

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bagian ini penulis menguraikan hal-hal yang mendasari pelaksanaan penelitian. Bab ini tersusun atas empat bagian yaitu; latar belakang, pertanyaan penelitian, tujuan, manfaat, serta sistematika penelitian.

A. Latar Belakang Penelitian

Kesuksesan individu dalam mengembangkan diri serta membangun berbagai keterampilan pada masa remaja didasari oleh kompetensinya dalam menjalin hubungan sosial. Sensitivitas yang meningkat serta kerapuhan yang dirasakan pada masa transisi membuat remaja menjadi kategori usia paling rentan dalam mengalami krisis sehingga membutuhkan kompetensi sosial yang tinggi (Hashmi, 2013). Kompetensi sosial yang baik membuat remaja mampu berpartisipasi dalam kegiatan sosial, menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi, menunjukkan empati, serta membangun kemampuan penyelesaian masalah dalam berbagai situasi sosial (Shujja & Malik, 2015). Sebaliknya, kompetensi sosial yang buruk memengaruhi persepsi remaja terhadap dirinya. Remaja akan sulit merasakan penerimaan dari orang lain dan mengalami penurunan pencapaian dalam bidang akademis hingga minat pada hobi yang ia gemari (Smith & Hart, 2004). Pada tahap tertentu, perilaku tersebut dapat menyebabkan stress, depresi, ketidakpuasan atas performa akademik, delikueni, gangguan kesehatan mental, konsep diri yang memburuk, hingga perilaku menyakiti diri sendiri (Botvin, 2014; Sarnelle, 2018; Pastor, 2020).

Pembentukan kompetensi sosial pada diri remaja juga terancam dengan munculnya tatanan baru dalam menjalin interaksi pada masa kini (Hartley & Sommerville, 2015; Meherali dkk., 2021). Semenjak bulan maret 2019, telah diterapkan beberapa kebijakan nasional dalam upaya pencegahan dan penekanan angka pengidap COVID-19 di Indonesia. Penerapan kebijakan-kebijakan tersebut menimbulkan pergeseran dalam kehidupan remaja dan memiliki dampak yang beragam pada setiap individu. Setiap lapisan masyarakat mengalami pembatasan dalam berbagai bidang kehidupan dan harus

beradaptasi dengan upaya-upaya penanganan pandemi tersebut. Situasi isolasi diketahui dapat mendorong timbulnya peningkatan gejala stress, gangguan kecemasan, gangguan stress pasca-trauma, dan depresi pada remaja usia 13-17 tahun (Tamarit dkk., 2020; Guessoum dkk., 2020).

Survei kesehatan jiwa pada situasi pandemi COVID-19 yang dilakukan secara daring melalui laman Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia mengungkap bahwa sebanyak 64,8 persen dari 4010 responden di Indonesia menunjukkan gejala masalah psikologis berupa kecemasan, trauma, depresi, serta kecenderungan untuk bunuh diri dalam dua tahun terakhir. Masalah psikologis tersebut paling banyak ditemukan pada individu pada kategori usia di bawah 20 tahun dengan persentase mencapai 64%. Survey tersebut diikuti oleh masyarakat umum di Indonesia dengan persentase partisipan paling banyak dari provinsi Jawa Barat yaitu 26,7% (PDSKJI, 2019; PDSKJI, 2020). Dengan pengaruhnya yang besar terhadap pencapaian kesejahteraan psikologis, kompetensi sosial remaja menjadi sebuah urgensi untuk diteliti pada masa pandemik yang tengah berlangsung (Chaturvedi & Vishwakarma, 2021; ECLAC, 2020).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ulfa dan Mikdar di tahun 2020, ditemukan bahwa terdapat peningkatan sejumlah 80,2% dalam komunikasi *online* non-akademik yang dilakukan remaja. Responden menyatakan bahwa peningkatan tersebut juga berpengaruh terhadap pola komunikasi sosial remaja sehari-hari. Masyarakat khususnya kalangan remaja tidak memiliki banyak kesempatan untuk merasakan aspek non-verbal dalam interaksi sosial yang mendukung pembentukan kompetensi sosial remaja. Meningkatnya intensitas pembelajaran dan komunikasi daring selama masa pandemi juga mulai menimbulkan dampak pada kompetensi sosial remaja di Kota Bandung. Kota Bandung dengan populasi individu usia 10-19 tahun mencapai 15,4% (Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Bandung, 2019) cukup rawan dalam terjadinya penurunan tingkat kesejahteraan subjektif hingga tindakan-tindakan beresiko yang dilakukan oleh remaja.

