

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah periode transisi dalam kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa, remaja mengalami berbagai perubahan dalam pola perkembangan, termasuk perubahan biologis yang mencakup perubahan fisik, perubahan kognitif yang berkaitan dengan perkembangan intelegensi, serta perubahan sosioemosional yang berkaitan dengan adaptasi emosi (Santrock, 2012). Pada masa ini remaja sering mengalami perubahan dalam pola pikir seperti emosi dan cara dalam menunjukkan penyesuaian terhadap lingkungan melalui tindakan (Putra, 2018). Perubahan yang terjadi berhubungan dengan perubahan emosi yang tidak stabil pada remaja, sehingga mereka membutuhkan kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik (Casey *et al.*, 2019).

Remaja yang tinggal di panti asuhan merupakan remaja yang memiliki masalah dalam kehidupannya, seperti remaja yang tidak memiliki orang tua, korban perceraian, juga remaja yang masih memiliki orang tua tapi kurang dalam perekonomian sehingga tidak sanggup mencukupi kebutuhan sehari-hari (Rifai, 2015). Sanjiwani *et al* (2020) yang mengatakan remaja yang tinggal di panti asuhan sering menunjukkan permasalahan seperti kesulitan mematuhi aturan, kesulitan beradaptasi dilingkungan luar panti, perilaku saling ejek terhadap teman, tidak dapat menghormati pengasuh dan teman. Selain itu, remaja ini rentan mengalami permasalahan emosional seperti amarah yang berlebihan dan perilaku

sulit dikendalikan terutama yang tidak memperoleh perhatian, kasih sayang dan dukungan dari orang tua (Hasanah *et al.*, 2024).

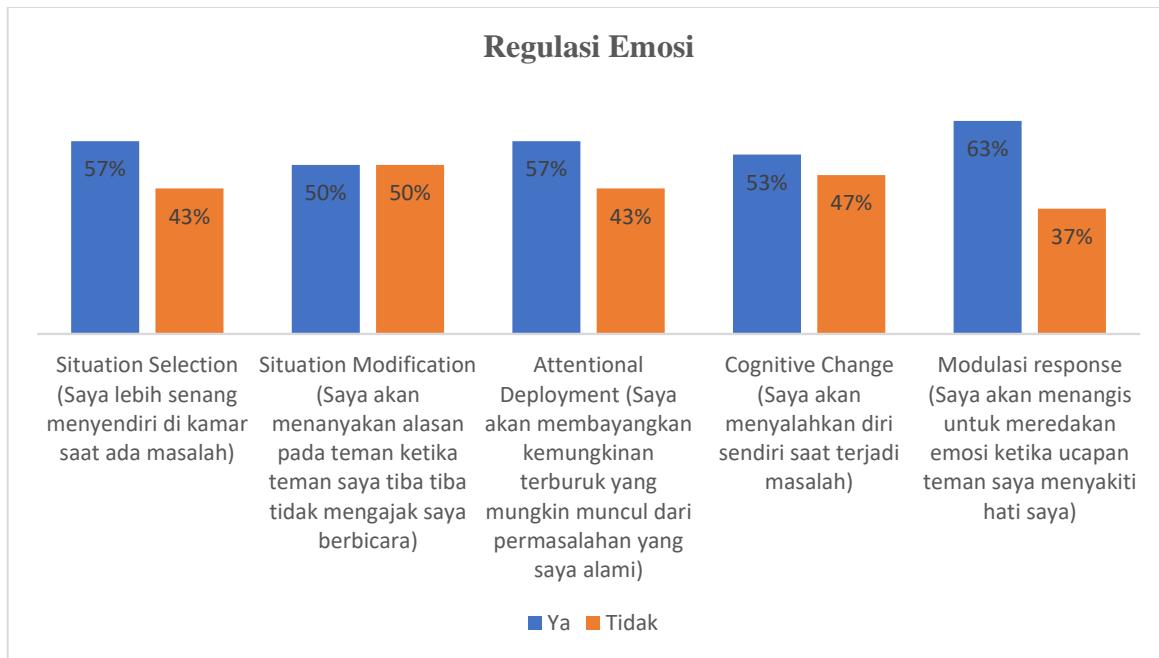
Masalah yang dihadapi remaja juga berkaitan dengan keterbatasan mereka dalam mengekspresikan perasaan kepada pengasuh, hal ini disebabkan oleh jumlah pengasuh yang terbatas, sehingga mereka tidak dapat memenuhi seluruh kebutuhan emosional anak asuh secara menyeluruh (Illahi & Akmal, 2018). Lingkungan panti asuhan yang tidak stabil atau sulit diprediksi juga dapat mempengaruhi dan memperburuk tantangan dalam mengelola emosi yang dihadapi oleh remaja (Sadeghzadeh & Bagheri, 2023). Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, remaja sering mengalami ketegangan emosional yang cukup intens. Dalam mengelola emosi memiliki beberapa keragaman didasarkan dari latar belakang, jenis kelamin, serta pengalaman yang berbeda (Julistia *et al.*, 2024). Janah (2015) yang menyebutkan bahwa salah satu kebutuhan utama remaja yang sangat penting namun sering kali menyebabkan ketegangan emosional adalah kemampuan mereka dalam mengelola emosi. Oleh karena itu, remaja memerlukan regulasi emosi untuk mengendalikan perasaan yang mereka alami (Lestari & Satwika, 2018).

