

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

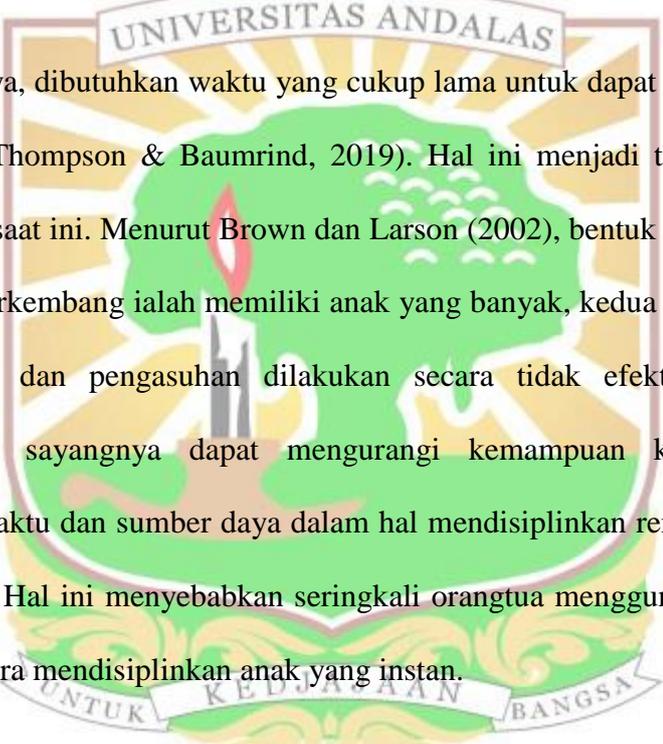
Menurut Santrock (2016), masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional. Perubahan-perubahan yang dialami remaja merupakan hal yang penting untuk remaja dalam mempersiapkan diri menuju masa dewasa. Menurut Santrock (2012), masa remaja dimulai semenjak usia 10-12 tahun hingga 18-21 tahun. Untuk sebagian remaja, masa remaja merupakan masa meningkatnya sifat memberontak, konflik dengan orangtua, serta ketidaksabilan emosi (Papalia, Olds, & Feldman, 2009).

Selama masa remaja, orientasi remaja mulai bergerak ke arah autonom atau mandiri dan waktu yang dihabiskan bersama keluarga makin berkurang (Larson, 1996). Padahal, keluarga merupakan bagian penting yang mempengaruhi perkembangan remaja (Corcos & Jeammet, 2006). Dalam setting keluarga, masa remaja merupakan periode rentan berkembangnya *disorder* yang dapat mempengaruhi kehidupan hingga dewasa (Ormel et al., 2013). Sebagai contoh, penelitian mengenai gaya *parenting* dan *psychosocial well-being* menunjukkan bahwa hubungan orangtua-remaja yang kuat berasosiasi dengan rendahnya masalah perilaku eksternal dan internal pada remaja (Rohner & Britner, 2002).

Menurut teori dari *parenting*, salah satu tugas orangtua adalah mengajarkan anaknya cara untuk berfungsi secara efektif baik dalam keluarga maupun dalam masyarakat (Hoskins, 2014). Namun, dalam saat yang bersamaan orangtua juga harus memperhatikan kebutuhan anak dalam hal kemandirian atau autonomi (Joussement, Landry, & Koestner, 2008). Hal ini biasanya dialami oleh orangtua yang memiliki anak remaja, dimana hubungan antara orangtua-anak mulai bergerak menjadi lebih sedikit hierarki dan lebih horizontal (Branje, Laursen, & Collins, 2013). Namun, orangtua seringkali masih merasa khawatir tentang kemampuan anak remajanya dalam menghadapi masalah dan emosi, bahkan pada masalah yang dianggap remaja sebagai masalah pribadi (Lissa, Keizer, Lier, Meeuz, Branje, 2017).

