

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga berperan penting terhadap perkembangan anak. Dalam keluarga anak dapat belajar banyak hal dari orang tuanya. Hill (dalam Lestari, 2016) mendefinisikan keluarga merupakan hubungan yang terikat dalam sebuah ikatan perkawinan di mana di dalamnya terdapat sifat saling membutuhkan, mendukung, dan menjalankan berbagai fungsi keluarga diantaranya yaitu fungsi keluarga dalam pemenuhan kebutuhan fisik atau materi dan fungsi keluarga dalam pemenuhan kebutuhan afeksi yaitu cinta dan kasih sayang supaya peran keluarga dapat terpenuhi. Sedangkan Koerner dan Fitzpatrick (dalam Lestari, 2016) mengemukakan tiga sudut pandang keluarga diantaranya keluarga didefinisikan berdasarkan kehadiran atau ketidakhadiran anggota keluarga (orang tua, anak, ataupun saudara) baik secara fisik ataupun secara psikis sebagai upaya pemenuhan peran serta fungsi keluarga. Kedua, keluarga diartikan berdasarkan pada terpenuhinya tugas dan peran serta fungsi sosial dalam keluarga termasuk diantaranya yaitu pemeliharaan, sosialisasi, dukungan secara emosional dan pemenuhan kebutuhan materi. Ketiga, keluarga merupakan suatu kelompok yang terikat dalam sebuah ikatan perkawinan yang mengembangkan keintiman melalui perilaku yang dapat memunculkan identitas sebagai keluarga diantaranya yaitu ikatan emosi, pengalaman, dan juga cita-cita masa depan. Sehingga dalam hal ini keluarga didefinisikan sebagai kelompok yang berada dalam suatu ikatan perkawinan yang dapat menjalankan beberapa tugas dan fungsi-fungsi psikososial serta dapat mengembangkan keintiman antar anggota keluarga.

Berdasarkan keberadaannya, keluarga dibedakan menjadi keluarga inti (*nuclear family*) dan keluarga batih (Lestari, 2016). Menurut Lee (dalam Lestari, 2016), keluarga inti dibangun berdasarkan ikatan perkawinan, di mana di dalamnya terdapat suami-ayah, istri-ibu, dan anak-*sibling*. Pada keluarga inti, hubungan suami-istri memiliki fungsi sebagai orang yang saling membutuhkan dan mendukung. Sedangkan pada hubungan anak dengan orang tuanya adalah

untuk pemenuhan kebutuhan afeksi dan sosialisasi (Lestari, 2016). Menurut Undang-Undang Nomor 23 tahun 2003 tentang Perlindungan Anak, pasal 26 ayat 1, orang tua memiliki kewajiban serta tanggung jawab untuk mengasuh, memelihara, mendidik, dan melindungi anak; menumbuhkan kembangkan anak sesuai dengan kemampuan, bakat, dan minatnya; serta mencegah terjadinya perkawinan pada usia kanak-kanak.

Lestari (2016) menyatakan bahwa orang tua yang mampu bekerja sama untuk mengasuh anak membuat anak dapat berkembang secara baik. Selain itu, orang tua yang mampu memenuhi kebutuhan afeksi dan memberikan penerimaan secara penuh pada anak akan membuat anak memiliki kemampuan belajar dan dapat berinteraksi sosial dengan baik serta mampu memiliki konsentrasi, prestasi belajar, hingga tingkat emosi yang baik (Astuti, 2016). Anak yang mendapat perhatian lebih dari orang tua dengan mendapat pendampingan bantuan akan membuat anak mampu menyelesaikan tugas sekolah dan memiliki kualitas kebersamaan yang baik (Lestari, 2016).