Menurut Gross (2014), regulasi emosi merujuk pada serangkaian proses yang kompleks dan dinamis yang bertujuan untuk mengatur, mengelola, dan memanipulasi emosi yang dialami seseorang, baik dalam hal bagaimana emosi tersebut dirasakan dalam diri individu maupun bagaimana emosi itu diekspresikan kepada orang lain. Regulasi emosi dapat diukur melalui aspek menurut Gross 2014 yaitu *situasion selection* (pemilihan situasi), *Situasion modification*

(modifikasi situasi), *attentional deployment* (penyebaran perhatian), *cognitive change* (perubahan kognitif), *modulasi respon*.

Ketika kemampuan pengelolaan emosi rendah, remaja cenderung tidak mempertimbangkan konsekuensi dari suatu keputusan, sehingga mereka sering kali membuat keputusan yang kurang tepat (Amira & Mastuti, 2021). Hal ini didukung oleh Safrudin (2021), bahwa sebanyak 63,09% remaja di panti asuhan memiliki kemampuan regulasi emosi yang rendah atau merasa sulit untuk mengendalikan emosi. Lebih spesifiknya, kemampuan yang rendah ini dialami oleh remaja awal yang berusia 10-15 tahun sebesar 49,03%. Selanjutnya, dialami oleh remaja tengah yang berusia 15-18 tahun sebesar 52,88%. Hal ini juga terlihat pada hasil survei yang dilakukan peneliti di Yayasan Yatim Piatu Ar-Raudhah dan Panti Asuhan Al-Qamar pada tanggal 13 dan 14 Januari 2025 dengan menggunakan kuesioner secara *offline* kepada 30 remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe bahwasanya rata-rata remaja panti asuhan terindikasi memiliki permasalahan pada regulasi emosi. Berikut diagram hasil survei yang telah dilakukan oleh peneliti.

Gambar 1. 1 Diagram Hasil Survei Awal Regulasi Emosi



Berdasarkan hasil survei awal diatas, ditemukan masalah pada remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe. Pada aspek pertama *situasion selection*, didapatkan hasil bahwa 57% remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe lebih senang menyendiri dikamar ketika ada masalah. Pada aspek kedua *situasional modification* disapatkan hasil bahwa 50% remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe tidak akan menanyakan alasan ketika teman-temannya tidak mengajaknya berbicara. Pada aspek ketiga *Attentional Deployment* didapatkan hasil bahwa 57% remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe akan membayangkan kemungkinan terburuk yang mungkin muncul dari permasalahan yang dialami. Pada aspek keempat *cognitif change* didapatkan hasil bahwa 53% remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe ketika ada masalah akan menyalahkan diri sendiri karena merasa masalah timbul karena kelalaian atau ulah dari diri sendiri. Pada aspek kelima *modulasi respons* didapatkan hasil bahwa 63% remaja panti asuhan

di kota Lhokseumawe akan menangis saat ada ucapan teman yang menyakiti hati untuk meredakan emosi

Dalam mengendalikan emosi, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi adalah kelekatan atau *attachment* (Lestari & Satwika, 2018). Figur lain yang dapat memperkuat ikatan emosional adalah teman sebaya. Menurut Armsden & Greenberg (1987), *peer attachment* adalah hubungan yang erat antara individu dengan teman sebaya yang dibangun melalui komunikasi yang efektif. Hal ini tercermin dalam orientasi sosial remaja, dimana perhatian mereka mulai lebih banyak terfokus pada teman sebaya (Kholifah & Sodikin, 2020).

