

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Emosi berasal dari bahasa Latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Daniel Goleman (2002) mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu, sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis. Chaplin 2002, (dalam Safaria, 2009) merumuskan emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku. Maramis (2009) dalam bukunya “Ilmu Kedokteran Jiwa” mendefinisikan emosi sebagai

suatu keadaan yang kompleks yang berlangsung tidak lama yang mempunyai komponen pada badan dan pada jiwa individu tersebut.

Pada jiwa individu tersebut, emosi dapat membantu kehidupan individu namun juga dapat melukai apabila terjadi pada waktu dan intensitas yang tidak tepat. Respon emosional yang tidak tepat akan membawa implikasi pada kondisi patologis, kesulitan dalam relasi sosial bahkan dapat menyebabkan timbulnya penyakit fisik (Gross, & Thompson, 2006). Hal tersebut bisa saja tidak terjadi apabila seseorang mampu mengelola atau meregulasi emosinya. Regulasi emosi yang tepat akan mendorong seorang untuk mengembangkan kompetensi yang dimiliki baik dalam bidang akademik maupun relasi sosial. Penelitian pada anak keturunan Afrika Amerika menunjukkan bahwa terdapat asosiasi positif antara ketrampilan regulasi emosi dengan kemampuan akademik maupun kompetensi sosial (Brody&Morris,2007). Sebaliknya, regulasi emosi yang kurang tepat akan berdampak pada perilaku eksternal dan internal seseorang. Perilaku eksternal contohnya adalah agresi;

sedangkan perilaku internal adalah depresi, kecemasan atau stress (Cicchetti,Dkk:2007).

Kondisi emosional seseorang ditentukan oleh faktor keturunan, situasi dan lingkungan serta kemampuan orang yang bersangkutan untuk mengontrol. Berdasarkan persentasenya ditunjukkan bahwa 50% kondisi emosional individu ditentukan oleh faktor bawaan, 10% dari situasi dan lingkungan sedangkan 40% berasal dari kemampuan individu untuk mengontrol atau meregulasi emosinya(goss & Thompson:2007). Regulasi emosi sangat penting bagi semua orang terlebih khusus bagi peran seorang ibu dalam membina kelekatanannya dengan anak-anaknya. Dengan regulasi emosi individu dapat meredam, mengintensifkan, atau hanya mempertahankan emosi, tergantung pada tujuan individu tersebut (Gross & Thompson, 2007). Peran seorang Ibu tentunya bukanlah situasi yang mudah bagi setiap wanita yang menyandangnya. Ibu adalah sosok profesional yang dalam pelaksanaannya memiliki banyak tanggung jawab tidak hanya dalam menciptakan keluarga yang harmonis, tetapi juga membantu dalam mendidik dan membesarkan anak-anak mereka sehingga tumbuh menjadi anak yang

diharapkan berguna bagi banyak orang. Tugas dan peran seorang Ibu di dalam sebuah keluarga dimanifestasikan dalam berbagai aktivitas. Ibu dan Ayah secara bersama-sama menjadi pondasi penting keluarga dalam mengatur, membina, memberikan contoh, dan mendukung anggota yang lain untuk tumbuh menjadi individu yang kuat sehingga mampu memberikan dukungan positif bagi anggota keluarga yang lainnya (Dellve,dkk:2006). Hubungan anak dengan orang tua merupakan sumber emosional dan kognitif bagi anak (Ervika,2005).

Sosok seorang Ibu haruslah hadir sebagai sosok yang murah hati, mampu dekat dengan anak-anak mereka, dan memastikan bahwa setiap anggota keluarga bisa merasakan kesehatan batin yang mereka rasakan saat tumbuh dalam keluarga (Lavi et al., 2019). Studi yang dilakukan oleh Erpiana & Fouriana listyawati (2018) dan Lisa, dkk (2015) menjelaskan bahwa kesabaran, keteladanan, rasa cinta, dan konsistensi yang tinggi dalam mengajarkan kebaikan menjadi faktor psikologis lainnya yang wajib dimiliki oleh seorang Ibu. Sosok seorang ibu tentunya harus bisa meregulasi emosinya dalam membina atau membimbing anaknya.