Terdapat beberapa kemampuan internal yang berhubungan dengan pembentukan kompetensi sosial pada masa remaja. Salah satu yang mendasar

adalah kemampuan regulasi emosi. Kemampuan regulasi emosi bersifat intrinsik dan terus berkembang sejalan dengan usia individu, dan berhubungan langsung dengan kompetensi sosial dan kesejahteraan psikologis remaja (Denham, Brown, & Domitrovich, 2010). Wiguna dkk. (2010) menemukan bahwa masalah emosi merupakan masalah terbanyak kedua yang ditemukan pada remaja usia 12-19 tahun di Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo, yaitu sebanyak 42,2%. Penelitian lain mengungkapkan bahwa sebanyak 33,6% remaja yang berkonsultasi dengan layanan kesehatan jiwa memiliki masalah emosi pada dirinya (Elias & Haynes, 2008).

Kemampuan regulasi emosi merupakan bagian utama dari kompetensi emosional yang terdiri atas pengalaman dan ekspresi emosi, pemahaman atas emosi diri dan orang lain, serta proses regulasi emosi (Vorbach & Foster, 2003). Dengan menyadari dan menerima, remaja membuka diri untuk mendalami dinamika emosi yang tengah berlangsung untuk menetapkan tujuan terhadap fluktuasi emosi yang ia rasakan. Remaja dapat menjelajahi perkembangan pola pikir dan emosi yang dialaminya sembari mengatasi konflik untuk memenuhi kebutuhan otonomi psikologis serta kematangan tanpa membentuk keterhambatan dalam aspek sosial serta perilaku (Steinberg & Morris, 2001; Cicchetti & Rogosch, 2002; Widayati, 2021).

Selain kemampuan regulasi emosi, terdapat juga variabel dari luar diri yang bersifat interdependen dengan kompetensi sosial pada remaja yaitu kelekatan dengan kawan sebaya. Pada usia remaja, orang tua cenderung memiliki otoritas yang lebih sedikit dalam mengarahkan minat serta pilihan remaja (Smetana, 2006; Smetana & Turiel, 2008). Masa ini merupakan masa dimana keterikatan dengan kawan sebaya dan keinginan untuk diterima sangat terasa bagi individu. Remaja memiliki banyak kesempatan untuk memperluas lingkaran sosial yang ia miliki serta menemukan karakteristik pertemanan yang sesuai untuknya.

Remaja menghabiskan sebagian besar waktunya bersama kawan sebaya yang menimbulkan pengaruh dalam berbagai aspek kehidupannya (Santrock, 2007). Aspek-aspek tersebut meliputi nilai-nilai yang dihargai remaja, sikap, minat, perilaku, dan orientasi sosial maupun politik (Chuang, Walker, dan Bish, 2009). Remaja mulai mengandalkan teman dibandingkan orangtua untuk

mendapatkan kedekatan dan dukungan (Berndt & Perry dalam Berk, 2009; Papalia dkk., 2008). Lingkaran pertemanan dapat menjadi sumber popularitas, status, penerimaan, dan prestise dalam diri. Kelekatan dalam pertemanan remaja diindikasikan dengan adanya keterbiasaan remaja dengan kehadiran kawan dan rasa frustrasi atas penolakan ketika teman lekat tidak menampilkan reaksi sosial yang diharapkan individu. Teman lekat memberikan rasa nyaman dan dorongan untuk melakukan kesepakatan sehingga ketika terjadi konflik, remaja cenderung mengupayakan penyelesaian masalah tersebut secara positif agar mencapai keharmonisan dan tidak mengusik kelekatanannya dengan teman (Shnabel & Ulrich, 2016).

Secara bersamaan, individu dengan kemampuan regulasi emosi yang tinggi dan kelekatan kawan sebaya yang lebih *secure* diduga cenderung lebih menguasai kemampuan-kemampuan interaksi dengan individu lain dan mengembangkan hubungan tersebut sebagai salah satu sumber dukungan dalam perkembangan menuju masa dewasa (Choi & Park, 2011). Regulasi emosi yang dilakukan dengan tepat membuat remaja cenderung lebih mampu dalam menjalin interaksi sosial dengan orang sekitar karena adanya kemampuan dalam mengelola ragam stimulus yang dirasakan (Mavroveli & Sanchez-Ruiz, 2011). Remaja dengan pengelolaan emosi yang baik dalam hubungan kawan sebaya mampu meninggalkan kesan positif pada setiap interaksi karena kemampuannya dalam memahami dan menerima emosi yang tengah ia rasakan. Terlebih lagi dalam situasi pandemik di mana telah terjadi banyak pergeseran yang memengaruhi hidup remaja secara mendalam. Dengan melihat salah satu tugas perkembangan utama remaja yaitu membangun hubungan sosial yang sehat dengan kawan sebaya serta lingkungan (Smyke, 2010; Saguni, 2012), menjadikan variabel kemampuan regulasi emosi, kelekatan kawan sebaya, dan kompetensi sosial sebagai subjek yang relevan untuk diteliti pada remaja.

