

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab I terdapat pokok bahasan mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan salah satu bagian dari kehidupan manusia dan memperoleh pendidikan yang layak adalah hak setiap warga Negara. Pendidikan bisa didapatkan dari orangtua, guru, teman, dan lingkungan. Salah satu wadah untuk mendapatkan pendidikan adalah sekolah. Sekolah merupakan tempat menggali ilmu. Hingga saat ini masih dipercaya oleh sebagian besar masyarakat sebagai sarana untuk belajar, melatih kemampuan, menerima pendidikan atau sebagai proses pendewasaan pada anak. Sekolah memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan remaja. Di sekolah remaja dapat berinteraksi dengan semua orang diantaranya guru, teman sebaya, petugas tata usaha, dan para staff yang bekerja di sekolah dengan beragam latar belakang sosial dan etnis yang berbeda. Interaksi yang dibangun memberikan dampak positif maupun negatif. Lingkungan yang memberikan dampak positif dapat meningkatkan prestasi, sedangkan lingkungan yang memberikan dampak negatif dapat menimbulkan perilaku yang tidak sesuai dengan harapan dan norma yang berlaku di masyarakat. Interaksi yang paling penting dalam kehidupan remaja adalah lingkungan teman sebaya (*peer*).

Pubertas pada remaja merupakan fase peralihan bagi manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Beberapa perubahan pola perkembangan biasanya terjadi pada masa remaja, baik sebagai perubahan biologis yaitu perubahan fisik, perubahan kognitif yaitu perubahan kecerdasan, dan perubahan sosioemosional yaitu perubahan penyesuaian emosi (Santrock, 2003). Oleh karena itu, peran teman sebaya merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengendalian emosi remaja tersebut. Salah satu perubahan pola perkembangan yang terjadi pada masa remaja adalah perubahan sosio-emosional, dimana perkembangan emosi remaja biasanya terjadi dengan perubahan-perubahan penting salah satunya adalah emosi. Emosi adalah gejala

perasaan seseorang yang melibatkan perubahan atau perilaku fisik, seperti: kemarahan yang ditunjukkan dengan teriakan atau kesedihan yang ditunjukkan dengan tangisan dan air mata serta kegembiraan yang ditunjukkan dengan senyuman dan tawa.

Menurut Hasan (2006) (dalam Hanum Hasmarlin 2019, hal. 149) menjelaskan bahwa emosi memiliki tingkatan intensitas tertentu. Satu peristiwa yang sama bisa membuat banyak individu mengeluarkan respon emosional yang berbeda-beda intensitas atau tingkatannya. Intensitas emosi yang terlalu tinggi dapat membuat individu kehilangan kontrol. Selama masa remajanya, mereka cenderung mengalami tingkat stres emosional yang tinggi. Situasi ini, yang kemudian dibersamai dengan tekanan sosial, perubahan minat dan peran, serta kondisi lingkungan yang baru, semakin meningkatkan ketegangan emosional kaum muda (Hurlock, 2010). Menurut Santrock (dalam Amitya Kumara, 2018, hal. 20) kemampuan mengontrol emosi merupakan aspek penting dalam perkembangan aspek emosi pada remaja. Kemampuan pengelolaan emosi berkaitan dengan berbagai keberhasilan atau kegagalan banyak aspek, misalnya akademik. Oleh karena itu, remaja membutuhkan regulasi emosi untuk mengelola emosinya.

Menurut Thompson (1994), regulasi emosi adalah pembelajaran internal dan eksternal untuk mengidentifikasi, memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi respons emosional. Dalam hal ini, individu tersebut mampu mengenali bentuk emosi yang dirasakannya, memonitor emosi tersebut, mengevaluasi dan memodifikasi cara-cara menghadapi emosi yang dialami. Oleh karena itu, remaja biasanya memiliki hubungan yang terbentuk ketika usia remaja yakni *peer attachment* atau kedekatan dengan teman sebaya, yang membantu remaja dalam memecahkan suatu persoalan yang terjadi pada dirinya. Sedangkan menurut Ainsworth (dalam Bowlby, 1982) mendefinisikan *attachment* sebagai suatu hubungan yang bersifat afeksional (kasih sayang) yang ditujukan pada orang-orang tertentu dan berlangsung secara terus menerus. Ketika usia remaja, individu akan mengembangkan figur kelekatan mereka pada teman sebaya, dan guru. Ketika usia remaja, biasanya individu akan mulai membentuk hubungan atau kedekatan yang lebih erat dengan teman sebaya. Hubungan yang erat

tersebut terbentuk karena jalinan komunikasi dan kepercayaan yang tercipta dengan baik satu sama lain (Armsden & Greenberg, 2009). Remaja juga sering menghabiskan waktu dengan teman sebaya mereka, baik dalam lingkungan sekolah maupun di luar sekolah, dengan demikian teman sebaya merupakan figur kelekatan atau *attachment* yang memiliki peran penting dalam masa ini.

