

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan salah satu kelompok yang hidup bersama sebagai satu. Keluarga merupakan tempat pertama seorang anak akan belajar mengenal aturan yang berlaku dalam masyarakat dan lingkungan sekitar. Peran penting orangtua dalam kehidupan seorang anak adalah mengasuh, membimbing, dan sebagai orang yang bertanggung jawab langsung pada kehidupan anak sehari-hari. Dengan demikian, orangtua bertanggung jawab atas segala perkembangan seorang anak.

Keluarga yang utuh memberikan peluang besar pada seorang anak untuk dapat meningkatkan rasa kepercayaan pada anak terhadap orangtuanya untuk mengasuh, membimbing, menyayangi anak dengan sepenuh hati, dan menjadikan rumah tempat paling nyaman untuk hidup. Dengan demikian, keluarga yang utuh dapat berkomunikasi dan membangun rasa percaya anak pada orangtua sehingga anak dapat berkembang sesuai dengan apa yang diharapkan oleh anak dan orangtua. Pecahnya sebuah keluarga dapat berdampak pada hubungan kekeluargaan yang telah dibangun, dan dampak paling berat terjadi pada anak yang merupakan hasil dari perkawinan itu.

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, sosial dan kognitif. Masa ini dimulai pada usia kira-kira 10-13 tahun dan berakhir kira-kira pada usia 18-22 tahun (Santrock., 2003) Pada masa ini, terjadi kematangan secara kognitif. Masa inilah para remaja terbentuk sifat, sikap, karakter yang menjadikan lingkungan sosial remaja menjadi semakin luas dan menjadikan remaja memiliki rasa ingin tau yang sangat tinggi. Rasa ingin tahu yang sangat tinggi ini harus diarahkan agar tidak berdampak negatif pada remaja.

Perceraian merupakan perasaan yang melibatkan perasaan yang cukup berat, yang menimbulkan konflik pada remaja. Konflik adalah suatu aspek kritis dalam fungsi keluarga yang seringkali pengaruhnya melebihi struktur keluarga

terhadap perkembangan remaja. Remaja yang memiliki banyak konflik apalagi ditambah dengan orangtua yang bercerai memperlihatkan penyesuaian yang buruk dari sebelum orangtua bercerai. Kepribadian dan tempramen juga berperan dalam penyesuaian diri remaja dalam menghadapi orangtua yang bercerai (Santrock J. W., 2007)

Angka perceraian di Indonesia selalu meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data BPS (Badan Pusat Statistik) pada tahun 2013 mencapai 324.247 kasus perceraian, pada tahun 2014 meningkat menjadi 344.237 dan pada tahun 2015 angka perceraian mencapai 347.256 kasus. Sedangkan di tahun 2016 angka perceraian sudah mencapai 350 kasus (Sarianti, 2018).

Selain itu, remaja yang orangtuanya bercerai harus menghadapi kenyataan bahwa orangtuanya tidak lagi bersama. Anak dituntut untuk memahami keadaan orangtuanya yang berpisah dan melakukan penyesuaian diri. Anak bisa saja merasa kurangnya kasih sayang orangtuanya karena tidak lagi tinggal bersama dalam satu rumah. Keadaan tersebut tentu mempengaruhi emosi pada anak. Kondisi lingkungan yang selalu berubah-ubah juga menuntut remaja untuk dapat membina dan menyesuaikan diri dengan bentuk-bentuk hubungan yang baru dalam berbagai situasi sesuai dengan peran yang dibawakannya pada saat itu dengan lebih matang (Astuti, Wasidi, & Shintia, 2019). Apabila peran itu tidak dijalankan dengan baik akan menimbulkan konflik pada remaja tersebut.

Untuk menghindari konflik yang mengakibatkan hubungan bisa berakhir dibutuhkan pihak-pihak yang terlibat suatu hubungan tersebut mempunyai sikap perilaku pemaaf atau *forgiveness* (Alentina, 2016). Rasa sakit dan marah selama periode tertentu dapat menyebabkan remaja mengekspresikan kemarahan itu dengan cara tidak sehat dan bahkan melakukan kekerasan. Memaafkan adalah proses yang dapat mengembalikan hubungan yang rusak dan dapat meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan dengan mengurangi rasa marah (Paramitasari & Alfian, 2012). Dengan perilaku memaafkan yang berdasar pada komitmen untuk memperbaiki hubungan dan sebagai pertanggung jawaban tanpa syarat dari dalam diri individu akan mengurangi dorongan untuk melakukan balas dendam terhadap perlakuan menyakitkan sebelumnya (Widasuari & Laksmiwati, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh (Nasri, Nisa, & Karjuniwati, 2018) berjudul *Bagaimana Remaja Memaafkan Perceraian Orangtuanya: Studi Fenomenologis*, penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif dengan studi fenomenologis dengan jumlah responden 3 orang, ketiga responden menceritakan pelamannya terkait perceraian orang tuanya. Bagi ketiga responden perceraian orangtua adalah suatu peristiwa yang menyakitkan dan memalukan. Ketiga responden merasakan kemarahan, kebencian, sakit hati, dan kesedihan dalam perceraian orang tuanya. Penelitian yang dilakukan oleh (Astuti, Wasidi, & Shintia, 2019) berjudul *Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Memaafkan Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*, penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif dengan sampel sebanyak 86 siswa, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi memengaruhi perilaku memaafkan. Dari hasil penelitian menunjukkan regulasi emosi yang dimiliki siswa tergolong tinggi sehingga siswa cenderung lebih mudah memberi maaf kepada orang yang telah menyakiti.

