

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan individu yang dituntut agar berinteraksi dengan individu yang berada disekitarnya. Kebutuhan akan hubungan dengan individu lain merupakan kebutuhan penting yang harus dimiliki oleh setiap manusia sebagai makhluk sosial, terutama remaja yang sedang berada dalam masa peralihan menuju dewasa dan akan memiliki banyak hubungan dengan orang lain baik di dalam keluarga maupun masyarakat.

Masa remaja adalah suatu periode transisi dalam kehidupan manusia yang merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Menurut Hurlock (1996) masa remaja awal berlangsung dari usia sekitar 13 hingga 16 atau 17 tahun, sementara masa remaja akhir dimulai pada usia 16 atau 17 hingga 18 tahun. Menurut Santrock (2017) juga menyatakan bahwa masa remaja merupakan fase transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa, dimana remaja mengalami perkembangan fisik, kognitif, dan sosioemosi.

Selama masa remaja, individu akan mengalami berbagai perubahan emosi. Menurut Hasmarlin dan Hirmaningsih (2019) jika emosi remaja tidak dikelola dengan baik, emosi tersebut dapat meningkat dan sulit dikendalikan, sehingga dapat menimbulkan berbagai masalah bagi remaja dan orang-orang di sekitarnya. Menurut Hilmy, dkk (2022) pada umumnya remaja belum dapat mengontrol emosi negatif dengan baik.

Penjelasan mengenai emosi remaja di atas menunjukkan bahwa remaja harus memiliki kemampuan untuk mengenali, memahami dan mengelola emosi pada dirinya sendiri. Pengelolaan emosi sangat berhubungan penting bagi remaja, karena masa remaja individu mengalami perubahan fisik, kognitif, dan sosial yang signifikan. Pengelolaan emosi yang baik membantu remaja menghadapi tantangan dan stress yang muncul selama masa pertumbuhan, memungkinkan mereka untuk tumbuh dan berkembang secara positif.

Kenakalan remaja yang terjadi di kota Jambi tepatnya di Villa Ratu Mas yang dikutip dari detiksumbagsel pada tanggal (5/10/2023) dini hari, hal tersebut terjadi adanya 4 remaja yang hendak tawuran bersajam. Terdapat sebanyak 6 bilah senjata tajam yang berjenis egrek, parang, dan celurit hingga dua bilah besi panjang dan kayu. Kapolsek Jambi Selatan AKP Suwondo menjelaskan bahwa keempat pelaku diamankan dari dua lokasi. Penangkapan berawal dari informasi akan adanya keributan antar kelompok remaja tersebut. Menurut pengakuan dari pihak remaja mereka hanya ikut-ikutan.

Fenomena ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk menangani emosi belum sepenuhnya berkembang pada masa remaja. Remaja bisa menjadi sangat marah karena mereka bingung dan tidak tahu bagaimana cara mengekspresikan atau mengungkapkan perasaan mereka dengan benar. Terkadang remaja menjadi sangat marah kepada orang tua mereka tanpa alasan yang jelas dan melampiaskan perasaan yang tidak menyenangkan kepada orang lain. Akibatnya, remaja cenderung melampiaskan perasaan mereka dengan berbagai cara.

Regulasi emosi mencerminkan pendekatan psikologi perkembangan. Pendekatan ini berkaitan dengan pemahaman tentang bagaimana individu mengontrol dan mengatur emosi mereka seiring berjalannya waktu, mulai dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Regulasi emosi terdiri dari proses ekstrinsik dan intrinsik yang bertanggung jawab untuk memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosional. Pentingnya pendekatan perkembangan terletak pada penekanannya pada proses sosial yang membentuk pertumbuhan regulasi emosi. Seperti halnya orang tua, bayi lahir dengan kemampuan yang tidak sempurna untuk mengelola emosi sendiri, dan bergantung pada pengasuhnya untuk menenangkan kecemasan, mengendalikan emosi, dan mengurangi rasa takut.

Menurut Zimmermann dalam Chabibah dan Affandi (2022) terdapat satu faktor yang memiliki pengaruh khusus dalam efektivitas regulasi emosi, yaitu kelekatan (*attachment*), karena diasumsikan bahwa pola kelekatan memiliki cara tertentu pada regulasi emosi yang interaktif dengan pengasuh.

Menurut Fitriani dan Hastuti (2016) kelekatan dikategorikan menjadi kelekatan aman (*secure attachment*) dan kelekatan tidak aman (*insecure attachment*). Kategori kelekatan aman ditunjukkan dengan nilai aspek kepercayaan dan aspek komunikasi minimal berada pada kategori sedang dan nilai pengasahan tidak tinggi. Sementara itu kelekatan tidak aman ditentukan dengan nilai aspek kepercayaan dan aspek komunikasi rendah, sedangkan nilai aspek pengasahan sedang atau tinggi.