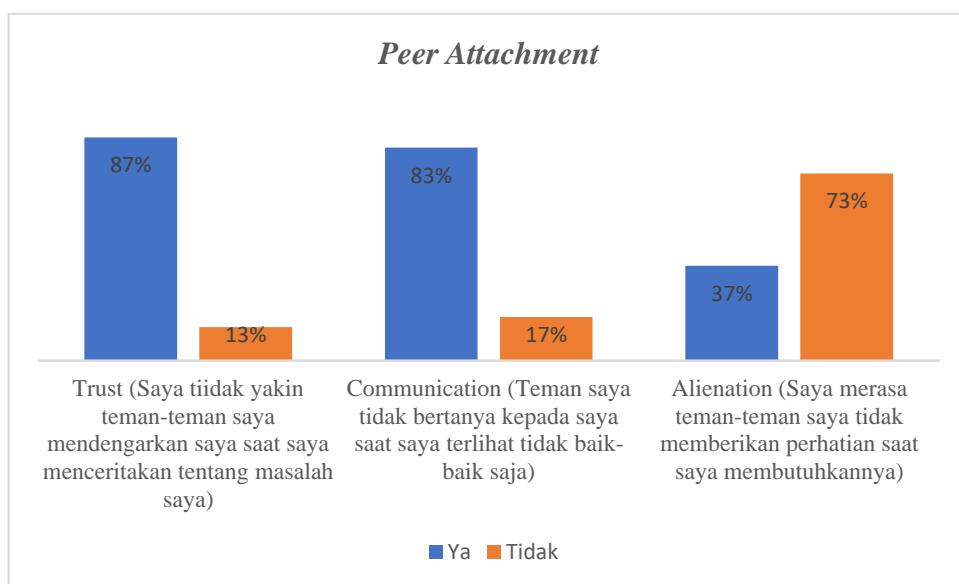
Kelekatan yang terjalin pada masa remaja akan membentuk persahabatan, remaja yang memiliki persahabatan yang kuat cenderung lebih terbuka dalam mengekspresikan pikiran, perasaan, dan emosi yang mereka alami (Luthfi & Husni, 2020). Papalia & Feildman (dalam Kustanto & Khairunnisa, 2022) juga mengatakan bahwa pada masa ini, remaja lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebaya dibandingkan dengan keluarga.

Teman sebaya dapat berperan penting dalam menentukan hal-hal positif dan mempengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri. Komunikasi dan sistem kepercayaan ini muncul dari anggapan bahwa teman sebaya lebih mampu memahami perasaan remaja dibandingkan dengan orang dewasa (Ningrum & Firdaning, 2021). Selain itu, teman sebaya juga dapat memengaruhi pengaturan emosi seseorang (Annisa *et al.*, 2024). Dengan demikian, kelekatan yang baik dengan teman sebaya (*peer attachment*) dapat membantu remaja dalam regulasi emosi (Luthfi dan Husni, 2020). *Peer attachment* dapat diukur melalui aspek

menurut Armsden & Greenberg (1987) yaitu *trust* (kepercayaan), *communication* (komunikasi), dan *alienation* (keterasingan).

Adapun hasil survei awal yang telah dilakukan oleh peneliti di Yayasan Yatim Piatu Ar-Raudhah dan Panti Asuhan Al-Qamar pada tanggal 13 dan 14 Januari 2025 dengan menggunakan kuesioner secara *offline* kepada 30 remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe.