Namun pada kenyataan yang dilihat masih banyak ibu yang belum mampu untuk mengelola emosinya ketika membimbing anak. Contoh yang terjadi di lapangan, berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa ibu persit, di masa pandemi kurang adanya antara kelekatan ibu dengan anak, karena ibu lebih sering mengikuti kegiatan yang ada dan juga ibu-ibu persit memiliki usahanya sendiri sehingga kurang adanya kelekatan antara ibu dan anak. Karena adanya beberapa kesibukan tersebut juga ibu-ibu kurang memperhatikan anak dalam membimbing untuk menyelesaikan tugas-tugas anaknya. Ibu lebih cenderung tidak membimbing atau mengajari anak menyelesaikan tugas sekolah anaknya, tetapi ibu yang mengerjakan tugasnya dan menyuruh anak untuk menjiplak apa yang sudah dikerjakan ibunya. Hal yang terjadi ketika anak belum bisa untuk menjiplak dengan baik terhadap hasil yang dikerjakan ibu, ibu cenderung memarahi bahkan sampai membentak anaknya sehingga menyebabkan adanya ketakutan dari anak terhadap orangtua. Ibu lebih cenderung menyibukkan diri dengan kegiatan padat yang ada di asrama dan kurang memperhatikan anaknya. Sehingga kurang adanya

komunikasi antara ibu dan anak. Anak cenderung kurang berkomunikasi dengan ibu karena kesibukan ibu sendiri dan juga terkadang kurang adanya respon yang baik dari ibu ketika anaknya menceritakan persoalan yang dialami anak. Ibu terkadang memarahi anaknya ketika anak hendak berkomunikasi dengan ibu karena adanya kesibukan dari ibu dengan kegiatan yang ada. Hal tersebut menyebabkan adanya jarak antara anak dengan orang tua, karena ibu kurang mampu mengelolah emosi ketika berhadapan dengan anak. Maka dari itu, regulasi emosi sangatlah penting bagi seorang ibu agar terjadinya hubungan yang baik dengan anak.

Ibu berperan sebagai tokoh penting dengan siapa anak membangun kelekatan dan merupakan sistem dukungan ketika anak menjajaki suatu dunia sosial yang lebih luas dan kompleks (Santrock, 2003). Kelekatan adalah hubungan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya, yang sebagian besar merujuk pada ibu (Mc Cartney and Dearing, 2002). Disamping itu, bagaimana seseorang dapat menyelesaikan masalah tentu dipengaruhi oleh

pengalaman sebelumnya, dimana pengalaman-pengalaman tersebut ia dapat dari keluarga khususnya ibu (Santrock, 2007). Dalam hubungan antara orangtua dan anak dapat terjadi dua kemungkinan kelekatan, yakni kelekatan aman dan kelekatan tidak aman (Ervika, 2005). Kelekatan yang aman pada orangtua bisa membantu kompetensi sosial dan kesejahteraan anak, seperti tercermin pada ciri seperti harga diri, penyesuaian emosional dan kesehatan fisik (Allen dkk., 2003 dalam Santrock, 2007). Dalam penelitian Joseph Allen dan koleganya, anak yang lekat secara aman memiliki kemungkinan yang lebih rendah untuk melakukan perilaku bermasalah (Santrock, 2007). Kelekatan yang aman, atau hubungan dengan orangtua, menumbuhkan hubungan sebaya yang kompeten dan hubungan yang dekat dan positif di luar keluarga (Cassidy dalam Santrock, 2007). Anak yang melekat secara aman, melalui interaksi berulang dengan pengasuh yang peka, luwes, dan mendorong berbagai emosi, dapat secara terbuka mengekspresikan emosi mereka, belajar (dalam hubungan kelekatan) cara efektif untuk mengelola emosi negatif. Dalam situasi yang penuh stres, mampu meringankan

