

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Panti asuhan merupakan lembaga kesejahteraan sosial pada anak. Lembaga ini memiliki fungsi pengawasan terhadap perkembangan fisik dan psikis anak yang tidak memiliki keluarga atau terkendala secara ekonomi (Af Vizza & Ningsih, 2019). Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia, panti asuhan merujuk pada kelembagaan sosial guna melayani kesejahteraan serta kehidupan sosial anak-anak yang terpisah dengan orang tuanya atau yang mengalami kesulitan ekonomi. Pelayanan yang diberikan berupa penyantunan, pengasuhan dan perwalian anak asuh guna pemenuhan kebutuhan fisik, mental serta sosialnya. Berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2017, anak yang diasuh di panti asuhan mulai dari yang berusia 0 tahun hingga yang sudah memasuki usia remaja (maksimal usia 18 tahun).

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2018), anak asuh usia remaja ini menempati sebanyak 2,5% dari total populasi remaja yang ada di Indonesia. Angka tersebut meningkat di setiap tahunnya. Dalam kurun waktu tiga tahun, di daerah Kota Padang, populasi remaja panti asuhan terus mengalami peningkatan. Jumlah anak asuh pada tahun 2020 sebanyak 1.240 orang, tahun 2021 sebanyak 1253 orang dan tahun 2022 sebanyak 1344 orang.

Anak asuh yang berada di usia remaja dipandang sebagai kelompok yang sangat riskan mengingat masa ini merupakan masa kritis bagi individu dalam periode fisik, psikologis, kognitif, sosial dan pengekspresian emosi (Priyanka et al., 2018). Perubahan aktivitas di area prefrontal akan berkaitan dengan fluktuasi emosi remaja yang cenderung tidak stabil sehingga dibutuhkan pengendalian emosi yang baik. Pengendalian tersebut akan berkaitan dengan kemampuan untuk memperhatikan dan merefleksikan keadaan emosi kepada pemecahan masalah yang lebih terencana. Sedangkan, pada masa ini kendali akan emosi tersebut justru mengalami penurunan (Casey et al., 2019). Penurunan kendali inilah yang menyebabkan tindakan individu menjadi lebih tidak terarah. Kondisi-kondisi tersebut akan berkaitan dengan kemampuan individu dalam pengendalian emosi yang sering disebut sebagai regulasi emosi.

Gratz dan Roemer (2004) mengemukakan bahwa regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu dalam menerima, menyadari, dan memahami emosi yang dirasakan; mampu dalam pengendalian respon atau perilaku impulsif; serta mampu untuk menemukan strategi dalam mengelola emosi. Berdasarkan teori tersebut, remaja dikatakan mampu meregulasi emosinya jika memiliki kemampuan-kemampuan pada berbagai dimensi berikut, antara lain *acceptance*, *goal*, *control easies*, *awareness*, *strategies* dan *clarity*. Sedangkan remaja yang menunjukkan kesulitan-kesulitan pada dimensi tersebut akan mengarahkannya pada disregulasi emosi.

Pertama, dimensi *acceptance* mengacu pada kecenderungan individu untuk mampu menerima kondisi *distress* dan tidak merasakan emosi negatif tambahan saat menyalurkan emosi negatifnya. Kedua, dimensi *goal* merujuk pada kecenderungan individu untuk mampu berkonsentrasi serta melakukan penyelesaian tugas meski sedang merasakan emosi negatif. Ketiga, dimensi *control easies* mengacu pada pengendalian perilaku saat mengalami emosi negatif. Keempat, dimensi *awareness* merujuk pada kecenderungan untuk dapat menyatakan dan menampilkan emosi. Kelima, dimensi *strategies* mengacu pada keyakinan individu akan adanya cara-cara efektif yang dapat dilakukan dalam mengelola emosi. Terakhir, dimensi *clarity* merujuk pada kecenderungan untuk mengetahui secara jelas emosi yang dirasakan.

Dimensi-dimensi tersebut melihat ada atau tidaknya kesulitan yang dirasakan remaja sehingga mengarahkan individu pada kemampuan meregulasi emosi atau disregulasi emosi. Kemampuan individu dalam meregulasi emosi ini tentu akan mengarahkan remaja untuk memiliki kendali yang cukup baik dan bersikap hati-hati terhadap emosi yang muncul. Individu juga memiliki keluwesan dalam menghadapi perubahan atau tantangan serta memiliki pandangan yang positif terhadap diri maupun lingkungan (Goleman, 2000). Disamping itu, individu yang mengalami disregulasi emosi cenderung akan menarik diri atau mengembangkan perilaku agresif (Nazarboland et al., 2019). Kecenderungan disregulasi emosi pada remaja panti asuhan dapat dilihat berdasarkan kesulitan pada dimensi-dimensi regulasi emosi.

