masa remaja sering dikatakan sebagai usia bermasalah. Masalah-masalah yang terjadi pada remaja sering menjadi masalah yang sulit untuk diatasi juga dikarenakan para remaja merasa mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri dan menolak bantuan keluarga, orangtua dan guru. Selain itu, remaja juga dituntut untuk bertanggung jawab terhadap pengendalian perilaku sosialnya sendiri, sesuai dengan harapan sosial). Jadi, dengan kata lain dapat dikatakan bahawa dalam berperilaku remaja dipengaruhi oleh emosi dan lingkungan sekitarnya.

Para ahli menyatakan bahwa sikap remaja akhir relative stabil. Artinya, senang atau tidak senangnya remaja, suka atau tidak sukanya terhadap suatu objek, didasarkan pada hasil pemikirannya sendiri, meskipun pendiriannya masih sering goyah oleh orangtua mereka sebagai akibat masih bergantungna aspek ekonomi pada orangtua. Secara umum, dapat dikatakan bahwa pengaruh – pengaruh atau hasutan orang lain yang berusaha mengarahkan atau mengubah sikap pandangannya yang diyakininya benar akan dinilainya berdasarkan ukuran baik atau buruk, benar atau salah. Dia akan menghadapi secara tenang berbagai selisih pendapat dalam hal-hal tertentu.

Sikap remaja akhir juga telah tenang, tetapi masih ada kemungkinan untuk berbenturan dengan orang lain. Perselisihan pendapat dengan orang lain

kadang-kadang dihadapinya dengan perasaan yang lebih teratur dan dibatasi oleh norma-norma orang dewasa, terutama orang dewasa yang dijadikan figurnya.

Pola emosi masa remaja adalah sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan drajat dan khususnya pada pengendalian latihan individu terhadap ungkapan emosi mereka. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada masa akhir remaja tidak “meledakkan” emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

Emosi adalah perasaan intens manusia yang ditunjukkan kepada seseorang atau terhadap sesuatu. Selain itu, emosi juga sikap atau reaksi seseorang terhadap sebuah peristiwa timbulnya reaksi emosi biasanya ditunjukkan dengan beragam sikap, seperti rasa senang, marah, sedih, atau pun malu.

Reaksi manusia terhadap emosi disadari atau tidak memiliki dampak yang bersifat membangun atau justru merusak. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa emosi tidak hanya merupakan reaksi terhadap kondisi diri sendiri ataupun lingkungan, tetapi juga merupakan upaya pencapaian kearah pembentukan diri menuju hidup yang transendental (spiritual). Tidak hanya itu, emosi yang terdapat didalam diri manusia juga berfungsi sebagai sensor terhadap perilaku anda yang berasal dari kekutan pikiran. Oleh karena itu emosi dalam bentuk sedih, berduka, marah, jengkel, kecewa, ceria, suka, maupun bahagia menjadi sensor atas pikiran dan perbuatan yang dilakukan.

Remaja yang dapat mengendalikan emosinya dapat mendatangkan kebahagiaan bagi mereka hal ini dinyatakan oleh Garrison (2003) bahwa kebahagiaan seseorang dalam hidup ini bukan karena tidak adanya bentuk-bentuk emosi dalam dirinya, melainkan kebiasaannya memahami dan menguasai emosi atau disebut juga dengan regulasi emosi.

Pada saat emosi tampak tidak sesuai dengan situasi tertentu, individu sering mencoba untuk mengatur respon emosional agar emosi tersebut dapat lebih bermanfaat untuk mencapai tujuan, sehingga diperlukan suatu strategi yang dapat diterapkan untuk menghadapi situasi emosional. Hal inilah yang disebut regulasi emosi. Kemampuan regulasi emosi merupakan salah satu aspek penting dari perkembangan emosi seseorang. Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk merespon tuntutan yang sedang berlangsung dari pengalaman dengan tingkat emosi dalam sikap yang dapat ditoleransi dan fleksibilitas yang cukup untuk melakukan reaksi spontan selama diperlukan. Ketidakmampuan meregulasi emosi menyebabkan seseorang tidak dapat membuat evaluasi yang masuk akal, tidak kreatif dalam meregulasi emosi dan juga ketidakmampuan membuat keputusan dalam berbagai konteks (Fox dalam Kostiuk, 2002).

