

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Angka kasus kenakalan remaja tiap tahunnya mengalami peningkatan sebesar 10,7% yang didukung oleh data dari Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS) tahun 2020. Kasus kenakalan remaja pada tahun 2020 mencapai 12944,47 kasus. Kenakalan remaja yang sering terjadi diantaranya seperti tawuran, bolos sekolah, pencurian, pembunuhan, pergaulan bebas, dan narkoba (Hasmarlin, 2019). Perilaku yang dilakukan oleh remaja dan menyimpang dari norma-norma sosial dan masyarakat karena merugikan diri sendiri dan orang lain disebut dengan kenakalan remaja (Fitri & Oktaviani, 2019). Adapun dalam penelitian Desra (2019) yang mengemukakan perilaku negatif yang dilakukan oleh beberapa remaja seperti mengucilkan teman, mem-*bully* teman, mudah tersinggung sampai berkata kasar dan memukul teman, mudah terpancing dengan hasutan teman.

Peneliti melihat kasus dari kenakalan remaja yang terjadi di Kota Padang, berdasarkan yang disampaikan Kasat Binmas Polresta Kota Padang (Refnandes *et al.*, 2023) telah mencatat adanya permasalahan kenakalan remaja, termasuk kasus-kasus seperti judi, bolos sekolah, minum-minuman keras, balapan liar, dan tawuran. Di antara kasus tersebut, tawuran dan balap liar merupakan peristiwa yang paling sering terjadi. Adapun Perdana dan Ismaniar (2020) juga mengatakan bahwa beberapa kasus kenakalan remaja yang terjadi di Kota Padang, itu seperti, pencurian kotak amal di masjid, melakukan seks bebas, menghisap lem,

hamil diluar nikah, tawuran antar komplek, pemakai narkoba, pernikahan dini, berjudi dan pengedar narkoba.

Masa remaja merupakan periode perkembangan kritis yang ditandai dengan adanya perubahan biologis, kognitif, sosial, dan emosional yang dapat menempatkan remaja dalam risiko permasalahan seperti kenakalan remaja (Cui *et al.*, 2020). Remaja seringkali sulit mengatasi emosi yang meningkat terutama pada emosi yang negatif (Steinberg, 2005). Emosi negatif menurut Goleman (2002) merupakan suatu keadaan dalam diri seseorang yang dirasakan kurang menyenangkan sehingga memengaruhi sikap dan perilaku individu dalam berhubungan dengan orang lain. Hal ini merupakan tantangan bagi remaja untuk mampu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bertindak agar tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain (Choirunissa & Ediati, 2020).

Menurut Fauza dan Chalidaziah (2021) remaja awal mengalami puncak emosionalitas, yaitu mengalami perkembangan emosi dan psikologi yang belum stabil seperti menunjukkan sifat sensitif, memiliki sifat emosi negatif, dan temperamental (mudah tersinggung, marah, sedih, dan murung). Puncak emosional pada masa remaja awal dikenal sebagai masa *storm and stress* (Jahja, 2011). Peningkatan emosional ini merupakan akibat dari perubahan fisik dan hormon yang terjadi pada masa remaja awal. Perubahan fisik pada remaja awal karena adanya hormon-hormon baru yang diproduksi oleh kelenjar endokrin yang berlangsung selama masa pubertas (Agustiani, 2009). Adanya hormon-hormon baru yang diproduksi menyebabkan remaja awal merasakan perubahan yang belum pernah dirasakan sebelumnya sehingga terdapat keterbatasan untuk

mengolah perubahan tersebut secara kognitif dan berpengaruh terhadap ketidakstabilan emosi remaja awal (Agustiani, 2009).

Masa remaja awal memiliki banyak tuntutan dan tekanan yang ditunjukkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, remaja awal harus lebih mandiri, dan bertanggung jawab. Jahja (2011) menyatakan bahwa masa remaja awal merupakan masa negatif karena pada masa ini ditandai dengan munculnya sifat-sifat negatif yang dilakukan oleh remaja awal seperti dalam prestasi, sikap sosial, maupun dalam bentuk agresif terhadap masyarakat. Perkembangan emosi yang belum stabil mengarahkan remaja terhadap berbagai permasalahan salah satunya perilaku agresif (Eva *et al*, 2021). Perilaku agresif menurut Goleman (2004) merupakan bentuk ketidakmampuan remaja dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Bentuk perilaku agresif salah satunya yaitu perkelahian yang terjadi antar pelajar, antar kampung atau desa bahkan antar negara (Ainni & Rusli, 2022). Oleh karena itu, remaja membutuhkan pengetahuan dan pemahaman tentang mengelola emosi agar dapat mengatasi konflik yang terjadi.