Regulasi emosi juga dapat diartikan sebagai usaha yang dilakukan seseorang untuk mengontrol emosi yang sedang dirasakan, dan bagaimana emosi ini kemudian diekspresikan. Usaha yang diperlukan untuk mengelola emosi dapat bersifat otomatis ataupun terkontrol, atau tidak sadar maupun sadar (Snyder, 2006, dalam Amitya Kumara 2018, hal. 16). Peran emosi dari perspektif fungsionalisme kontemporer dapat menyebabkan perubahan perilaku, mempengaruhi pengambilan keputusan, meningkatkan ingatan akan suatu peristiwa penting, dan memfasilitasi interaksi antar manusia (Gross & Thompson, 2006). Di sisi lain, emosi dapat membantu kehidupan seseorang, tetapi juga dapat menyakitkan jika terjadi pada waktu yang salah dan dengan intensitas yang salah. Respon emosional yang tidak tepat dikaitkan dengan kondisi patologis, kesulitan dalam interaksi sosial bahkan dapat menyebabkan penyakit fisik (Gross & Thompson, 2006). Jadi mungkin tergantung pada kemampuan seseorang untuk mengatur emosinya. Oleh karena itu, *peer attachment* dapat memberikan dukungan yang sangat penting dalam meregulasi emosi pada setiap individu. Lingkungan remaja yang baik dapat dilihat dari pergaulan remaja yang mendukung teman satu dengan teman yang lain akan lebih baik dalam melakukan regulasi emosinya, berbeda dengan lingkungan remaja yang saling menjatuhkan satu sama lain. Regulasi emosi juga merupakan sebuah kemampuan yang dimiliki seorang individu untuk tetap tenang saat berada di bawah tekanan (Reivich & Shatte, 2002). Dapat dikatakan remaja dapat mengontrol emosi ketika dirinya merasa dalam situasi yang cukup tegang atau tertekan dengan caranya masing-masing. Menurut pendapat Gross & John (2003) juga mendefinisikan regulasi emosi sebagai jangkauan strategi atau metode sadar dan tidak sadar yang digunakan untuk meningkatkan, memperkenalkan, mengarahkan, mengendalikan dan mengurangi satu atau lebih komponen dari respon emosional. Dalam keadaan

sadar maupun tidak sadar individu memiliki cara atau strateginya masing-masing dalam melakukan regulasi emosi sesuai dengan kemampuannya.

Gross & Thompson (2006) juga menjelaskan bahwa regulasi emosi dapat menjadi salah satu strategi koping dalam menghadapi stres psikologis. Sementara itu, Setyowati (2010) menjelaskan bahwa orang yang menghadapi masalahnya secara positif dapat menilai situasi, mengubah pikiran negatif menjadi positif, dan mengelola emosinya. Oleh karena itu, individu yang berhasil dalam proses koping bergerak ke proses penyesuaian, yang dapat menyebabkan kemampuan individu untuk mengatasi stres tambahan. Sebaliknya, ketika individu gagal dalam proses coping, maka dapat menimbulkan stres yang berkelanjutan. Menurut pendapat (Thomson, 2011) pada masa remaja individu belajar mengendalikan emosinya. Cara individu menghadapi emosi negatif dalam dirinya membuat mereka mengelola emosi dalam berbagai situasi yang dialaminya. Namun, beberapa dari efek negatif ini sebanding dengan efek positif yang timbul dari ikatan teman sebaya. Efek positif yang ingin ditingkatkan oleh para peneliti. Menurut teori kelekatan, dukungan figur kelekatan dan ketersediaan emosi sangat mempengaruhi perkembangan anak dalam menyesuaikan diri dengan regulasi emosi. Kelekatan yang terjadi pada masa remaja menciptakan dan membentuk persahabatan kemudian disertai dengan kepercayaan terhadap teman, penerimaan dan komunikasi yang sangat intens dengan teman sebaya (*peer attachment*), menimbulkan rasa ketergantungan, rasa aman dan rasa aman bagi individu.