Regulasi emosi diasumsikan sebagai faktor penting dalam menentukan keberhasilan seseorang dalam usahanya untuk berfungsi dengan normal di kehidupannya seperti dalam proses adaptasi, dapat merespon sesuai dan fleksibel. Regulasi emosi sendiri bersifat spesifik tergantung keadaan yang dialami seseorang, sebagai contoh pada suatu situasi seseorang menahan emosi takutnya agar ketakutannya tersebut tidak dimanfaatkan orang lain. Dalam situasi

lain, seseorang dapat dengan sengaja menaikkan rasa marahnya untuk membuat orang lain merasa takut. Regulasi Emosi menekan pada bagaimana dan mengapa emosi itu sendiri mampu mengatur dan memfasilitasi proses-proses psikologis, seperti memusatkan perhatian, pemecahan masalah, dukungan sosial dan juga mengapa regulasi emosi memiliki pengaruh yang merugikan, seperti mengganggu proses pemusatan perhatian, interferensi pada proses pemecahan masalah serta mengganggu hubungan sosial antar individu (Cole dkk.,2004).

Ada dua jenis fenomena pengaturan, yaitu emosi sebagai pengatur dan emosi yang diatur. Emosi sebagai pengatur berarti adanya perubahan yang tampak sebagai hasil dari jenis emosi yang aktif, misalnya ketakutan akan tampak melalui ekspresi wajah dan perilaku, dan terdapat pada sebuah sistem yang berkaitan dengan emosi seperti aktivitas kardiovaskular, dapat merefleksikan sifat alami emosi itu sendiri dari pada sebuah jenis emosi tertentu yang mengatur sebuah system secara terpisah. Emosi sebagai pengatur lebih mengarah pada perubahan interdomain, seperti rasa sedih seorang anak yang disebabkan karena strategi yang diterapkannya. Sedangkan emosi yang telah diatur berkaitan dengan perubahan pada jenis emosi yang aktif, termasuk di dalamnya perubahan dalam kemampuan emosi itu sendiri, intensitas serta durasi emosi yang terjadi dalam diri individu itu sendiri, seperti mengurangi stress dengan menenangkan diri, atau antar individu, seperti seseorang anak yang membuat kedua orangtuanya yang sedih menjadi tersenyum.

Keluarga merupakan kelompok primer yang paling penting dalam masyarakat. Keluarga merupakan sebuah grup yang terbentuk dari perhubungan laki-laki dan perempuan, perhubungan yang mana sedikit banyak berlangsung

lama untuk menciptakan dan membesarkan anak-anak. Jadi, keluarga dalam bentuk murni merupakan suatu kesatuan sosial yang terdiri dari suami, istri dan anak-anak (Ahmadi,2002). Secara historis, keluarga terbentuk paling tidak dari satuan yang merupakan organisasi terbatas, dan mempunyai ukuran yang minimum, terutama pihak-pihak yang pada awalnya mengadakan suatu ikatan. Keluarga sebagai organisasi mempunyai perbedaan dengan organisasi-organisasi lainnya salah satunya perbedaan yang cukup penting terlihat dari bentuk hubungan anggota-anggotanya yang lebih bersifat mendalam.

Karakter yang melekat pada anak tidak terlepas dari pola asuh yang diterapkan oleh kedua orang tua mereka dirumah. Terlebih untuk anak tunggal yang pergaulannya di lingkungan keluarga hanya sebatas dengan orang tua. Peran keduanya sangat penting dalam “menggodok” pendidikan bagi anak. Status anak juga berperan sebagai aktor yang dapat mempengaruhi perkembangan sosial dalam keluarganya. Status anak misalnya, status anak sebagai anak tunggal, anak sulung, anak tengah dan anak bungsu diantara saudara-saudaranya. Hasil dari beberapa penelitian menyimpulkan bahwa anak tunggal dibandingkan dengan anak-anak yang bersaudara biasanya sangat egois, terdapat hal-hal mengenai “perasaan aku” di dalam dirinya. Kerap kali memperlihatkan sifat-sifat infantalisme (kekanak-kanakan) tetapi pada pihak lain anak tunggal itu lebih mudah mengorientasi dirinya pada orang-orang dewasa dan kepada cita-cita serta sikap pandangan orang dewasa.