Remaja ingin dapat menyelesaikan masalahnya sendiri sebagai bentuk autonominya atau kemandiriannya. Kemandirian remaja yang meningkat dapat menimbulkan konflik. Remaja seringkali bertindak secara mandiri dan memilih aktivitas serta teman mereka sendiri (Frankel, Hughes, O'Connor, Power, Fisher, & Hazen, 2012). Hal ini menyebabkan remaja gampang terpengaruh dan berpotensi melakukan perilaku yang tidak diinginkan. Saat seperti ini, salah satu bentuk pengasuhan orangtua adalah dengan terus mengawasi, memberikan contoh model perilaku yang baik, membuat peraturan yang konsisten, tetapi tetap membiarkan remaja untuk meningkatkan kemandiriannya (Kobak, Zajac, Abbott, Zisk, & Bounoua, 2017). Maka, keinginan remaja untuk mandiri seringkali bertentangan dengan keinginan orangtua untuk membesarkan dan mengasuh anak dengan baik.

Parenting merupakan tugas orangtua dalam membesarkan anaknya dan memenuhi kebutuhan mereka dalam perkembangan fisik, emosional, kognitif, dan sosial (Patrick dan Gibbs, 2012). Mendisiplinkan remaja merupakan salah satu bagian penting dari *parenting* dan merupakan tanggung jawab yang sulit bagi orangtua. Menerapkan *parental discipline* pada remaja merupakan hal yang membutuhkan waktu dan energi (Amato, 2005). Sehingga hal tersebut dapat menjadi tantangan bagi orangtua dalam mendisiplinkan anaknya.



Sejatinya, dibutuhkan waktu yang cukup lama untuk dapat mengasuh anak dengan baik (Thompson & Baumrind, 2019). Hal ini menjadi tantangan untuk orangtua pada saat ini. Menurut Brown dan Larson (2002), bentuk umum keluarga pada negara berkembang ialah memiliki anak yang banyak, kedua orangtua sering harus bekerja, dan pengasuhan dilakukan secara tidak efektif. Perubahan-perubahan ini sayangnya dapat mengurangi kemampuan keluarga untuk memberikan waktu dan sumber daya dalam hal mendisiplinkan remaja (Brown & Larson, 2002). Hal ini menyebabkan seringkali orangtua menggunakan hukuman fisik sebagai cara mendisiplinkan anak yang instan.

Walaupun peneliti menunjukkan bahwa hukuman fisik berhubungan negatif dengan perilaku remaja, tetapi efek dari *parental discipline* juga dapat beragam tergantung dari konteks keluarga dan juga perilaku orangtua lainnya (Hoskins, 2014). Peneliti menunjukkan bahwa keluarga yang tinggal dalam kemiskinan lebih besar kemungkinannya dalam menggunakan *corporal punishment* (bagian dari *harsh discipline*) ketika memberikan *parental discipline* (Albrig & Tamis-Lemonda, 2002). Namun, konsekuensi dari *corporal*

punishment dapat beragam tergantung seberapa sering orangtua menunjukkan *parenting* yang efektif dan tingkat keparahan dari *corporal punishment*.

Kata disiplin dapat berarti untuk memberikan dan mengajari pengetahuan dan *skill* kepada anak (Morris et al., 2007). Terdapat banyak bentuk disiplin, salah satunya adalah *parental discipline*. *Parental discipline* merupakan suatu bentuk pendisiplinkan yang dilakukan oleh orangtua untuk mencegah masalah perilaku remaja (Straus & Fauchier, 2007). Namun, *parental discipline* seringkali dianggap sebagai mengendalikan dan menghukum anak. Terdapat banyak kontroversi mengenai bagaimana cara yang tepat dalam mendisiplinkan remaja dan orangtua seringkali kebingungan tentang cara yang efektif dalam menerapkan *parental discipline* (Tang, 2006).

Parental discipline yang tidak konsisten terjadi ketika orangtua memberikan hukuman yang tidak dapat ditebak pada perilaku remaja yang sama. Disiplin yang tidak konsisten dapat mengarah pada perilaku maladaptif (Stephen & Udisi, 2016). Penelitian menunjukkan bahwa *parental discipline* yang tidak konsisten berkorelasi positif dengan agresi dan depresi (Vecchio & O'Leary, 2006). Akibat dari *parental discipline* yang tidak konsisten dan kurangnya pengawasan, remaja merasa tidak dicintai dan tidak mendapatkan perhatian yang mereka butuhkan (Meier, Musick, Flood, Dunifon, 2005).

Disisi lain, disiplin yang konsisten diasosiasikan dengan hasil yang positif pada remaja. Peneliti menemukan bahwa *parental discipline* yang konsisten dihubungkan dengan *adjustment* yang positif pada remaja (Leidy et al., 2011).