Remaja yang memiliki persahabatan atau ikatan yang erat dengan teman sebayanya sangat kuat, jauh lebih baik dan lebih terbuka untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, dan emosinya. Oleh karena itu, keterikatan yang baik dapat membantu remaja mengatur emosinya. Fenomena ini menjadi sangat menarik untuk diteliti, khususnya penelitian yang dilakukan pada siswa SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023. Secara historis, penelitian pernah dilakukan pada siswa SMA yang bersekolah di pesantren, penelitian juga pernah dilakukan pada siswa sekolah menengah pertama (SMP), dan belum banyak ditemukan penelitian mengenai hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada remaja kelas X. di SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023. Oleh karena itu, penelitian baru dalam mengangkat topik atau judul

hubungan antara *peer attachment* dan regulasi emosi remaja di SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023 sangat penting.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi antar individu adalah riwayat keterikatan dengan anak (Cassidy, 1994). Karena pola keterikatan sudah mewakili jenis regulasi emosional interaktif tertentu dengan individu (Zimmerman, et al, 2001), yang menentukan perkembangan masa depan, bahkan di masa remaja. Salah satu bagian dari *attachment* adalah *peer group*. Oleh karena itu hubungan antara *peer attachment* atau kelekatan teman sebaya dengan regulasi emosi pada remaja sudah seharusnya ada dan ditingkatkan dalam kehidupan sehari-hari

Berdasarkan hal-hal yang sudah dipaparkan di atas, rumusan masalah yang akan dibahas pada penelitian ini adalah sebagai berikut.

- 1.2.1 Bagaimana gambaran Hubungan antara *Peer Attachment* dengan Regulasi Emosi pada Remaja kelas X SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023 ?
- 1.2.2 Bagaimana gambaran *peer attachment* pada remaja kelas X di SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023 ?
- 1.2.3 Bagaimana gambaran regulasi emosi pada remaja kelas X di SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023 ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian di atas, tujuan penelitian ini untuk memperoleh.

- 1.3.1 Gambaran Hubungan antara *Peer Attachment* dengan Regulasi Emosi pada Remaja di SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023.
- 1.3.2 Gambaran *peer attachment* pada remaja kelas X di SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023.
- 1.3.3 Gambaran regulasi emosi pada remaja kelas X di SMK Nur Insani Kab. Pandeglang tahun ajaran 2022/2023.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis dalam dunia pendidikan, khususnya pada bidang Bimbingan dan Konseling, yaitu sebagai berikut.

1.4.1 Manfaat Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi pendidikan dan bimbingan, serta memperkaya hasil penelitian yang telah ada dan dapat memberikan gambaran mengenai hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada remaja di SMK Nur Insani di Kab. Pandeglang. Serta dapat menjadikan bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Secara Praktis

Adapun manfaat yang didapatkan dengan dilaksanakannya penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi berbagai pihak, seperti:

1) **Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperoleh pengalaman meneliti secara langsung. Memiliki kemampuan untuk memilih intervensi yang sesuai dengan permasalahan yang ditemukan. Memiliki kemampuan dalam menyikapi berbagai permasalahan yang ditemukan.

2) **Bagi Subjek Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi bagi peserta didik mengenai kelekatan pada teman sebaya (*peer attachment*) dan cara meregulasi emosi yang baik dilingkungan sekolah sehingga peserta didik dapat menjalankan peran sosialnya dilingkungan sekolah dengan baik.

3) **Bagi Lembaga Sekolah**

Hasil penelitian diharapkan memberikan informasi bagi lembaga mengenai masalah yang dihadapi oleh peserta didik, dan mengetahui kemampuan penyesuaian sosial peserta didik sehingga lembaga sekolah dapat mendorong peserta didik untuk mencapai perannya di lingkungan sekolah.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Dalam bagian ini dibahas urutan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam skripsi.

- 1.5.1 Bab I berisikan pendahuluan yang meliputi pokok bahasan mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
- 1.5.2 Bab II berisikan kajian pustaka yang meliputi konsep teori *peer attachment*, regulasi emosi, hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi pada remaja, peneliti terdahulu, layanan bimbingan pribadi sosial, tujuan layanan bimbingan pribadi sosial, dan hipotesis penelitian.
- 1.5.3 Bab III berisikan metode penelitian meliputi desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel penelitian, instrument penelitian, uji coba alat ukur, prosedur penelitian, teknik pengumpulan data, dan analisis data.
- 1.5.4 Bab IV berisikan hasil penelitian dan pembahasan meliputi yang berisi uraian mengenai temuan, pembahasan dan implikasi bagi bimbingan dan konseling.
- 1.5.5 Bab V berisikan Simpulan, dan Rekomendasi yang berisi ringkasan dan komentar atas temuan penelitian.