Berdasarkan studi awal pada delapan orang anak asuh usia remaja panti asuhan, diperoleh gambaran terkait kesulitan-kesulitan dalam meregulasi emosi yang

dirasakan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, tujuh dari delapan remaja panti asuhan yang diwawancarai mengungkapkan bahwa mereka mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas atau pekerjaan yang dimiliki saat merasakan emosi negatif. Saat sedang sedih/marah/kesal terhadap suatu hal, individu akan cenderung fokus terhadap permasalahan tersebut. Akibatnya, mereka lebih memilih untuk sementara meninggalkan atau tidak mengerjakannya sama sekali. Kondisi tersebut mengacu pada kesulitan yang dihadapi pada dimensi *goals* atau yang disebut sebagai *difficulties engaging in goal-directed behavior (goals)*.

Selanjutnya, wawancara sebagai studi awal juga peneliti lakukan pada tiga orang pengasuh atau pengurus dari kedua panti asuhan yang terletak di Kota Padang. Ketiga pengasuh tersebut mengungkapkan bahwa seringkali saat anak asuh ditegur atau menghadapi suatu hambatan, mereka akan berperilaku agresif sebagai bentuk pengungkapan kekesalan dan kemarahannya. Bentuk perilakunya berupa berteriak-teriak, marah-marah, mendongkol dan mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas. Remaja panti asuhan pun mengungkapkan bahwa saat mereka sedih/kesal/marah, seringkali merasakan kesulitan untuk mengendalikan sikap ataupun perilaku sehingga cenderung menyalahkan orang lain, membentak dan mengeluarkan kata-kata umpatan. Kesulitan dalam mengendalikan inilah yang merujuk pada dimensi *control easies* atau disebut sebagai *impulse control easies*.

Secara umum, kesulitan-kesulitan yang dirasakan oleh remaja panti asuhan dalam mengendalikan emosi ini dapat terlihat dari perilaku yang ditampilkan. Hal ini disebabkan oleh emosi yang terkendali akan menghasilkan perilaku yang juga

terkendali (Diananda, 2020). Perilaku tersebut berperan sebagai bentuk dalam pengekspresian emosi yang dirasakan. Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh Aqila et al. (2022), bentuk perilaku yang tidak terkendali ini dapat dilihat dari pelanggaran peraturan panti asuhan yang dilakukan oleh sebanyak 83% remaja panti asuhan. Selanjutnya, menurut Astuti dan Kawuryan (2019), terdapat sebanyak 67% remaja ini mempunyai perilaku maladaptif seperti suka memberontak, berperilaku agresif dan cenderung tidak bertanggung jawab atas suatu konsekuensi.

Tingginya tingkat kesulitan yang dihadapi dapat mengarahkan pada disregulasi emosi atau kesulitan dalam mengendalikan emosi serta perasaan yang dimiliki. Didukung oleh Safrudin (2021) bahwa sebanyak 63,09% remaja di panti asuhan rendah kemampuan regulasi emosinya atau merasa sulit untuk mengendalikan emosi. Lebih spesifiknya, kemampuan yang rendah ini dialami oleh remaja awal yang berusia 10-15 tahun sebesar 49,03%. Selanjutnya, dialami oleh remaja tengah yang berusia 15-18 tahun sebesar 52,88%.

Beda halnya dengan studi literatur yang peneliti lakukan. Berdasarkan penelitian oleh Nurmalita dan Hidayati (2014), diperoleh bahwa remaja panti asuhan yang diteliti berada dalam kategori tinggi (68%). Hal ini juga didukung oleh Arnesty dan Pedhu (2023) yang menyatakan bahwa sebanyak 71% remaja asuh menunjukkan tingkat regulasi emosi yang tinggi. Kemampuan ini dapat ditunjukkan dari kecenderungan remaja panti asuhan yang mampu untuk mengontrol diri, memiliki toleransi terhadap situasi yang menyebabkan frustrasi, berpandangan positif pada diri dan orang lain serta memiliki sikap berhati-hati (Goleman, 2000). Perbedaan

kemampuan meregulasi emosi ini dapat dilihat dari pemenuhan kebutuhan yang terkait dengan perkembangan emosi remaja itu sendiri.

