

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Periode transisi perkembangan dari masa kanak – kanak sampai masa dewasa disebut masa remaja. Rentang usianya sekitar 10 – 22 tahun, perubahan yang terjadi meliputi biologis, kognitif dan sosioemosional. Perubahan biologis yang terjadi adalah penambahan tinggi tubuh, perubahan hormonal, dan kematangan alat reproduksi. Sedangkan perubahan kognitif terjadinya peningkatan kemampuan berfikir yang abstrak, idealistik, dan logis. Perubahan sosioemosional pada remaja seperti kemandirian, keinginan untuk meluangkan waktu bersama teman, serta mulai muncul konflik dengan orang tua (Santrock, 2007).

Santrock (2007) menyebut masa remaja merupakan masa badai emosi. Sejalan dengan Santrock, Hurlock (1997) menyatakan masa remaja merupakan masa badai dan tekanan. Pada masa ini ketegangan emosi pada remaja meningkat, karena adanya perubahan pada fisik dan hormon. Berdasarkan pemaparan para ahli, pada masa remaja terjadi peningkatan perkembangan emosi yaitu sangat mudah berubah. Emosi dibagi menjadi dua yaitu emosi positif dan emosi negatif. Bentuk-bentuk emosi menurut Goleman (2009) terbagi dalam delapan bentuk : amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel dan malu. Remaja cenderung lebih memahami emosi yang dirasakannya. Hal ini meningkatkan kemampuan pada remaja untuk mengatasi emosinya yang disebut dengan regulasi emosi (Santika, 2015).

Gross dan John (2007) mengemukakan bahwa regulasi emosi adalah suatu proses pengenalan, pemeliharaan dan pengaturan emosi positif maupun negatif,

baik secara otomatis maupun dikontrol, yang tampak maupun tersembunyi, yang disadari maupun tidak disadari. Regulasi emosi melibatkan perubahan dalam dinamika emosi dari waktu munculnya, besarnya, lamanya dan mengimbangi respon perilaku, pengalaman atau fisiologis. Regulasi emosi dapat memperkuat atau memelihara emosi, tergantung pada tujuan individu.

Regulasi emosi yang baik akan membuat individu mampu berpikir positif, menerima permasalahan, menyelesaikan masalah dan tidak terikat akan permasalahan yang ada (Hoeksema, 2012). Sedangkan kegagalan mengelola emosi akan membuat ketidaknyamanan secara emosional. Menghadapi ketidaknyamanan tersebut tidak jarang remaja bereaksi dengan perilaku *maladjustment* seperti menjadi agresif atau apatis. Perilaku agresif akan menuju pada bentuk kenakalan seperti perilaku yang tidak teratur, meledak, dan menantang, yang mengganggu pembelajaran, kematangan sosial, dan hak-hak orang lain (Wafiq, 2024).

Hasmarlin dan Hirmaningsih (2019) berbagai fenomena yang dapat dijadikan contoh berkaitan dengan ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosi adalah peristiwa bunuh diri yang dilakukan oleh remaja berusia 17 tahun yang berstatus pelajar di Indragiri Hulu. Aksi tersebut dilakukan tanpa diketahui penyebabnya (Prahara, 2018). Aksi serupa juga dilakukan oleh siswi SMA berusia 16 tahun di Kampar. Penyebab aksi bunuh diri diduga depresi karena tidak tahan menjadi bahan *bully* oleh teman-temannya (Kurniawansyah, 2017).

Fenomena kurangnya pengelolaan emosi juga terjadi di Pekanbaru, seperti cekcok hingga nyaris tawuran yang dilakukan oleh dua siswa dari SMAN 15 dan SMAN 12 Pekanbaru. Peristiwa bermula dari siswa SMAN 15 yang menumpang belajar ke SMAN 12 disebabkan gedung sekolah SMAN 15 belum selesai. Siswa

yang menumpang dihina dengan kata-kata yang tidak pantas (Sani, 2014). Ada aksi perampokan dan penganiayaan yang dilakukan oleh 3 orang pelajar SMA di Pekanbaru. Akibat aksi perampokan dan penganiayaan tersebut, siswa-siswa tersebut tidak dapat mengikuti pelajaran di sekolah (Tanjung, 2014). Selanjutnya, aksi pengeroyokan anggota TNI yang dilakukan oleh siswa SMAN Olahraga Riau saat pertandingan liga futsal di Gelanggang Remaja Pekanbaru. Peristiwa bermula saat salah seorang siswa SMAN Olahraga melempar botol ke lapangan karena tidak puas dengan hasil pertandingan (Azri, 2013).