Penelitian oleh Barnow, Schuckit, Lucht, John, dan Frewyberger (2002) menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *parental discipline* yang tinggi lebih resilien terhadap pengaruh teman sebaya dikarenakan norma dan nilai yang ditanamkan orangtua mengurangi keinginan remaja dalam penggunaan obat-obatan. Selain itu, terdapat penelitian yang menunjukkan hubungan antara tingginya ketidakonsistenan *parental discipline* dengan masalah perilaku pada remaja. Sebagai contoh, *parental discipline* yang tidak konsisten diasosiasikan dengan masalah *psychological adjustment* pada remaja seperti depresi dan kecemasan. (Dodge, Koie, & Lynam, 2006).

Parental discipline yang tidak efektif dapat menimbulkan masalah psikologis pada remaja. Sebagai contoh, *harsh discipline* disertai dengan ketidakkonsistenan dalam disiplin memiliki hubungan dengan perilaku agresif pada remaja (Danforth, Barkley, & Stokes, 1991). Contoh lainnya ialah penelitian mengenai *harsh discipline* atau disiplin kasar yang tinggi menunjukkan adanya hubungan dengan depresi, kecemasan, dan masalah adaptif lainnya pada remaja (Zhao, Chen, & Wang, 2015). *Harsh discipline* merupakan salah satu bentuk disiplin yang paling sering digunakan oleh orangtua dalam mendisiplinkan anak (Wang, Wang, Xing, 2018). Hal ini dikarenakan *harsh discipline* dianggap sebagai cara pendisiplinan remaja yang paling praktis dan cepat (Y Lee, Watson, KH Lee 2015).

Harsh discipline seperti mengancam, berteriak, atau memarahi sebagai bentuk respon dari perilaku remaja memiliki hubungan dengan masalah perilaku eksternal pada remaja (Catalano & Hawkins 1996). Penelitian oleh Bender, dkk

(2007) menunjukkan bahwa penggunaan *harsh discipline* baik pada ibu maupun ayah berhubungan dengan depresi remaja dan masalah perilaku eksternal remaja. Penelitian lain menunjukkan bahwa *harsh discipline* yang dilakukan oleh ayah menunjukkan meningkatnya agresi pada anak laki-laki, tetapi tidak pada anak perempuan (Chang, Schwartz, Dodge, McBride-Change, 2003).

Penelitian juga menunjukkan bahwa *parental harsh discipline* memiliki hubungan negatif dengan regulasi emosi pada remaja. Sebagai contoh, orangtua yang menunjukkan kemarahan atau *corporal punishment* pada remaja pada situasi yang buruk dapat membuat anak mengobservasi dan meniru respon disregulasi emosi dari orangtua (Wang, Wang, Xing, 2018). Calkins (1998) juga menemukan hubungan positif antara menghukum, memukul tangan, dan mendorong anak dengan regulasi emosi pada remaja. Selain itu sebuah studi longitudinal menunjukkan bahwa penganiayaan (*maltreatment*) dari orangtua berkontribusi dalam jeleknya regulasi emosi pada anak umur 8 tahun (Kim-Spoon, 2013).

Keinginan orangtua untuk membesarkan anaknya dengan baik bisa saja memotivasi mereka untuk merespon disregulasi emosi remaja secara aktif, seperti yang mereka lakukan pada anak-anak. Dibandingkan anak-anak yang membutuhkan bimbingan yang besar dalam hal regulasi emosi, remaja lebih membutuhkan orangtuanya mendukung kemampuan regulasi emosi remaja secara mandiri (Saritas, Grusec, & Gencoz, 2013). Remaja dapat menganggap keterlibatan orangtua tersebut sebagai ancaman untuk mereka dapat tumbuh secara mandiri atau autonom (Allen & Manning, 2007).

Akibat dari merasa terancam, remaja bisa saja menarik diri dari orangtua dan tidak lagi meminta dukungan dari orangtua. Jika orangtua ikut campur dalam area yang dianggap remaja sebagai masalah pribadi seperti pengalaman emosional remaja, maka hal ini dapat menimbulkan distress emosional bagi remaja (Meeus, 2016). Hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa perkembangan sensitif yang memerlukan matangnya regulasi emosi. Pada masa remaja, kemampuan regulator sementara berkurang dikarenakan meningkatnya perubahan hormon yang menyebabkan remaja lebih responsif terhadap perubahan emosional (Somerville, Jones, & Casey, 2010).