Namun pada realitanya, tidak semua keluarga dapat melakukan pemenuhan tugas dan fungsi dalam keluarga secara baik sehingga keluarga tidak mampu untuk menjadi tempat yang baik bagi pertumbuhan dan perkembangan anak (Lestari, 2016). Hal tersebut terlihat dari banyaknya kasus perceraian yang terjadi. Perceraian merupakan salah satu penyebab putusnya ikatan perkawinan (BPS, 2021). Perceraian diartikan sebagai keputusan hukum atau agama terkait dengan berakhirnya hubungan suami-istri yang ditandai dengan berakhirnya tugas-tugas suami dan istri dalam menjalankan berbagai macam fungsi dalam keluarga. Perceraian bisa terjadi dikarenakan antara suami-istri sudah tidak lagi menemukan kecocokan sehingga menyebabkan kurang harmonisnya hubungan keluarga (Untari, Putri, dan Hafiduddin, 2018). Sedangkan menurut Dagun (2013) perceraian dapat terjadi dikarenakan beberapa faktor diantaranya yaitu faktor ekonomi, perbedaan usia yang jauh, keinginan untuk memiliki anak, serta prinsip hidup yang berbeda. Selain itu juga adanya perbedaan dalam tekanan dan pola asuh, dukungan sosial dari lingkungan terdekat serta situasi dan kondisi dalam

masyarakat yang dapat menimbulkan suasana kurang baik terhadap anggota keluarga.

Di Indonesia kasus perceraian terbanyak berada di Pulau Jawa. Pada tiga tahun terakhir, provinsi dengan tingkat perceraian tertinggi terdapat di Provinsi Jawa Timur, Jawa Barat, dan Jawa Tengah. Pada tahun 2018 Jawa Timur menempati posisi pertama dengan kasus perceraian tertinggi yaitu sebanyak 88.955 kasus. Tidak jauh berbeda dengan Jawa Timur, Jawa Barat menempati posisi kedua dengan 87.307 kasus, dan terakhir Jawa Tengah dengan 75.557 kasus perceraian. Pada tahun 2019 kasus perceraian di Indonesia mengalami kenaikan yang cukup signifikan, yaitu sebanyak 439.002 kasus perceraian. Kasus dengan perceraian tertinggi pada provinsi Jawa Barat dengan 97.090 kasus, disusul Jawa Timur dengan 95.007 kasus dan Jawa Tengah sebanyak 82.758 kasus perceraian. Pada tahun 2020, kasus perceraian tertinggi berada pada provinsi Jawa Tengah dengan 65.755 kasus perceraian, kemudian Jawa Timur dengan 61.870 kasus, dan Jawa Barat sebanyak 37.503 kasus perceraian (BPS, 2021).

Perceraian yang terjadi juga berdampak terhadap kehidupan sehari-hari. Selain pada suami atau istri, perceraian berdampak pada anak terutama pada kondisi psikologis anak (Dagun, 2013). Anak dengan keluarga yang bercerai memiliki resiko lebih besar untuk memiliki trauma pada setiap tingkatan usia meskipun dengan kadar yang berbeda (Dagun, 2013). Ketika anak menginjak usia remaja, anak sudah mulai memahami seluk beluk perceraian. Mereka mulai menyadari akibat yang terjadi setelah adanya perceraian diantaranya yaitu masalah-masalah sosial, ekonomi, dan lain sebagainya. Hetherington (dalam Dagun, 2013) mengungkapkan bahwa pada remaja terjadinya perceraian akan membuat mereka mencari ketenangan pada orang-orang terdekat seperti sahabat, teman sekolah, atau tetangga.