Memiliki kakak atau adik yang berasal dari rahim ibu yang sama, terkadang bisa membuat kita merasa bahwa dalam situasi atau kondisi apapun,

tidak akan pernah sendiri. Ada saudara kandung yang akan senantiasa menemani, tempat berbagi suka dan duka. Namun ada beberapa anak yang takdirnya digariskan untuk menjadi anak tunggal. Tidak mempunyai saudara kandung baik kakak maupun adik yang bisa dijadikan teman bermain seperti halnya anak-anak lain yang terlahir bersaudara. Kesepian adalah masalah utama yang biasanya dihadapi oleh anak tunggal ketika berada dalam lingkungan keluarga. Anak-anak tunggal ini diduga memiliki kepribadian yang egoisentris, kurang gigih dalam berusaha, kurang dapat bekerja sama, dan kurang begitu disukai anak-anak lain jika dibandingkan dengan anak-anak yang memiliki saudara. Pada sebagian kecil kasus, anak-anak tunggal tampak memiliki masalah perilaku, tapi hal ini sebenarnya disebabkan oleh pola asuh orang tua yang terlalu membebaskan atau terlalu mengekang (Feldman, 2007).

Anak tunggal mempunyai posisi unik dalam berkompetisi, tidak dengan saudara-saudaranya melainkan dengan kedua orang tuanya. Mereka sering mengembangkan perasaan superior berlebihan, konsep diri rendah dan perasaan bahwa dunia adalah tempat yang berbahaya bila kedua orang tua terlalu menjaga kesehatannya. Anak tunggal mungkin kurang baik mengembangkan kerja sama dan minat sosial, memiliki sifat parasit, dan mengharapkan perhatian untuk melindungi dan memanjakannya.

Disamping itu, anak sulung, kedua atau bungsu hanyalah sebuah julukan dalam suatu keluarga. Yang jelas, dalam ilmu psikologi disebutkan, urutan kelahiran mempunyai dampak dari berbagai aspek pada tabiat seorang anak. Hal

ini sesuai dengan pendapat dari Adler (1998) yang dikenal sebagai salah satu tokoh psikoanalisis.

Urutan kelahiran dalam keluarga mempunyai peranan penting dalam membentuk kepribadian seseorang urutan-urutan tersebut mempunyai perbedaan dalam menginterpretasikan diri setiap pengalaman yang didapat. Adler (1998) menggambarkan anak sulung mendapat perhatian yang utuh dari orang tuanya, sampai perhatian itu terbagi saat dia mendapatkan adiknya. Perhatian dari orang tua cenderung membuat anak memiliki perasaan mendalam untuk menjadi superior atau kuat, kecemasan tinggi dan terlalu dilindungi. Saat kelahiran adiknya menimbulkan dampak traumatik kepada anak sulung yang turun tahta sebagai anak tunggal. Peristiwa ini mengubah situasi dan mengubah cara pandangnya terhadap dunia sekitarnya.

Anak kedua biasanya memulai hidup dalam situasi yang lebih baik untuk mengembangkan kerja sama dan minat sosial. Pada tahap tertentu, kepribadian anak dibentuk melalui pengamatannya terhadap sikap kakaknya. Jika sikap kakaknya penuh kemarahan dan kebencian, anak kedua mungkin akan menjadi sangat kompetitif, atau menjadi penakut yang sangat kecil hati. Umumnya anak kedua tidak mengembangkan kedua arah itu, tetapi dengan dorongan kompetisi yang baik, memiliki keinginan yang sehat untuk mengalahkan kakaknya. Jika dia banyak mengalami keberhasilan, anak akan mengembangkan sikap revolusioner dan merasa bahwa otoritas itu dapat dikalahkan.

Disamping itu pula anak bungsu, seringkali dimanja sehingga beresiko tinggi menjadi anak bermasalah mudah terdorong pada perasaan inferior yang kuat

dan tidak mampu berdiri sendiri. Namun demikian, ia mempunyai banyak keuntungan, ia termotivasi untuk selalu mengungguli kakak-kakaknya dan menjadi anak ambisius.