Selama masa remaja, situasi yang menantang secara emosional menjadi lebih sering dan intens (Gross, 2014). Remaja dapat merasa sangat bahagia dan kemudian merasa sedih secara tiba-tiba. Selain itu remaja kesulitan dalam mengekspresikan emosinya dengan benar. Hanya karena masalah kecil, remaja bisa saja menunjukkan kemarahan yang tidak terkendali kepada orangtuanya. Selain itu, Steinberg (2005), terdapat beberapa perubahan signifikan dalam sistem kognitif dan afektif selama masa remaja yang dapat mempengaruhi regulasi emosi remaja. Karena masa remaja merupakan puncak dari munculnya gejala-gejala depresif sehingga penting bagi remaja memiliki regulasi emosi yang memadai (Saluja, et al. 2004).

Morris dkk (2007) mengatakan bahwa dampak-dampak negatif yang dapat dilalui oleh remaja tidak akan terjadi apabila remaja dapat mengelola atau meregulasi emosinya. Regulasi emosi dapat mempengaruhi seluruh aspek termasuk kesehatan mental serta fisik dan hubungan yang dijalin dengan sesama

individu (Koole, 2009). Hal ini juga didukung oleh Eisenberg, Hofer, dan Vaughan (2005) (dalam Gross, 2008) yang mengatakan regulasi emosi yang baik dapat memiliki dampak positif bagi remaja baik dalam kesehatan fisik, tingkah laku, dan hubungan sosial. Sehingga, regulasi emosi merupakan hal yang penting untuk dimiliki remaja agar dapat berfungsi secara baik dalam kehidupan sehari-hari (Rutherford, Wallace, Laurent & Mayes, 2015).

Regulasi emosi penting untuk dimiliki remaja karena regulasi emosi terlibat dalam banyak aspek perkembangan remaja (Perry, Dollar, Calkins, Keanne, & Shanahan 2018). Gross (2015) menyatakan bahwa regulasi emosi mengacu pada membentuk emosi yang dimiliki, kapan emosi dimiliki, dan cara emosi tersebut diekspresikan. Sehingga, regulasi emosi berfokus pada bagaimana emosi itu diregulasi, dibandingkan bagaimana emosi meregulasi hal lainnya.

Belakangan ini, makin banyak penelitian yang meneliti pentingnya peran orangtua dalam perkembangan regulasi emosi pada remaja (Bariola, Gullone, & Hughes, 2011). Pada awalnya, perkembangan dari regulasi emosi dianggap secara utuh disebabkan oleh proses neurobiologis dan kemampuan kognitif dari individu. Namun perkembangan penelitian mulai menyadari bahwa orangtua atau *caregiver* memiliki peran penting dalam perkembangan regulasi emosi dari remaja (Thompson, 2007). Orangtua membentuk regulasi emosi yang efektif sebagai regulator eksternal masa *infant*, *me-modeling* regulasi emosi yang efektif, dan memperkuat penggunaan strategi emosi regulasi yang efektif pada masa remaja (Mannarini, Balottin, Palmieri, & Carotenuto, 2018). Sehingga, penting untuk

melihat pentingnya peran orangtua dalam perkembangan regulasi emosi pada remaja.

Kapasitas individu untuk meregulasi emosinya berubah sepanjang masa hidupnya, dengan penelitian perkembangan emosi biasanya fokus pada masa kanak-kanak (Bariola, Hughes, & Gullone, 2012). Jika dibandingkan dengan anak-anak, remaja lebih memiliki dan sadar dengan pentingnya regulasi emosi, tetapi seringkali regulasi emosi yang dimiliki remaja kurang memadai (Santrock, 2016). Sehingga, dalam perkembangan regulasi emosi remaja, remaja masih membutuhkan bimbingan dari orangtua.

Terdapat tiga bagian penting dimana orangtua mempengaruhi regulasi emosi dalam perkembangan remaja. Pertama, remaja belajar regulasi emosi melalui *modeling* dan observasi regulasi emosi dari orangtua. Kedua, orangtua membimbing anaknya dalam perkembangan regulasi emosinya melalui usaha sosialisasi dan bagaimana respon orangtua terhadap emosi anak. Kedua perilaku ini membantu remaja dalam belajar, mengidentifikasi dan mengendalikan emosinya dengan bantuan dari orangtua. Ketiga, cara pendisiplinan yang dilakukan di keluarga, baik hangat dan suportif atau keras dan mengendalikan, mempengaruhi perkembangan regulasi emosi (Morris, Robinson, Heller, Sceeringa, Boris, & Smyke, 2009).