Remaja mengalami lebih banyak emosi negatif daripada tahapan kehidupan lainnya (Mclaughlin *et al.*, 2015) terutama pada remaja awal. Meskipun demikian, tidak jarang remaja menunjukkan hal-hal positif dalam perkembangan kognitif seperti dalam menyelesaikan masalah yang dilihat dari pengambilan keputusan yang tepat (Sprinthall & Collins, 1988). Perkembangan kognitif memperlihatkan perkembangan bagaimana cara anak berpikir untuk menyelesaikan masalah yang dapat dipergunakan sebagai tolak ukur kecerdasan. Individu yang menilai situasi yang dihadapi sebagai sesuatu yang positif akan mengembangkan respon emosi

yang positif, sebaliknya individu yang memberikan penilaian negatif terhadap situasi yang dihadapi akan mengembangkan emosi negatif (Gross, 2002). Selain keterampilan kognitif, remaja awal yang melalui perkembangan emosi sebaiknya memiliki kemampuan untuk mengubah sebuah rangsangan emosional, sehingga bisa menampilkan emosi yang positif dan mengubah respons emosi negatif agar sesuai dengan lingkungannya (Kim *et al.*, 2013).

Remaja sebaiknya mampu menampilkan perilaku adaptif dalam menghadapi situasi yang dapat menimbulkan emosi negatif, sehingga remaja awal membutuhkan regulasi emosi (Hasmarlin, 2019). Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk mengontrol, mengelola dan menyeimbangkan segala emosinya terutama emosi negatif sehingga dapat diungkapkan dengan tepat (Eisenberg, 2000). Kemampuan regulasi emosi ini akan terus berkembang sesuai dengan usia anak dan akan meningkat dengan bertambahnya usia anak, dan juga akan stabil pada fase perkembangan selanjutnya (Sala *et al.*, 2014). Regulasi emosi penting bagi remaja awal karena terlibat dalam banyak aspek perkembangan remaja awal (Perry *et al.*, 2018). Steinberg (2005) mengatakan bahwa terdapat perubahan dalam sistem kognitif dan afektif yang memengaruhi regulasi emosi pada masa remaja awal. Puncak dari munculnya gejala depresi seperti mudah tersinggung, mudah putus asa, kehilangan minat, dan marah terjadi di masa remaja sehingga penting bagi remaja memiliki kemampuan untuk meregulasi emosi yang baik (Saluja *et al.* 2004).

Penelitian yang dilakukan Choirunissa dan Ediati (2020) menemukan bahwa remaja awal dengan regulasi emosi yang rendah memiliki hubungan yang

signifikan dengan perilaku negatif seperti kenakalan remaja salah satunya yaitu perilaku *bullying* dan perilaku agresif. Morris *et al.* (2007) mengatakan bahwa dampak-dampak negatif yang dapat dilalui oleh remaja awal tidak akan terjadi apabila remaja dapat mengelola atau meregulasi emosinya. Sementara apabila seseorang tidak memiliki kemampuan yang baik dalam meregulasi emosi maka akan timbul dampak negatif, akibat belum memahami emosi dan kejadian yang seseorang tersebut alami maka seseorang akan sulit untuk memodifikasi emosi dalam penyelesaian masalah yang dihadapinya (Robertson *et al.*, dalam Nabilah, 2021). Hal ini juga didukung oleh Eisenberg *et al* (dalam Gross, 2007) yang mengatakan regulasi emosi yang baik dapat memiliki dampak positif bagi remaja awal baik dalam kesehatan fisik, tingkah laku, dan hubungan sosial.

Proses regulasi emosi yang dikemukakan oleh John & Gross (2004) menjelaskan bahwa ketika seseorang lebih sering menggunakan strategi *cognitive reappraisal* akan dikaitkan dengan hasil yang lebih adaptif salah satunya dalam mengatasi konflik daripada strategi *expressive suppression*. *Cognitive reappraisal* adalah strategi adaptif yang digunakan untuk mengelola aktivitas emosional dengan mengubah interpretasi atau penilaian seseorang terhadap suatu situasi (Ioannidis & Siegling, 2015). Penggunaan strategi regulasi emosi *expressive suppression* dianggap sebagai rencana tindakan yang maladaptif dan berfokus pada respon yang diterapkan saat respon emosi sudah terbentuk sebelumnya (Ioannidis & Siegling, 2015). Individu menekan atau menahan ekspresi emosi yang sebenarnya. Hal ini mengakibatkan penundaan dalam penanganan emosi, karena individu tidak menghadapinya secara langsung saat emosi muncul.