Perceraian yang terjadi dalam keluarga lebih banyak menimbulkan dampak negatif pada remaja, seperti rasa ingin menang sendiri, sering tidak peka terhadap lingkungan, sulit untuk fokus, kehilangan rasa hormat terhadap orang tua, mudah menyalahkan orang tua, merasa tidak aman, dan tidak memiliki tujuan hidup (Untari, Putri, dan Hafiduddin, 2018). Hasil penelitian yang dilakukan oleh

Yuliaji (2018) menyatakan bahwa perceraian memiliki dampak negatif terhadap kondisi emosi anak yang ditampakkan oleh ekspresi emosi yang berlebihan, tidak terkontrol, rasa frustrasi menghadapi masa depan, serta tidak mampu bersikap rasional. Beberapa masalah emosi yang dialami remaja dengan orang tua bercerai di antaranya yaitu perasaan malu, marah, sedih, kehilangan, dan merasa bersalah (Untari, Putri, dan Hafiduddin, 2018). Keluarga yang bercerai juga cenderung membuat anak mengalami permasalahan akademik, masalah eksternal seperti mengeluarkan apa yang dirasakan secara negatif dan melakukan kenakalan, masalah internal seperti kecemasan dan depresi, kurang memiliki tanggung jawab sosial dan kedekatan secara emosional yang mendalam, putus sekolah, aktif secara seksual pada usia dini, menggunakan obat-obatan terlarang, berada dalam *peer group* yang anti sosial, serta memiliki harga diri rendah Conger dan Chao (dalam Santrock, 2007).

Beberapa penelitian sebelumnya yang serupa dan mendukung dalam penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nisfiannoor dan Yulianti (2005) yang menyatakan bahwa remaja dengan orang tua bercerai cenderung memiliki perilaku agresif lebih tinggi baik secara fisik maupun secara verbal dari pada remaja yang memiliki keluarga utuh. Penelitian lain dilakukan oleh Fitriana dkk (2020) dengan hasil bahwa perceraian memiliki pengaruh yang penting terhadap regulasi emosi anak. Ketika orang tua tidak mampu memenuhi perannya dalam membantu anak untuk dapat memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik, maka anak akan kurang mampu dalam meregulasi emosi yang dimiliki. Anak yang kurang mampu dalam meregulasi emosinya akan cenderung melampiaskan pada hal-hal yang kurang baik seperti melanggar norma sosial masyarakat dengan sering pulang malam, kabur dari rumah, dan lain sebagainya.

Ningrum (2013) mengatakan bahwa rentang waktu perceraian dianggap mampu memengaruhi penyesuaian diri. Sedangkan Heterington, Bridges, dan Insabella (dalam Santrock, 2007) menyatakan hubungan orang tua yang harmonis pada orang tua yang bercerai akan membuat penyesuaian pada diri anak menjadi meningkat. Pernyataan tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Untari, Putri, dan Hafiduddin (2018) bahwa remaja mulai mampu

menyesuaikan diri setelah melalui satu tahun perceraian orang tua mereka. Remaja juga mulai mencari cara untuk bertahan pada situasi yang menurutnya sulit dan menjadi lebih mandiri. Dengan hal ini remaja mulai dapat menerima keputusan orang tuanya yang bercerai dan mampu berpikir serta menyikapi persoalan secara matang. Remaja dengan orang tua bercerai yang telah mampu mandiri dan bertanggung jawab akan menunjukkan sedikit masalah emosional (Santrock, 2007).

Sarwono (2016) mengatakan bahwa emosi biasanya berhubungan dengan pola pengalaman (internal), subjektif (relatif), perilaku *overt* (misalnya menangis atau tertawa), motivasi (misalnya ingin mendekat atau menghindari), proses fisiologik (tekanan darah, adrenalin, dan lain-lain), proses belajar, dan kondisi-kondisi sistem syaraf seseorang. Sedangkan Goleman (2018) mendefinisikan emosi sebagai suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak.