Pada panti asuhan, remaja ini memiliki latar belakang berupa tidak adanya orang tua atau terlantar karena faktor ekonomi ini, mengalami kehilangan perhatian dan dukungan dari orang tua untuk membantu proses tumbuh dan kembangnya (Kaur et al., 2018). Termasuk pada perkembangan regulasi emosi yang mana konteks atau lingkungan dimana remaja dibesarkan dapat mendukung maupun menghambat keterampilan belajarnya dalam mengekspresikan emosi (Cole, 2014). Menurut Herd et al. (2020), regulasi emosi remaja sangat dipengaruhi oleh konteks emosional keluarga yang dicerminkan dari regulasi emosi orang tua, pengasuhan terhadap anak dan kualitas hubungan antara orang tua-remaja.

Kesulitan yang dirasakan dalam meregulasi emosi ini dapat berkaitan dengan peran dari orang tua yang hilang atau disebut *parental loss or loss of attachment figure* (Shekhawat & Gopalan, 2023). Mereka tidak merasakan *feelings of warmth, love, care, dan secure* dari orang tua yang disebabkan oleh kehilangan *emotional contact*. Selanjutnya, mereka juga tidak mendapatkan peranan orang tua sebagai agen sosialisasi untuk mengarahkannya dalam mengamati serta memahami respon dan tampilan emosi yang sesuai. Oleh karena itu, pola pengasuhan, kehangatan dan pengawasan dari orang tua yang tidak diperoleh inilah yang dapat mengarahkan remaja panti asuhan pada tingginya tingkat kesulitan yang dihadapi saat regulasi emosi (Qonitatin et al., 2020). Selanjutnya, lingkungan panti asuhan yang tidak dapat

diprediksi pun dapat mempengaruhi dan meningkatkan tantangan dalam meregulasi emosi yang dihadapi oleh remaja panti asuhan (Sadeghzadeh, 2023).

Permasalahan yang dialami oleh remaja juga akan berkaitan dengan keterbatasan mereka dalam menyalurkan atau mengungkapkan perasaannya kepada pengasuh. Hal ini disebabkan oleh terbatasnya jumlah pengasuh yang ada sehingga tidak dapat merangkul keseluruhan kebutuhan anak asuh (Kurnia Illahi & Akmal, 2018). Mereka sering merasa kurang mendapatkan perhatian dan kesempatan untuk mengungkapkan perasaan yang dimiliki (Aditya S & Permatasari, 2021). Selanjutnya, dalam pemenuhan peran baik itu sebagai pengganti atau wali bagi anak-anak belum dapat dilakukan secara optimal. Dengan demikian, kurang atau tidak terpenuhinya kebutuhan remaja panti asuhan inilah yang mendukung mereka untuk meninjau kembali figur lain yang terkait.

Figur lain yang dapat membentuk ikatan lebih erat yaitu teman sebaya. Hal tersebut juga dilihat dari orientasi sosialnya yang menunjukkan bahwa perhatian sudah mulai banyak tertuju pada teman sebaya (Kholifah & Sodikin, 2020). Pada lingkungan panti asuhan, anak asuh akan selalu menjalani aktivitasnya bersama dengan teman-teman mengingat serangkaian kegiatan yang sudah diatur oleh pengurus untuk selalu dilakukan secara bersama-sama. Mereka tinggal di bawah satu atap yang sama dengan berbagai aktivitas lainnya yang juga dilakukan secara bersama. Hal inilah yang terus membentuk pola interaksi. Menurut Mansoer et al. (2019), setiap rangkaian kegiatan tersebut dapat meningkatkan rasa persaudaraan dan persahabatan antar mereka. Menurut Santrock (2013), persahabatan ini akan

mengarah pada keakraban dan ikatan emosional yang kuat dengan teman seusia sehingga menghadirkan makna kelekatan (*attachment*).

Kelekatan teman sebaya atau *peer attachment* didefinisikan sebagai relasi yang dijalin oleh individu dengan teman seumurannya dengan pemberian dukungan secara sosial, emosional, dan kenyamanan psikologis. Lebih lanjut Armsden dan Greenberg (1987), mengemukakan bahwa *peer attachment* adalah kelekatan dalam suatu hubungan yang dijalin antar individu dengan baiknya komunikasi dan sistem kepercayaan yang terjalin. Komunikasi dan sistem kepercayaan tersebut berasal dari anggapan yang menyatakan bahwa teman sebaya lebih baik dalam memahami perasaannya dengan dibandingkan orang-orang dewasa (Ningrum, 2021).