Remaja awal belajar tentang dunia emosional mereka melalui berbagai interaksi dengan anggota keluarga, guru, dan teman (Miller-Slough & Dunsmore, 2016). Orang tua mampu membantu remaja dalam mempelajari dan memahami, mengenal, maupun mengekspresikan emosi yang tepat ketika remaja mengalami masalah atau dilema (Pratiwi *et al.*, 2020). Menurut Zahn-Waxler (2010) sosialisasi emosi orang tua secara umum dapat membuat anak-anak meregulasi dan mengekspresikan emosinya dengan cara yang diharapkan. Gottman *et al.* (dalam Kılıç, 2014) menjelaskan bahwa sosialisasi emosi orang tua merupakan kesadaran terhadap emosi anak, penerimaan terhadap emosi anak, dan sejauh mana orang tua mengajarkan anak untuk mengontrol emosinya. Dalam penelitian Eisenberg *et al.* (1998) menjelaskan mengenai sosialisasi emosi orang tua yang mengacu pada bagaimana orang tua membantu anak untuk belajar, memahami, mengatur, mengatasi, mengekspresikan emosi, dan mendiskusikan emosi dengan anak.

Sosialisasi emosi orang tua, telah dikaitkan dengan kompetensi sosial remaja dan kesejahteraan psikologis melalui ekspresi dan regulasi emosi (Cui *et al.*, 2020). Penelitian telah menunjukkan bahwa sosialisasi emosi orang tua berhubungan dengan regulasi emosi remaja awal (Bosler, 2013). Gottman (1996) menemukan bahwa dorongan orang tua dengan diskusi yang terbuka tentang emosi mengarah pada regulasi emosi yang lebih baik. Ketika orang tua tidak terbuka tentang emosi, remaja akan lebih sering mengembangkan cara-cara yang tidak fleksibel, tidak konsisten, atau tidak dapat diprediksi dalam mengalami emosi dan memiliki kemampuan regulasi emosi yang buruk (Breux *et al.*, 2022).

Sosialisasi emosi orang tua menurut Fabes *et al.* (2002) memiliki dua tipe yaitu *supportive reactions* dan *nonsupportive reactions*. *Supportive reactions* merupakan respon orang tua terhadap ekspresi emosional remaja seperti reaksi suportif yang memvalidasi perasaan negatif remaja, remaja belajar mengelola emosi dengan cara yang relatif teratur dan konstruktif. Breaux (2021) menunjukkan bahwa orang tua yang lebih sering menggunakan praktik *supportive* memiliki remaja dengan penggunaan strategi regulasi emosi yang lebih adaptif selama diskusi konflik. Tanggapan sebaliknya dari orang tua yang *nonsupportive* yaitu seperti menghukum atau mengabaikan perasaan dapat termasuk penolakan, penilaian negatif, atau kurangnya dukungan emosional. Hal ini dapat mengganggu kemampuan remaja dalam mengatur emosi mereka secara efektif dan berkontribusi pada kesulitan dalam mengelola emosi dan mengatasi stres (Miller-Slough & Dunsmore, 2016).

Banyak perubahan terjadi selama masa remaja awal yang dapat memengaruhi regulasi dan ekspresi emosi oleh remaja serta praktik sosialisasi emosi yang digunakan oleh orang tua. Sementara sosialisasi emosi adalah topik yang cukup baru dalam literatur remaja awal (McKee *et al.*, 2018). Hal ini disebabkan, literatur sosialisasi emosi berasal dari sampel prasekolah dan masa kanak-kanak tengah (Eisenberg *et al.*, 1998). Selama 15 tahun terakhir, ada minat yang meningkat pada sosialisasi emosi orang tua selama masa remaja (Breaux, *et al.*, 2022). Kelangkaan penelitian sosialisasi pada masa remaja ini sangat disayangkan karena masa remaja terutama remaja awal merupakan perkembangan emosi yang kritis, karena hubungan remaja menjadi lebih kompleks (Brand &

Klimes-Dougan, 2010). Dengan demikian, penelitian terkini telah banyak difokuskan pada periode perkembangan remaja (Breux *et al.*, 2022).