Kasus di atas dapat dikategorikan bahwa remaja tersebut memiliki pengelolaan emosi yang rendah. Ini sesuai dengan pendapat Hessler dan Katz (2010) yang menyatakan, ketidakmampuan mengelola emosi dapat membuat remaja melakukan tindakan destruktif untuk mengatasi emosi negatif. Cekcok, penganiayaan dan pengeroyokan dapat dikategorikan melakukan tindakan destruktif pada orang lain, sedangkan bunuh diri merupakan tindakan destruktif pada diri sendiri. Penelitian yang dilakukan Ubaidillah (2014) menemukan emosi yang dialami remaja dapat mempengaruhi pengambilan keputusan pada remaja. Kemampuan pengelolaan emosi yang rendah membuat remaja tidak berpikir panjang akan konsekuensi dari sebuah keputusan, sehingga remaja mengambil keputusan yang tidak tepat.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) merilis catatan kasus pelanggaran hak anak pada tahun 2020 yaitu sebesar 6.519 kasus. Kasus anak berhadapan dengan hukum (ABH) merupakan kasus terbanyak ketiga menurut bank data di KPAI yaitu sebanyak 1.098 kasus pada tahun 2020. Kasus terbanyak pertama untuk bidang keluarga dan pengasuhan sebanyak 1.622 kasus, kasus

terbanyak kedua untuk pelanggaran hak anak mengenai pendidikan sebanyak 1.567 (Muryanto, 2021).

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan regulasi emosi pada remaja, salah satunya menurut Volling, McElwain dan Miller (2002), bahwa hubungan saudara akan mempengaruhi perkembangan anak. Hubungan yang terjalin antar saudara kandung mempengaruhi perkembangan emosi anak, tidak hanya itu juga berpengaruh pada *attachment*, regulasi emosi dan temperamen anak (Muryanto, 2021).

Triana (2013) pada dasarnya setiap anak itu berbeda sekalipun dilahirkan dari rahim yang sama, meskipun mereka merupakan saudara kandung tetapi karakter yang dimiliki pasti berbeda. Selain kedua orang tua, saudara kandung adalah orang terdekat yang ada di dalam lingkungan keluarga. Hubungan dengan saudara kandung adalah hubungan yang paling dasar sebelum anak membangun hubungan secara luas di lingkungan masyarakat. Bentuk hubungan dengan saudara kandung tidak hanya berupa hubungan positif tetapi juga hubungan negatif contohnya adalah *sibling rivalry* (Muryanto, 2021) .

Sibling rivalry adalah kecemburuan atau persaingan yang terjadi antara saudara kandung. *Sibling rivalry* terjadi apabila anak merasa kehilangan kasih sayang orang tuanya dan merasa saudara kandung adalah saingan dalam mendapatkan perhatian atau kasih sayang kedua orang tuanya. *Sibling rivalry* ditunjukkan dengan tingkah laku seperti agresif, kemarahan, kebencian terhadap saudara kandungnya. Apabila kejadian *sibling rivalry* tidak ditangani dengan baik hal ini dapat memperburuk hubungan persaudaraan (Yanuari & Rahmasari, 2011).

Pada saat anak pertama lahir, semua waktu dan kasih sayang orang tuanya mengarah kepada anak pertama, anak merasa mendapatkan kasih sayang

yang istimewa dari orang tuanya. Anak merasa dirinya lah yang paling penting, dirinya lah yang selalu menjadi pusat perhatian kedua orang tuanya, sumber kebahagiaan kedua orang tuanya. Semuanya berubah ketika hadir seorang adik baru, kakak merasa segala perhatian, waktu dan kasih sayang kedua orang tuanya mengarah kepada sang adik. Kakak merasa orang tuanya tiba-tiba tidak memiliki waktu bermain bersamanya dan merasa berkurangnya kasih sayang orang tua kepadanya. Hal ini dapat memicu rasa cemburu terhadap saudaranya. Berbagai cara dilakukan kakak untuk mendapatkan kembali perhatian dari kedua orang tuanya akan tetapi seringkali cara yang digunakan mengarah kepada perilaku negatif seperti memukul adik, mencubit, melukai, menendang atau berupa kemunduran seperti buang air besar atau kecil bukan pada tempatnya demi mendapatkan perhatian kedua orang tuanya. Tidak jarang kita temui orang tua malah memarahi perilaku anak pertama tanpa memahami bahwa sebenarnya ia sedang sedih. Memarahi dan memberikan hukuman kepada kakak hanya akan menambah rasa benci kepada sang adik. Perasaan benci tersebut karena kakak merasa kalah bersaing dengan adik, dan gagal mendapatkan perhatian orang tuanya (Muryanto, 2021).