Prastiti (2013) mengungkapkan bahwa orang tua memiliki peran penting terhadap pengembangan kemampuan regulasi emosi baik secara biologis maupun secara sosial. Remaja yang memiliki kemampuan regulasi emosi secara baik maka emosi yang dimiliki tidak cenderung merugikan. Peran orangtua dalam membantu mengembangkan kemampuan regulasi emosi remaja dapat dilihat dari sejauh mana orang tua mampu menciptakan iklim emosional yang baik, menjadi model, serta mendidik keluarga. Ketika peran ini tidak terpenuhi maka remaja akan mengalami kesulitan untuk memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik

Menurut Gross (2007) regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Regulasi emosi melibatkan sebuah penilaian. Seseorang yang memiliki regulasi emosi yang baik dapat meningkatkan atau mengurangi emosi positif atau emosi negatif yang ada di dalam dirinya secara sadar maupun secara tidak sadar. Sehingga regulasi emosi di sini dapat diartikan sebagai kemampuan mengelola emosi ketika menghadapi suatu kondisi yang menekan baik secara psikis, fisik, maupun sosial serta dapat mengekspresikannya secara tepat sesuai dengan tujuan

yang ingin dicapai. Kemampuan regulasi emosi yang baik dapat menyeimbangkan emosi positif dan negatif yang dimiliki sehingga membuat seseorang merasa puas terhadap kehidupan yang dijalani. Sedangkan kemampuan regulasi yang kurang tepat akan berdampak pada munculnya perilaku agresi, depresi, serta kecemasan.

Peran orang tua dalam regulasi emosi anak dapat tercapai dengan baik jika orang tua memiliki kedekatan dengan anak. Orang tua yang dekat secara emosional akan membuat anak merasa lebih percaya diri, mandiri, kompeten, berprestasi, memiliki harga diri yang tinggi, terhindar dari depresi, dan jarang menunjukkan perilaku yang bermasalah Rice dan Dolgin (dalam Prastiti, 2013). Kedekatan antara orang tua dan anak akan membuat anak memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik. Kemampuan regulasi yang baik akan berdampak pada kepuasan hidup yang dimiliki. Dengan kepuasan yang dimiliki, anak akan dapat memiliki harga diri yang tinggi. Santrock (2007) menyatakan harga diri (*self-esteem*) merupakan evaluasi diri yang bersifat global. Sedangkan menurut Coopersmith (1967) harga diri merupakan penilaian pribadi yang dilakukan individu mengenai perasaan berharga yang tercermin dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri. Harga diri (*self-esteem*) mencerminkan persepsi yang tidak selalu sama dengan kenyataannya Baumister dkk (dalam Santrock, 2007). Harga diri yang tinggi dapat mengacu pada persepsi yang akurat mengenai nilai seseorang sebagai manusia serta keberhasilan dan pencapaian seseorang, namun juga dapat mengindikasikan kesombongan, berlebihan, dan merasa superior dari yang lain. Sedangkan, harga diri yang rendah mengindikasikan persepsi mengenai kekurangan atau penyimpangan seseorang, atau bahkan rasa inferior dan ketidakamanan patologis (Santrock, 2012).

Menurut Santrock (2007) hubungan interaksi antara orang tua dan remaja berhubungan dengan tingginya *self-esteem* yang dimiliki yaitu ekspresi afeksi, menunjukkan perhatian pada permasalahan yang dihadapi remaja, rumah tangga yang harmonis, partisipasi dalam kegiatan yang dilakukan oleh seluruh anggota keluarga, selalu siap sedia memberikan bantuan yang kompeten dan terorganisasi kepada remaja ketika dibutuhkan, menetapkan peraturan yang jelas dan adil, mematuhi dan menjalankan peraturan tersebut, membiarkan remaja untuk bebas

selama dalam batasan yang jelas. Santrock (2007) juga menyatakan dukungan emosional dan persetujuan sosial merupakan hal yang bisa memengaruhi harga diri (*self-esteem*) anak.