Konflik menjadikan individu tidak mampu mencapai kesejahteraan hidup dengan baik, dikarenakan kondisi tidak nyaman yang ditimbulkan oleh konflik yang sedang dialami oleh individu. Konflik yang dialami secara umum dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adanya perasaan direndahkan, dihina oleh lingkungannya karena orangtua yang berceai. Pada dasarnya konflik seringkali terjadi goresan luka batin dalam diri individu yang tersakiti. (Astuti, Wasidi, & Shintia, 2019)

Remaja dengan orangtua yang bercerai cenderung merasa malu kepada teman-temannya karena orangtua yang berpisah. Perceraian yang terjadi justru mengganggu peran orangtua dan remaja yang kesulitan mendapatkan bimbingan dari orang tuanya. Salah satu upaya untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan memaafkan pihak-pihak yang telah menimbulkan rasa sakit. Memaafkan menjadi sangat penting bagi remaja yang orangtuanya bercerai untuk dapat mempertahankan hubungan baik dengan orangtuanya agar dapat memberikan dampak positif bagi diri sendiri (Nasri, Nisa, & Karjuniwati, 2018). Berikut hasil wawancara dengan partisipan:

Partisipan 1 inisial M (22 Desember 2019):

“waktu itu mama sama bapa cerai waktu aku SMA kelas 1, ya pasti marah, kecewa, kesel sama orangtua terutama bapa, kalo sama bapa tu sampe pernah ngrasa benci, karna bapa waktu sempet gamau biayain aku kuliah, sedih dan marah banget rasanyalah. Kalo masalah ke temen-temen dan lingkungan si ya, lebih ke akunya aja yang ngrasa malu buat temenan kaya minder gitu lho karna takutnya temen-temen mikir yang engga-engga kan, aku berani crita kalo sama temen yang emang udah dekat banget si. Kalo temen-teman sekolah si malu dan ngga pede aja pasti mereka mbatin kan kenapa orangtuaku cerai gitu”

Partisipan 2 inisial A (5 Januari 2020):

”siapa si yang ngga sedih liat orangtua pisah, ya paski marah sedih sebel kesel jadi satulah pokoknya mah, ngga karuan banget perasaanya, mikir juga kenapa si harus pisah cerai gitu, kasian mama kan harus kerja cari uang buat keluarga karna aku kan dua bersaudara. Waktu mama papa cerai tu gatau kenapa kaya temen temenku tu pada tau, awal awal ya malu lah mikir kenapa pada tau kan aku malu kan, apalagi ada beberapa temen yang nanyain kenapa orangtuaku pisah gitu kan, dan gamungkin aku crita kan dan gatau kenapa aku semenjak itu jadi ngga pede banget dan minder buat ketemu temen temen, karna takut ditanyain lagi”

Remaja dengan orangtua bercerai memiliki rasa bersalah, dan rasa kesepian yang lebih tinggi dibanding remaja dengan orangtua utuh. Penelitian Hassan, Yusoof, dan Alvi (2012) situasi meyenangkan dalam keluarga dan lingkungan sekitar berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan remaja. Kesejahteraan yang baik akan hadir ketika situasi menyenangkan terjadi dalam sebuah keluarga dan lingkungan sosial remaja. Keberfungsian keluarga berpengaruh sangat kuat dalam memengaruhi kesejahteraan remaja dan orangtua dalam menerima kebahagiaan.

Oleh sebab itu, kemampuan regulasi emosi yang baik diperlukan agar seorang remaja mampu menjalankan peran menyesuaikan diri dengan baik. Perilaku remaja paling banyak dipengaruhi oleh perilaku yang tidak terkontrol dengan baik. Seseorang yang mampu menyesuaikan diri dan mengelola emosinya akan menurunkan kemungkinan terjadinya konflik dan masalah psikologis. Regulasi emosi adalah cara individu mengelola emosi yang mereka miliki, kapan mereka merasakannya dan bagaimana mereka mengalami dan mengekspresikan emosi tersebut (Halimah & Hidayati, 2015).

Perbedaan dari penelitian sebelumnya dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah subjek penelitian dan alat ukur yang digunakan, alat ukur dalam penelitian ini menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh McCullough dan diuji validasinya di Indonesia oleh Agung (2015). Sedangkan dalam penelitian sebelumnya alat ukur yang digunakan menggunakan alat ukur yang dibuat sendiri oleh peneliti itu sendiri. Sehingga berdasarkan penjelasan diatas peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku memaafkan pada remaja dengan orangtua yang bercerai”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, rumusan penelitian yang diajukan adalah, apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku memaafkan pada remaja dengan orangtua yang bercerai

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku memaafkan pada remaja dengan orangtua yang bercerai.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat pada penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan evaluasi kepada remaja dengan orangtua yang bercerai agar dapat melakukan regulasi emosi dengan baik dan bisa memaafkan perilaku seseorang yang menimbulkan penyakit hati. Untuk orang tua diharapkan agar bisa menjalin komunikasi yang baik dengan anak, agar anak merasa nyaman untuk mencurahkan perasaanya.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan bagi disiplin ilmu psikologi, memperkaya teori, dan diharapkan dapat menambah pengetahuan atau informasi bagi peneliti atau pihak-pihak yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