Beberapa penelitian yang ada, telah menjelaskan bahwa salah satu penyebab maraknya kenakalan remaja dikarenakan remaja awal yang tidak mampu mengelola emosinya untuk berperilaku sesuai dengan situasi yang terjadi. Remaja awal membutuhkan regulasi emosi agar bisa memunculkan perilaku adaptif ketika dihadapkan kondisi yang menimbulkan emosi negatif. Dalam meregulasi emosi, remaja terutama remaja awal perlu belajar memahami emosional mereka melalui berbagai interaksi terutama orang tua, interaksi ini disebut dengan sosialisasi emosi. Penggunaan instrumen dalam beberapa penelitian sebelumnya menggunakan persepsi orang tua dalam melihat sosialisasi emosi, pada penelitian ini menggunakan instrumen sosialisasi emosi melalui persepsi remaja awal terhadap respons orang tuanya. Penggunaan instrumen dengan remaja awal sebagai partisipan, akan menurunkan potensi *social desirability*. *Social desirability* yaitu ketika seseorang memberikan tanggapan sesuai dengan yang diinginkan secara sosial, bukan memberikan tanggapan sesuai dengan dirinya.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan banyak penelitian sebelumnya yang telah meneliti peran antara sosialisasi emosi dan regulasi emosi pada remaja awal, namun penelitian yang membahas hubungan aspek-aspek dari sosialisasi emosi dan dimensi regulasi emosi masih sedikit maka pada penelitian ini peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan sosialisasi emosi orang tua dengan regulasi emosi pada remaja awal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *supportive reactions* dengan *cognitive reappraisal* pada remaja awal?
2. Apakah terdapat hubungan antara *supportive reactions* dengan *expressive suppression* pada remaja awal?
3. Apakah terdapat hubungan antara *nonsupportive reactions* dengan *cognitive reappraisal* pada remaja awal?
4. Apakah terdapat hubungan antara *nonsupportive reactions* dengan *expressive suppression* pada remaja awal?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara *supportive reactions* dengan *cognitive reappraisal* pada remaja awal
2. Untuk mengetahui hubungan antara *supportive reactions* dengan *expressive suppression* pada remaja awal
3. Untuk mengetahui hubungan antara *nonsupportive reactions* dengan *cognitive reappraisal* pada remaja awal
4. Untuk mengetahui hubungan antara *nonsupportive reactions* dengan *expressive suppression* pada remaja awal

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya serta berkontribusi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan atau kajian psikologi, berkaitan dengan hubungan sosialisasi emosi dengan regulasi emosi pada remaja awal.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Remaja

Manfaat penelitian bagi remaja agar dapat memahami mengenai regulasi emosi dan pentingnya sosialisasi emosi pada remaja terutama remaja awal. Diharapkan remaja memiliki regulasi emosi yang baik regulasi emosi yang baik dan memahami cara meningkatkannya yaitu dengan meningkatkan komunikasi dengan orang tua melalui sosialisasi emosi orang tua.

b. Orang Tua

Manfaat penelitian bagi orang tua yaitu agar orang tua dapat memahami pentingnya sosialisasi emosi pada remaja awal. Diharapkan agar orang tua lebih memperhatikan dan berusaha untuk melakukan sosialisasi emosi dengan anak mereka sehingga membentuk regulasi emosi yang baik pada diri remaja.

c. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dan tambahan wawasan khususnya mengenai sosialisasi emosi dan regulasi emosi terutama pada remaja awal bagi peneliti selanjutnya.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini sebagai berikut.

BAB I : Bab ini berisi uraian berupa latar belakang masalah yang diteliti, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat teoritis dan praktis penelitian, serta sistematika penulisan skripsi.

BAB II : Bab ini berisi uraian tinjauan teoritis dan penelitian-penelitian terdahulu yang berhubungan dengan permasalahan yang diteliti, kerangka berpikir, dan hipotesis penelitian.

BAB III : Bab ini berisi variabel penelitian yang diteliti, populasi beserta teknik pengambilan sampel penelitian, metode pengumpulan data beserta alat ukur variabel, tahapan penelitian, dan metode analisis data hasil penelitian.

BAB IV : Bab ini berisi uraian terkait hasil penelitian, interpretasi data, dan pembahasan.

BAB V : Bab ini mencakup kesimpulan serta saran metodologis dan saran praktis