Terdapat dua strategi regulasi emosi yang sering digunakan oleh orang dewasa termasuk orang tua, yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. *Cognitive reappraisal* merupakan regulasi emosi dimana individu

menggunakan kognitifnya untuk mengubah cara pikirnya terhadap suatu situasi untuk mengganti dampak emosionalnya (John & Gross, 2004). Contohnya adalah ketika anak berperilaku buruk, orang tua mungkin saja mengurangi emosi negatif mereka dengan cara *cognitive reappraisal* dengan menganggap bahwa perilaku tersebut merupakan hal wajar pada remaja awal. Sedangkan *expressive suppression* merupakan regulasi emosi dimana individu menyembunyikan perilaku emosinya (John & Gross, 2004). Sebagai contohnya ketika orang tua merasa frustrasi dengan anaknya, orang tua yang menggunakan *expressive suppression* menghindari berbicara dengan anaknya untuk menyembunyikan kemarahan atau kesedihan mereka.

Penelitian-penelitian mengenai regulasi emosi dan *parental discipline* menunjukkan hasil yang beragam. Sebagai contoh, Lorber (2012) menemukan bahwa baik *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* menunjukkan adanya hubungan dengan *harsh discipline*. Pada penelitian lainnya, Kohlhoff dkk. (2016) menunjukkan bahwa *cognitive reappraisal* berhubungan negatif dengan *harsh discipline* dan *expressive suppression* berhubungan positif dengan *harsh discipline*.

Walaupun terdapat banyak penelitian yang membahas mengenai *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*, dan hubungannya dengan *parental discipline*, namun penelitian yang membahas hubungan mereka dengan *positive discipline* seperti *inductive discipline* masih sedikit (Xiao, Spinrad, & Carter, (2018)). Dari latar belakang masalah dan teori yang ada, maka peneliti tertarik dalam meneliti mengenai hubungan antara *parental discipline* dengan regulasi emosi remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah: Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *parental discipline* dengan regulasi emosi remaja?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *parental discipline* dengan regulasi emosi remaja.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah ikut serta dalam memberikan tambahan pengetahuan ilmiah dan penambahan literatur dalam pengembangan ilmu psikologi terutama psikologi perkembangan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Peneliti ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada:

a) Remaja

Remaja agar dapat memahami mengenai regulasi emosi dan pentingnya regulasi emosi pada remaja. Diharapkan remaja memahami pentingnya *parental discipline* dan mampu mencegah timbulnya dampak negatif dari disiplin yang tidak konsisten.

b) Orangtua

Orangtua agar dapat mengetahui hubungan antara *parental discipline* dan regulasi emosi pada remaja. Diharapkan orangtua mampu memilih *parental discipline* yang sesuai dengan situasi remaja.



c) Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dan tambahan wawasan mengenai *parental discipline* dan regulasi emosi terutama pada remaja bagi peneliti selanjutnya.

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I : Bab I berisikan uraian singkat mengenai latar belakang permasalahan, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : Tinjauan Pustaka berisikan penjabaran teori-teori yang relevan dengan variabel penelitian seperti teori mengenai regulasi emosi, *parental discipline*, dinamika hubungan *parental discipline* terhadap regulasi emosi, kerangka pemikiran dan hipotesa penelitian.

BAB III : Metode Penelitian berisikan alasan digunakannya pendekatan kuantitatif, identifikasi variabel, definisi konseptual dan operasional variabel yang terdiri dari *parental discipline* dan regulasi emosi, populasi dan sampel, teknik pengambilan sampel, metode pengumpulan data, lokasi penelitian, alat ukur penelitian, prosedur penelitian dan metode analisis data.

BAB IV : BAB IV mengenai hasil dan pembahasan menjelaskan mengenai analisis dari hasil penelitian yang dilakukan, pengujian hipotesis dari penelitian serta pembahasan hasil penelitian.

BAB V : Penutup, bab ini terdiri dari kesimpulan dan saran penelitian.