Trust (kepercayaan), komunikasi, perasaan ketergantungan, keamanan dan kenyamanan yang berkaitan dengan *peer attachment* tersebut ternyata dapat berpengaruh pada adaptasi regulasi emosi (Lestari & Satwika, 2018); Armsden & Greenberg, 1987). Kelekatan teman sebaya yang sudah terbentuk akan mengarahkan individu untuk mengekspresikan perasaan, pikiran dan emosi yang dirasakan (Lestari & Satwika, 2018). Hal tersebut berkaitan dengan perasaan untuk ingin saling berbagi permasalahan yang dihadapi dengan berlandaskan kenyamanan, perasaan dicintai, serta dimengerti.

Kelekatan teman sebaya yang terbentuk pada remaja panti asuhan dapat dikelompokkan dalam dua kategori besar, yaitu *secure attachment* dan *insecure attachment* (Santrock, 2013). Pada remaja panti asuhan, kelekatan aman ini mengacu pada hubungan pertemanan dengan komunikasi yang baik, dapat mengerti hal yang

dirasakan oleh temannya, merasa aman serta nyaman saat berinteraksi. Bagi yang mendapatkan *secure attachment* ini maka ia akan cenderung memiliki rasa percaya diri, optimisme dan memiliki kemampuan dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti di salah satu panti asuhan di Kota Padang, remaja asuh mengungkapkan bahwa mereka cenderung saling terbuka dan berbagi permasalahan kepada teman yang paling dirasa aman serta mampu memberikan kenyamanan.

Disamping itu, remaja panti asuhan yang mengalami *insecure attachment* akan mengacu pada komunikasi yang tidak terjalin, menjadi lebih individual, tidak saling memahami satu sama lain dan tidak senang dengan interaksi yang terjadi. Menurut Ward et al. (2017), *insecure attachment* ini juga dapat mengacu pada memandang diri dan interaksi sosial secara negatif, melihat orang lain sebagai individu yang tidak dapat diandalkan serta kurangnya keinginan individu dalam mengembangkan ikatan kelekatan. Hal tersebut cenderung akan memberikan respon negatif terhadap lingkungan dengan melakukan penarikan diri, kurang nyaman untuk menjalin kedekatan, emosi yang bergejolak dan tidak ingin bergantung pada orang lain (Paramitha & Wideasavitri, 2018).

Penjelasan-penjelasan di atas mengacu pada keterkaitan yang dimiliki oleh *peer attachment* pada remaja panti asuhan dengan kemampuan meregulasi emosi (Lestari & Satwika, 2018). Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang juga membahas hal yang serupa. Berdasarkan penelitian oleh Rachmah (2019) bahwa *peer attachment* terbukti berhubungan dengan regulasi emosi pada remaja panti asuhan

“X” di Surabaya. Keterkaitan yang terbentuk, yaitu hubungan positif yang mana jika *peer attachment* tinggi maka regulasi emosi pada remaja panti asuhan pun tinggi.

Namun pada penelitian yang dilakukan oleh Rachmah tersebut, teori yang dijadikan sebagai rujukan dasar membagi remaja panti asuhan ke dalam strategi yang digunakan saat meregulasi emosi, yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Teori ini belum melihat kesulitan-kesulitan yang dapat dihadapi sehingga akan berkaitan dengan kemampuan atau ketidakmampuan remaja dalam regulasi emosi. Oleh sebab itu, pada penelitian ini, peneliti menggunakan alat ukur *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS) dari Gratz dan Roemer (2004). Hal tersebut bertujuan untuk melihat kemampuan regulasi emosi remaja panti asuhan berdasarkan kesulitan-kesulitan yang dapat dirasakannya.

Berdasarkan pemaparan di atas, penting untuk dilakukan penelitian terkait “Hubungan yang Signifikan antara *Peer Attachment* dengan Regulasi Emosi pada Remaja Panti Asuhan.”

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada remaja panti asuhan?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi remaja panti asuhan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan berfungsi sebagai sumber literatur terbaru yang digunakan untuk memahami hubungan yang signifikan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada remaja panti asuhan. Selanjutnya, hasil penelitian ini juga diharapkan untuk dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat dari penelitian ini secara praktis, antara lain

- a. Bagi remaja yang tinggal di panti asuhan, semoga penelitian ini dapat menambah pengetahuan serta pandangan terkait bagaimana hubungan yang signifikan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi sehingga remaja dapat mengetahui hal-hal terkait yang bisa dilakukan untuk mengelola, mengekspresikan dan mengatur emosi agar dapat difungsikan secara tepat.
- b. Bagi pengurus panti asuhan, semoga penelitian ini dapat menambah pengetahuan serta pemahamannya terkait kebutuhan perkembangan anak yang ada di panti asuhan dengan mencegah berbagai kemungkinan yang datang.