Melalui kajian literatur yang dilakukan, telah terdapat penelitian mengenai hubungan antara kelekatan kawan sebaya dan kemampuan sosial yang dilakukan Laible terhadap remaja pada tahun 2007. Pada penelitian itu, ditemukan bahwa remaja dengan pola kelekatan kawan sebaya aman cenderung lebih mungkin memiliki kompetensi sosial yang baik serta tidak melibatkan diri

dalam perilaku agresif dibanding remaja dengan kelekatan yang tidak aman dengan kawan sebayanya. Kelekatan kawan sebaya juga memiliki hubungan langsung yang lebih kuat terhadap kompetensi sosial remaja dibandingkan dengan kelekatan pada orang tua. Salah satu penelitian yang juga berkaitan adalah penelitian yang dilakukan oleh Arung Padang pada tahun 2018, di mana ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel regulasi emosi dan kompetensi sosial pada siswa SMA. Siswa SMA dengan kemampuan regulasi emosi tinggi cenderung memiliki tingkat kompetensi sosial yang juga tinggi. Sedangkan pelajar dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah cenderung memiliki kompetensi sosial yang rendah.

Adapun penelitian terhadap kemampuan regulasi emosi dan kelekatan kawan sebaya telah dilakukan terhadap individu kategori usia remaja di kota Yogyakarta. Penelitian yang dilakukan oleh Rasyid (2012) dan Putriningsih (2022) menunjukkan bahwa remaja dengan kemampuan regulasi emosi yang tinggi cenderung memiliki kelekatan yang lebih aman dengan teman sebayanya. Begitu pula dalam penelitian yang dilakukan oleh Pratisti (2013) dan Nurmalita (2014) yang membahas mengenai proses pengendalian emosi dan kognitif yang dilakukan anak hingga pengaruh kemampuan regulasi terhadap keberhasilan anak dalam bersosialisasi di sekolahnya. Pada studi-studi mengenai kelekatan dan kompetensi sosial, peneliti seringkali menemukan penelitian yang bertujuan untuk menentukan hubungan dan pengaruh tiap jenis kelekatan terhadap kompetensi sosial serta penelitian yang cenderung mengutamakan kelekatan dengan orang tua dibandingkan dengan kawan sebaya (Ismadiyani, 2018). Sebagian besar penelitian juga membahas mengenai kecenderungan individu untuk berperilaku, melakukan kenakalan remaja atau mengalami gangguan kesehatan psikologis terkait kemampuan regulasi emosi, kelekatan kawan sebaya, serta kompetensi sosialnya.

Namun, hingga saat ini belum terdapat penelitian yang mengidentifikasi hubungan kemampuan regulasi emosi dan kelekatan kawan sebaya dengan kompetensi sosial secara khusus terhadap remaja di Kota Bandung. Peneliti melihat adanya kebutuhan untuk mengetahui dinamika yang terjadi antara kedua variabel independen sebagai faktor internal serta eksternal dengan

variabel dependen disertai ciri khas yang timbul dalam hubungan tersebut. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kemampuan Regulasi Emosi dan Kelekatan Kawan Sebaya dengan Kompetensi Sosial Remaja di Kota Bandung”.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, pertanyaan dalam penelitian ini adalah “apakah kemampuan regulasi emosi dengan kelekatan kawan sebaya berhubungan dengan kompetensi sosial remaja”?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara kemampuan regulasi emosi dan kelekatan kawan sebaya dengan kompetensi sosial remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Pelaksanaan penelitian ini memiliki manfaat dalam memperluas pengembangan keilmuan psikologi remaja khususnya pada bidang perkembangan kemampuan regulasi emosi, kelekatan kawan sebaya, serta kompetensi sosial. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sarana pengembangan hubungan interpersonal sehingga setiap individu mampu mengembangkan kompetensi sosial dengan baik secara umum.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi remaja di kota Bandung

Temuan-temuan dalam penelitian ini dapat memberikan implikasi praktis bagi remaja dalam memahami dampak baik dan buruk yang dirasakan terkait pengolahan emosi serta hubungan dengan teman sebaya dengan memahami aspek-aspek perkembangan psikologis sebagai dasar untuk menjalin pertemanan yang baik dan meraih pencapaian yang juga baik di sekolah. Diharapkan remaja di kota

Bandung berhasil mengelola emosinya dengan baik dan mendorongnya dalam mengeksplorasi berbagai aspek lain dalam perkembangan.

- b. Bagi pengajar, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber acuan dalam identifikasi perilaku sosial dan akademik remaja sehingga remaja-remaja secara umum dapat memiliki akses optimal dalam mengembangkan dirinya dalam lingkungan akademik dan menunjukkan performa yang sehat.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, temuan-temuan dalam penelitian ini diharapkan telah mencakup aspek-aspek utama dalam perkembangan kemampuan psikologis seperti adanya tingkat kompetensi sosial yang berbeda pada setiap individu berdasarkan status demografinya.