penderitaan mereka, dan kembali ke eksplorasi lingkungan (Contreras, J.M.et.al. 2000). Dengan demikian, perilaku kelekatan menjadi strategi sosial untuk regulasi emosi negative (Zimmermann, Peter & Maier, Markus & Winter, Monika &Grossmann, Klaus; 2001).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya menyatakan bahwa strategi regulasi emosi yang berbeda memiliki hubungan dengan model kelekatan seorang individu (Magai,dkk 2012). Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rasyid (2012) sendiri mengenai hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi, menunjukkan hasil korelasi yang rendah. Ia menyatakan bahwa hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah perbedaan individu dalam meregulasi emosinya yang salah satunya dipengaruhi oleh hubungan subjek dengan orang tua yang dapat mempengaruhi pola hubungannya dengan teman sebayanya (La Guardia, dkk, 2009) dan kelekatan subjek dengan *caregivers* saat masih bayi, yang nantinya akan mempengaruhi regulasi emosi pada tahap perkembangan selanjutnya, termasuk pada saat remaja.

Namun, Bates (2008) menyatakan bahwa tidak semua studi menunjukkan kekuatan kelekatan anak unuk memprediksikan pertumbuhan selanjutnya (dalam Santrock, 2011), Penelitian Yumpi (2016) mengaitkan peran orang tua dalam keluarga dan regulasi emosi anak, selain itu ada penelitian dari Rasman (2018) yang menghubungkan antara keterlibatan orang tua dalam pendidikan dan regulasi emosi anak pada usia 9-11 tahun, penelitian selanjutnya oleh Ayu dan Agnes (2013) yang menunjukkan bahwa kelekatan aman yang diberikan ibu memiliki dampak positif terhadap regulasi emosi remaja. Di sisi lain, penelitian-penelitian lain menyatakan bahwa kelekatan pada saat anak dengan orang tua akan berdampak penting terhadap masa-masa selanjutnya dalam perkembangan anak tersebut.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan peneliti oleh Ayu dan Agnes (2013) yang menunjukkan bahwa kelekatan aman yang diberikan ibu memiliki dampak positif terhadap regulasi emosi remaja. Selanjutnya oleh Arviyenna (2015) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi remaja. Sedangkan penelitian yang

dilakukan oleh Leli Muhlisah (2015) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi remaja. Kedua penelitian tersebut sama-sama mengacu pada hubungan kelekatan orangtua dan regulasi emosi remaja. Namun dapat dilihat bahwa terdapat hasil penelitian yang bertentangan mengenai hubungan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi remaja pada kedua penelitian tersebut.

Dari beberapa permasalahan dan hasil penelitian diatas, maka penulis berpikir untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kelekatan antara ibu dan anak serta regulasi emosi. Sehingga peneliti mengambil judul “Hubungan antara regulasi emosi dengan kelekatan orangtua dan anak pada ibu persit kompi A di asrama 501 Madiun.”

1.2 Batasan Masalah

Variabel dalam penelitian ini adalah regulasi emosi orang tua dan kelekatan. Penelitian ini dilakukan di kompi A asrama 501 Madiun dengan populasi dalam penelitian ini adalah 100 ibu persit kompi A di Asrama 501 Madiun. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimen yang berfokus pada hubungan regulasi emosi orang tua dengan kelekatan.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah ada Hubungan antara regulasi emosi dengan kelekatan orang tua dan anak pada ibu persit kompi A di asrama 501 Madiun?

1.4 Tujuan Penelitian

Mengetahui adanya Hubungan antara regulasi emosi dengan kelekatan orang tua dan anak pada ibu persit kompi A di asrama 501 Madiun

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi pembaca dalam melakukan

penelitian selanjutnya.

- b..Memperkaya kajian psikologi terkait hubungan antara kelekatan orang tua dan anak dengan regulasi emosi pada ibu.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang regulasi emosibagi orang tua khususnya bagi ibu.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi dalam mengembangkan intervensi edukasi guna meningkatkan regulasi emosi