Gambar 1.2 *Diagram Hasil Survei Awal Peer Attachment*



Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan, ditemukan masalah pada remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe. Pada aspek pertama yaitu *Trust* didapatkan hasil 13% remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe merasa tidak didengarkan teman-temannya ketika menceritakan masalah yang dialami. Pada aspek kedua yaitu *communication* didapatkan hasil 17% remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe merasa bahwa teman-teman mereka tidak bertanya keadaan mereka saat raut wajah mereka terlihat murung atau sedih. Pada aspek ketiga yaitu *alienation* didapatkan hasil bahwa 37% remaja panti asuhan di kota

Lhokseumawe merasa bahwa teman-temannya tidak memberikan perhatian saat mereka sedang membutuhkan. Berdasarkan hasil survei kedua variabel, mayoritas remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe terindikasi memiliki *peer attachment* dan memiliki permasalahan pada regulasi emosi.

Berdasarkan pemaparan diatas hal ini menunjukkan pentingnya memahami perubahan emosional remaja panti asuhan yang rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis akibat kehilangan figur lekat dari orang tua, kondisi tersebut membuat mereka mengalami kesulitan dalam regulasi emosi, yang jika tidak ditangani dapat berdampak pada munculnya perilaku maladaptif dan salah satu faktor yang dapat membantu yaitu *peer attachment* hal tersebut membuat remaja panti asuhan dapat berbagi permasalahan emosional kepada teman sebayanya. Meskipun penelitian serupa telah dilakukan pada siswa sekolah, santri, dan mahasiswa, jarang ditemukan penelitian yang secara khusus memperhatikan remaja yang tinggal di panti asuhan. *Novelty* penelitian ini yaitu remaja yang tinggal di panti asuhan di Kota Lhokseumawe dan menggunakan teori regulasi emosi Gross (2014) yang lebih menyeluruh daripada penelitian sebelumnya. Karena adanya kesenjangan dari penelitian sebelumnya membuat peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara kelekatan teman sebaya (*peer attachment*) dengan regulasi emosi remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe.

1.2 Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Luthfi & Husni, 2020) dengan judul penelitian “*Peer Attachment* dengan Regulasi Emosi Pada santri” pada penelitian yang dilakukan peneliti terdapat hubungan signifikan antara *peer*

attachment dengan regulasi emosi *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. *Peer attachment* yang terbentuk melalui interaksi dan komunikasi membantu santri untuk mengelola emosi saat mengalami masalah, khususnya masalah selama berada di pondok pesantren, penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan subjek sebanyak 220 santri remaja kelas VIII dan IX Tsanawiyah, perbedaan terletak pada jumlah dan usia subjek serta lokasi penelitian, dimana penelitian Luthfi dan Husni 2020 dilakukan di Pekan Baru sedangkan penelitian ini dilakukan di kota Lhokseumawe. Kemudian teknik pengambilan sampel yang digunakan penelitian sebelumnya yaitu teknik *insidental sampling* sedangkan penelitian ini menggunakan teknik *sensus/sampel total*. Pada penelitian sebelumnya menggunakan teori Gross & John (2003) sedangkan penelitian ini menggunakan teori Gross (2014)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Annisa et al., 2024) dengan judul penelitian “Pengaruh *Peer Attachment* dengan Regulasi Emosi pada Remaja” pada penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *peer attachment* terhadap regulasi emosi pada remaja dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,050$ dan nilai R *square* sebesar 0,175. Artinya semakin tinggi *peer attachment* maka semakin tinggi regulasi emosi pada remaja, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif regresi menggunakan teknik *accidental sampling* dengan subjek sebanyak 202 remaja berusia 12-22 tahun, perbedaan terletak pada metode penelitian dimana penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan teknik *sensus/sampel total*, dan lokasi penelitian sebelumnya dilakukan di Makassar sedangkan penelitian ini dilakukan