Sibling rivalry merupakan hal yang terjadi pada seseorang terhadap kehadiran anggota baru dalam keluarganya. seseorang merasa tersaingi dalam mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua. Kecemburuan tersebut dapat diekspresikan dengan perubahan tingkah laku, seperti marah, merajuk, uring-uringan. Kecemburuan atau ketidaksukaan anak yang alamiah terhadap anak baru dalam keluarga dinamakan *sibling rivalry* (Wong, 2008). *Sibling rivalry* adalah suatu kompetisi atau persaingan antara saudara kandung baik adik dan kakak laki-laki, adik dan kakak perempuan untuk mendapatkan perhatian lebih dari

orang tua. Ciri khas yang sering muncul pada *sibling rivalry*, yaitu: egois, suka berkelahi, memiliki kedekatan khusus dengan salah satu orang tua, mengalami gangguan tidur, kebiasaan mengigit kuku, hiperaktif, suka merusak, dan menuntut perhatian lebih banyak (Sains, 2009).

Sibling rivalry mengakibatkan dampak yang tidak baik di dalam keluarga karena dapat memperburuk keharmonisan di dalam keluarga. Perselisihan yang terjadi antara saudara kandung juga berdampak kepada psikologis dan orang tua akan merasakan kesedihan karena anak-anaknya tidak dapat harmonis dan akur. Dampak *sibling rivalry* terhadap regulasi emosi akan menghasilkan regulasi emosi yang buruk, menurut Boyle (2004).

Penulis memilih *sibling rivalry* dalam penelitian sebagai variabel yang mempengaruhi regulasi emosi pada remaja. Kecemburuan atau ketidaksukaan anak yang alamiah terhadap anak baru dalam keluarga dinamakan *sibling rivalry* (Wong, 2008). Terdapat beberapa penelitian yang menyatakan bahwa *sibling rivalry* berhubungan dengan regulasi emosi yang artinya kedua variabel memiliki hubungan diantaranya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Haniyyah et al, (2019) hasil penelitian diketahui bahwa terdapat korelasi ke arah negatif dan hubungan yang signifikan antara *sibling rivalry* dengan regulasi emosi remaja. Semakin tinggi *sibling rivalry* yang dialami maka semakin rendah cara remaja dalam mengontrol emosinya atau regulasi emosi. Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *sibling rivalry* merupakan salah satu faktor yang menyebabkan remaja memiliki regulasi emosi yang rendah.

Sejalan dengan hal tersebut hasil penelitian Saputri dan Sugiariyanti, (2016) menunjukkan bahwa *sibling rivalry* responden berada pada kategori tinggi. Sementara itu, regulasi emosi responden berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil uji hipotesis ditemukan bahwa $r = -0,169$ dengan $p = 0,038$ pada taraf signifikansi 1%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *sibling rivalry* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan regulasi emosi. Artinya semakin tinggi *sibling rivalry* maka semakin rendah regulasi emosi dan sebaliknya.

Dari penelitian-penelitian di atas dengan pembahasan yang sama namun dengan populasi dan lokasi yang berbeda, Haniyyah et al, (2019) dengan populasi siswa di Sekolah Menengah Atas 85 Jakarta, kemudian Saputri dan Sugiariyanti, (2016) melaksanakan penelitian di SD N 1 Langgar, SD N 2 Langgar, dan SD N 2 Kedarpan. Berbeda dengan kedua penelitian tersebut, penelitian ini menggunakan populasi pada remaja di Indonesia.

Penelitian ini dirasa penting karena menurut penulis regulasi emosi perlu mendapat perhatian khusus. Regulasi emosi yang rendah dapat menimbulkan perilaku tidak terkontrol. Sangat dikhawatirkan jika perilaku yang tidak terkontrol merupakan respon dari emosi yang negatif. Emosi negatif akan menimbulkan beberapa perilaku yang merugikan, seperti : perilaku agresif, kemarahan yang meledak - ledak, sikap apatis, penyendiri, penarikan diri dari sosial. Perilaku tersebut jika tidak ditanggapi dengan serius dapat merugikan masyarakat. Maka dari itu penulis tertarik untuk meneliti regulasi emosi sebagai variabel terikat penelitian ini.

Berdasarkan fenomena di atas penulis ingin meneliti tentang "Hubungan antara *Sibling Rivalry* dengan regulasi emosi pada remaja".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *sibling rivalry* dengan regulasi emosi?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan permasalahan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *sibling rivalry* dengan regulasi emosi.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dapat diambil dari penelitian ini yaitu :

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada remaja mengenai hubungan antara *sibling rivalry* dengan regulasi emosi. selain itu diharapkan penelitian ini dapat memberikan referensi bagi penelitian-penelitian lain di cabang ilmu psikologi perkembangan yang berkaitan dengan *sibling rivalry* dan regulasi emosi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti lain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman referensi untuk melakukan penelitian-penelitian lain yang sejenisnya agar dapat dikembangkan menjadi lebih lengkap dan lebih baik.

b. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat membantu remaja dalam meningkatkan regulasi emosinya agar mengurangi dampak negatif dari emosi yang tidak terkendali.

c. Bagi Orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi

tambahan bagi orang tua terkait kemampuan regulasi emosi anak dan untuk mengantisipasi terjadinya *sibling rivalry* di dalam lingkungan keluarganya.