Remaja yang memiliki harga diri (*self-esteem*) rendah cenderung berasal dari keluarga bermasalah atau pernah mengalami kekerasan atau juga ditelantarkan. Hal tersebut merupakan situasi di mana tidak adanya dukungan emosional. Namun harga diri (*self-esteem*) akan meningkat ketika remaja mampu menghadapi masalah dan mencoba mengatasinya daripada menghindarinya Santrock (2007). Ketika remaja memilih untuk menghadapi masalah daripada menghindarinya maka remaja belajar mengembangkan sikap realistis, jujur, dan tidak defensif. Hal ini akan menghasilkan evaluasi diri yang baik, yang akan menghasilkan persetujuan diri (*self-generated approval*) yang pada akhirnya akan meningkatkan harga diri (*self-esteem*). Sebaliknya, ketika harga diri (*self-esteem*) rendah maka remaja akan memiliki evaluasi diri yang buruk. Hal tersebut membuat remaja melakukan penyangkalan, menipu diri, lari dari masalah, yang pada akhirnya akan menghasilkan ketidaksetujuan diri (*self-generated disapproval*) (Santrock, 2007).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Budiman, Juhaeriah, dan Rahmawati (2011) mengungkapkan bahwa remaja dengan orang tua bercerai memiliki harga diri yang tinggi sebesar 63,4%. Adapun faktor yang memengaruhi harga diri diantaranya yaitu faktor pengalaman, pola asuh, lingkungan, dan sosial ekonomi. Faktor pengalaman memiliki hasil yang signifikan terhadap harga diri remaja di mana di dalamnya terdapat penolakan orang tua, harapan orang tua yang tidak realistis, kegagalan yang berulang, kurang memiliki tanggung jawab personal, memiliki ketergantungan terhadap orang lain, dan *ideal-self* yang tidak realistis. Pengalaman yang dialami remaja terutama yang diperoleh dari lingkungan sosialnya termasuk dalam hal ini sikap orang lain akan memengaruhi harga diri yang dimiliki remaja. Lingkungan terdekat yang dimiliki oleh remaja dalam hal ini salah satunya yaitu keluarga. Keluarga yang memiliki rasa saling percaya dan memiliki kecocokan dapat membentuk remaja untuk memiliki pandangan lebih positif terhadap dirinya sendiri (Santrock, 2007). Hasil penelitian lain dilakukan

oleh Muarifah, dkk (2020) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *attachment* dan harga diri terhadap regulasi emosi sebesar 76,3%. Hasil ini menunjukkan bahwa selain adanya kelekatan antara orang tua dengan remaja, harga diri juga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan regulasi emosi yang dimiliki.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti ingin meneliti bagaimana pengaruh harga diri terhadap regulasi emosi pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal tersebut dimaksudkan agar orang tua yang bercerai dapat memenuhi perannya dalam pengasuhan dengan hadir secara fisik maupun psikologis dalam kehidupan remaja sehingga remaja mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang baik serta memiliki harga diri yang tinggi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana pengaruh harga diri terhadap regulasi emosi pada remaja dengan orang tua bercerai ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu:

- 1.3.1 Untuk mengetahui pengaruh harga diri terhadap regulasi emosi pada remaja dengan orang tua bercerai.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi perkembangan terutama mengenai pengaruh harga diri terhadap regulasi emosi pada remaja dengan orang tua bercerai.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi subjek penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat memunculkan pemahaman pada remaja mengenai pengaruh harga diri terhadap regulasi emosi sehingga remaja dapat meningkatkan harga diri yang dimiliki. Dengan meningkatnya harga diri yang dimiliki membuat remaja dapat memiliki regulasi emosi yang tinggi.

b. Bagi orang tua

Diharapkan orang tua dapat menyadari pentingnya memiliki harga diri yang tinggi bagi remaja sehingga dengan harga diri tinggi yang dimiliki akan dapat memunculkan regulasi emosi yang baik.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi rujukan atau referensi terkait dengan pengaruh harga diri terhadap regulasi emosi pada remaja dengan orang tua bercerai sehingga dapat lebih mengembangkan bidang keilmuan terkait.