di kota Lhokseumawe. Pada penelitian sebelumnya menggunakan teori Gross & Thompson (2007) sedangkan penelitian ini menggunakan teori Gross (2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Lestari & Satwika, 2018) dengan judul penelitian “Hubungan Antara *Peer Attachment* Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa Kelas VIII Di SMPN 28 Surabaya” pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdapat hubungan positif yang signifikan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi siswa kelas VIII di SMPN 28 Surabaya, artinya semakin meningkat *peer attachment* siswa maka semakin meningkat pula regulasi emosi yang dimiliki, begitu pula sebaliknya, semakin rendah *peer attachment* siswa, maka semakin rendah pula regulasi emosi yang dimiliki, penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi menggunakan sampel jenuh dengan subjek 265 siswa kelas VIII, perbedaan terletak pada subjek penelitian sebelumnya adalah siswa kelas VIII, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek remaja panti asuhan, dan lokasi penelitian sebelumnya di Surabaya sedangkan lokasi penelitian ini dilakukan di kota Lhokseumawe. Penelitian sebelumnya menggunakan teori Thompson (1994), sedangkan penelitian ini menggunakan teori Gross (2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Kurnia Illahi & Akmal, 2018) dengan Judul penelitian “Hubungan Kelekatan Teman Sebaya dan Kecerdasan Emosi pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan” pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan teman sebaya dan kecerdasan emosi dengan $r = 0,221$ ($p = 0,024$; $p < 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kelekatan teman sebaya pada remaja yang

tinggal di panti asuhan maka semakin tinggi pula kecerdasan emosi yang dimiliki, penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi dengan teknik incidental sampling dengan subjek penelitian sebanyak 104 remaja berusia 12-18 tahun yang tinggal di panti asuhan, perbedaan penelitian terletak pada salah satu variabel yaitu penelitian sebelumnya menggunakan variabel kecerdasan emosi sedangkan penelitian ini menggunakan variabel regulasi emosi, jumlah subjek, lokasi penelitian sebelumnya dilakukan di DKI Jakarta sedangkan penelitian ini dilakukan di kota Lhokseumawe, dan teknik pengambilan sampel yang dilakukan, penelitian sebelumnya menggunakan teknik *insidental sampling* sedangkan penelitian ini menggunakan teknik sensus/sampel total.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Kustanto & Khoirunnisa (2022) dengan judul penelitian “Hubungan *Peer Attachment* dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswa Tingkat Akhir” pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa *peer attachment* dengan regulasi emosi memiliki hubungan positif yang signifikan dengan tingkat keeratan hubungan yang sedang yang artinya kecenderungan mahasiswa untuk meregulasi emosinya dapat dilihat dari hubungannya dengan teman sebayanya, mahasiswa yang memiliki hubungan dengan teman sebaya yang baik maka ia dapat meregulasi emosinya dengan baik, begitupun sebaliknya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan teknik pengambilan sampel jenuh, dengan subjek sebanyak 189 mahasiswa jurusan psikologi, perbedaan penelitian yaitu subjek penelitian sebelumnya yaitu mahasiswa tingkat akhir sedangkan penelitian ini remaja panti

asuhan dan lokasi penelitian sebelumnya dilakukan di Surabaya sedangkan penelitian ini dilakukan di kota Lhokseumawe.

Dari penjelasan diatas terlihat bahwa dari penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya berbeda dengan penelitian ini. Hal ini terlihat dari responden penelitian dimana penelitian sebelumnya membahas remaja umum, sedangkan penelitian ini membahas remaja panti asuhan, variabel penelitian, teori, lokasi penelitian dan juga tujuan serta manfaat penelitian.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan, adapun rumusan masalah yang akan dibahas di penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan *peer attachment* dengan regulasi emosi pada remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe?

1.4 Tujuan

Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *peer attachment* dengan regulasi emosi pada remaja panti asuhan di kota Lhokseumawe.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah diharapkan penelitian yang dilakukan dapat memberikan kontribusi pengetahuan dan wawasan di bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial, khususnya terkait dengan *peer attachment* dan regulasi emosi. Selain itu, juga dapat menjadi referensi dan bermanfaat bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti *peer attachment* dengan regulasi emosi.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi remaja yang tinggal di panti asuhan, penelitian ini diharapkan dapat membuat remaja panti asuhan lebih terbuka dan saling percaya dengan menjalin komunikasi yang baik antara teman sebaya, sehingga dengan keterbukaan dan kepercayaan tersebut membantu remaja dapat mengelola emosinya dengan baik.
2. Bagi pengurus panti asuhan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan untuk menciptakan aktivitas atau program yang mendukung pengembangan keterampilan regulasi emosi bagi remaja, seperti sesi konseling kelompok atau kegiatan yang memperkuat keterikatan sosial di antara penghuni panti.