Secure Attachment merupakan kelekatan yang aman berarti ikatan emosional yang positif dan bertahan lama antara dua orang. Anak yang memiliki kelekatan aman yang baik dengan orang tua mereka akan lebih mudah membentuk ikatan yang baik dengan teman sebaya dan hubungan dengan pasangan saat dewasa. Menurut Giddens dan Bowlby (1982) kelekatan adalah ikatan afeksi antara dua individu dengan intensitas yang kuat. Santrock (2017) kelekatan yang aman pada masa kanak-kanak merupakan sumber atau fokus bagi perkembangan kompetensi sosial untuk tahap perkembangan selanjutnya, karena kelekatan yang aman merupakan dasar yang penting bagi pertumbuhan psikologis selanjutnya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Larasati dan Desiningrum (2018) yang berjudul Hubungan antara Kelekatan Aman dengan Ibu dan Regulasi Emosi Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Salatiga, dalam penelitiannya menyatakan bahwa adanya hubungan positif antara kelekatan aman dengan ibu terhadap regulasi emosi siswa, yaitu semakin tinggi kelekatan aman dengan ibu maka semakin tinggi pula regulasi emosi siswa. Sebaliknya, semakin rendah kelekatan aman dengan ibu maka semakin rendah pula regulasi emosi siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian Tsalsabila (2021) dengan penelitiannya yang berjudul Hubungan Antara Kelekatan Ibu dengan Regulasi Emosi pada Laki-laki Dewasa Awal dalam penelitiannya menyatakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan ibu dengan regulasi emosi.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 7 s.d 11 Agustus 2023, wawancara dilakukan terhadap 9 siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi. Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa-siswa tersebut belum mampu mengontrol emosinya dengan baik. Selain itu, berdasarkan catatan anekdot yang dikumpulkan oleh guru BK, ditemukan bahwa cukup banyak siswa yang menghadapi kesulitan dalam mengendalikan emosi mereka, terutama ketika menghadapi permasalahan. Hal ini menunjukkan adanya keterbatasan kemampuan siswa dalam menyelesaikan masalah yang berujung pada munculnya emosi negatif seperti marah, frustrasi atau sedih, serta kurangnya keterampilan dalam mengendalikan diri.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti meyakini bahwa adanya kelekatan yang aman dengan orang tua memiliki pengaruh terhadap kemampuan regulasi emosi pada remaja. Kelekatan aman yang baik dengan orang tua menjadikan remaja mempunyai kemampuan regulasi emosi yang positif pada dirinya sehingga dapat mengontrol emosinya dengan baik. Sebaliknya, remaja yang tidak memiliki kelekatan yang aman dengan orang tua menyebabkan remaja kurang baik dalam kemampuan regulasi emosinya, sehingga dapat berdampak buruk bagi dirinya sendiri dan bahkan mengarah pada perilaku yang negatif.

Berkenaan dengan pentingnya kelekatan orang tua terhadap regulasi emosi siswa maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Kelekatan Orang Tua Terhadap Regulasi Emosi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi”.

B. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini terdapat beberapa batasan masalah yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Regulasi emosi yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu sikap siswa dalam mengatasi, mengelola, dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam mencapai keseimbangan emosional.
2. Remaja yang dimaksud ialah siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti menyatakan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kelekatan orang tua yang diterima siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi?
2. Bagaimana regulasi emosi siswa siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi?
3. Apakah terdapat pengaruh kelekatan orang tua terhadap regulasi emosi siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi?

D. Tujuan Penelitian

1. Mengungkapkan kelekatan orang tua yang diterima siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi.
2. Mengungkapkan regulasi emosi siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi.

3. Mengungkapkan pengaruh kelekatan orang tua terhadap regulasi emosi siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Jambi.

E. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan menjadi referensi kajian ilmu pendidikan bidang bimbingan dan konseling khususnya mengenai pentingnya mengetahui *secure attachment* yang dapat mempengaruhi regulasi emosi remaja.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa SMP Negeri 11 Kota Jambi

Penelitian ini diharapkan mampu menjadikan remaja untuk tetap menjalin hubungan harmonis dengan orang tua, menjalin komunikasi yang baik, dan mematuhi peraturan yang berlaku terutama di lingkungan keluarga.

- b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan mampu menjadikan gambaran pentingnya kelekatan orang tua bagi remaja terutama dari segi perkembangan emosinya.

- c. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan mampu menjadikan bahan pertimbangan layanan bimbingan dan konseling dalam kemampuan emosi siswa untuk meningkatkan regulasi emosi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi lanjutan dan bahan pertimbangan dalam menemukan variabel-variabel yang berbeda berkaitan dengan regulasi emosi.

F. Hipotesis Penelitian

H_a : Terdapat pengaruh positif antara kelekatan orang tua terhadap regulasi emosi siswa.

H_o : Tidak terdapat pengaruh positif kelekatan orang tua terhadap regulasi emosi siswa.

G. Definisi Operasional

1. Kelekatan

Kelekatan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kelekatan yang diberikan orang tua kepada siswa berupa kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), keterasingan (*alienation*).

2. Regulasi Emosi

Regulasi emosi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah Strategi Regulasi Emosi (*Strategies to Emotion*), Terlibat dalam perilaku yang diarahkan pada tujuan (*Engaging in goal directed behavior*), Kendali Respon Emosional (*Control emotional responses*), Penerimaan Respon Emosional (*Acceptance of emotional response*).

H. Kerangka Konseptual

Gambar 1.1 Kerangka Konseptual