Berkaitan dengan hal itu peneliti ingin meneliti remaja akhir di fakultas ekonomi universitas medan area, yang biasanya bahwa remaja mengalami berbagai permasalahan baik di rumah, sekolah, dan teman sebayanya. Dari beberapa peristiwa tersebut kemudian muncul emosi, baik emosi positif dan emosi negative. Dan emosi positif maupun emosi negative yang dirasakan dalam sewaktu waktu. Dimana remaja akhir di fakultas ekonomi ini sering sekali mengalami konflik dengan teman sebaya atau banyak mengalami selisih paham dengan teman sebayanya. Disamping itu juga remaja di fakultas ekonomi universitas medan area ini sebagian besar tinggal bersama kedua orang tuanya baik yang anak tunggal dan bukan anak tunggal.

Dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti perbedaan regulasi emosi remaja akhir anak tunggal dan bukan anak tunggal di fakultas ekonomi universitas medan area yang sebagaimana kita ketahui anak tunggal mempunyai posisi unik dalam berkompetisi, tidak dengan saudara-saudaranya melainkan dengan kedua orang tuanya. Begitu juga dengan sebaliknya, anak sulung, anak kedua, atau anak bungsu saling berkompetisi dengan kakak atau adiknya.

B. Identifikasi Masalah

Remaja yang dapat mengendalikan emosinya dapat mendatangkan kebahagiaan bagi mereka. Pada saat emosi tampak tidak sesuai dengan situasi tertentu, individu sering mencoba untuk mengatur respon emosional agar emosi tersebut dapat lebih bermanfaat untuk mencapai tujuan, sehingga diperlukan suatu strategi yang dapat diterapkan untuk menghadapi situasi emosional. Hal inilah yang disebut regulasi emosi.

Pada awalnya anak-anak tunggal ini diduga memiliki kepribadian yang egoisentris, kurang gigih dalam berusaha, kurang dapat bekerja sama, dan kurang begitu disukai anak-anak lain jika dibandingkan dengan anak-anak yang memiliki saudara. anak sulung mendapat perhatian yang utuh dari orang tuanya, sampai perhatian itu terbagi saat dia mendapatkan adiknya. Perhatian dari orang tua cenderung membuat anak memiliki perasaan mendalam untuk menjadi superior atau kuat, kecemasan tinggi dan terlalu dilindungi.

Anak kedua biasanya memulai hidup dalam situasi yang lebih baik untuk mengembangkan kerja sama dan minat sosial. Pada tahap tertentu, kepribadian anak dibentuk melalui pengamatannya terhadap sikap kakaknya. Jika sikap kakaknya penuh kemarahan dan kebencian, anak kedua mungkin akan menjadi sangat kompetitif, atau menjadi penakut yang sangat kecil hati. Disamping itu pula anak bungsu, seringkli dimanja sehingga beresiko tinggi menjadi anak bermasalah mudah terdorong pada perasaan inferior yang kuat dan tidak mampu berdiri sendiri. Namun demikian, ia mempunyai banyak keuntungan, ia termotivasi untuk selalu mengungguli kakak-kakaknya dan menjadi anak ambisius.

Dari latar belakang masalah di atas, dapat di identifikasikan masalah adalah perbedaan regulasi emosi remaja akhir antara anak tunggal dan bukan anak tunggal.

C. Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah perbedaan regulasi emosi antara anak tunggal dan bukan anak tunggal, usianya 17-21 tahun, laki-laki dan perempuan yang orangtuanya lengkap, tinggal bersama orangtua dan jumlah sampel yang seimbang.

D. Rumusan Masalah

Apakah ada perbedaan regulasi emosi remaja akhir antara anak tunggal dan bukan anak tunggal?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk melihat dan menguji secara empiris perbedaan regulasi emosi remaja akhir antara anak tunggal dan bukan anak tunggal.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kepada ilmu psikologi khusus di bidang psikologi perkembangan tentang “Perbedaan Regulasi Emosi Remaja antara Anak Tunggal dan Bukan Anak Tunggal. Dan diharapkan

dapat memberikan masukan bagi penelitian berikutnya yang berkaitan dengan regulasi emosi remaja antara anak tunggal dan bukan anak tunggal.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran kepada remaja tentang regulasi emosi khususnya remaja anak tunggal dan bukan anak tunggal. Dan kepada orangtua remaja yang anak tunggal dan bukan anak tunggal.

