

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam perjalanan hidupnya manusia melewati fase-fase kehidupan sejak ia dilahirkan. Salah satu fase yang dilewati itu adalah masa remaja. Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara anak-anak dan masa dewasa. Perkembangan seseorang dalam masa anak-anak dan remaja akan membentuk perkembangan diri anak tersebut ketika dewasa. Pada periode ini, seorang remaja akan mengalami konflik yang semakin kompleks seiring dengan berbagai perubahan yang ada dalam diri mereka sendiri (<http://arsip.info/keluarga/anak/usia/remaja/permasalahan/>).

Pada usia remaja umumnya terjadi perkembangan yang sangat pesat pada kognitif, fisik, kematangan seksual dan emosional. Di usia ini seorang remaja umumnya mengalami konflik yang kompleks, sehingga masa remaja sering dikenal dengan masa “*storm and stress*”. Pada masa remaja seseorang sangat rentan untuk terkena pengaruh dari lingkungannya dan hal ini merupakan akibat karena adanya perubahan-perubahan secara fisik maupun mental sehingga menyebabkan munculnya tuntutan lingkungan terhadap perannya. Seorang remaja seringkali mengalami kesulitan dan tidak mampu untuk menghadapi masalah-masalah perubahan fisiologis, psikologis maupun psikososial dengan baik dan ditambah lagi adanya tuntutan untuk menyelesaikan tugas perkembangannya baik itu dari keluarga maupun lingkungan (Dariyo, 2004).

Pada masa remaja juga merupakan masa usia sekolah, dimana seorang remaja berhak dan mempunyai kewajiban untuk menuntut ilmu. Dalam menjalani pendidikannya, seorang remaja pasti akan menghadapi saat-saat ujian, karena hasil ujian merupakan salah satu faktor berhasilnya sebuah studi yang ditempuh. Mengingat hal itu maka sangatlah penting bagi seorang remaja untuk dapat benar-benar mempersiapkan diri menghadapi ujian, karena tidak sedikit dari remaja tersebut mengalami kecemasan, ketidakpercayaan diri dalam menghadapi ujian.

Menurut Tresna (2011) apabila remaja mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian maka kecemasannya tersebut akan termanifestasi dalam bentuk: (a) Manifestasi kognitif, yang terwujud dalam bentuk ketegangan pikiran siswa, sehingga membuat siswa sulit konsentrasi, kebingungan dalam menjawab soal dan mengalami mental blocking; (b) Manifestasi Afektif, yang terwujud dalam bentuk perasaan yang tidak menyenangkan seperti khawatir, takut dan gelisah yang berlebihan; (c) Perilaku motorik yang tidak terkendali, yang terwujud dalam gerakan tidak menentu seperti gemetar, sehingga dapat diasumsikan bahwa remaja yang mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian akan kurang maksimal dalam mengerjakan ujian yang pada akhirnya remaja tersebut juga kurang maksimal dalam memperoleh nilai ujian.

Lebih jauh lagi akibat dari mengatasi kecemasan dan kekurangan kepercayaan diri tersebut seorang remaja bisa saja melakukan perbuatan mencontek. Seperti dinyatakan oleh (Setyani dalam 'Aisyah, 2012) bahwa perilaku mencontek terjadi karena terdegradasinya rasa percaya diri dan kecemasan yang dialami siswa. Menurut hasil survei mahasiswa UPI terhadap siswa kelas IX SMPN 10

Bandung Tahun Ajaran 2010/2011 berada dalam kategori tinggi 17,07 %, sedang 65,04%, dan rendah 17, 89%. Artinya praktek mencontek ini tak hanya dilakukan pada Ujian Nasional saja yang hanya bersifat insidental, namun juga dalam keseharian (‘Aisyah, 2012).

Sebenarnya kecemasan remaja dapat dikurangi, hanya saja remaja tersebut harus dapat mengatur emosinya agar tidak terlalu cemas maupun kurang percaya diri. Hal tersebut sering disebut sebagai istilah regulasi emosi. Seperti yang dikemukakan oleh Thompson (dalam Garnefski, dkk., 2001) bahwa adanya regulasi emosi diasumsikan sebagai faktor penting dalam menentukan keberhasilan seseorang dalam usahanya untuk berfungsi dengan normal dikehidupannya seperti dalam proses adaptasi, dapat berespon sesuai dan fleksibel, termasuk dalam hal ini beradaptasi dengan situasi-situasi yang menegangkan saat ujian berlangsung.

Gross (1999) mengemukakan bahwa tujuan dari regulasi emosi sendiri bersifat spesifik tergantung keadaan yang dialami seseorang. Sebagai contoh, pada suatu situasi seseorang menahan emosi takutnya agar ketakutannya tersebut tidak dimanfaatkan orang lain. Dalam situasi yang lain, seseorang dapat dengan sengaja menaikkan rasa marahnya untuk membuat orang lain merasa takut. Cukup sulit untuk mendeteksi tujuan dari regulasi emosi pada tiap individu, namun satu hal yang dapat disimpulkan adalah bahwa regulasi emosi berkaitan dengan mengurangi dan menaikkan emosi negatif dan positif (Gross, 1999). Emosi positif dan emosi negatif ini muncul ketika individu yang memiliki tujuan berinteraksi dengan lingkungannya dan orang lain.

Menurut (Fredrickson, 1998) regulasi emosi meliputi pengurangan emosi atau menghentikan emosi, terkadang juga termasuk meregulasi emosi yang meningkat.

Regulasi emosi itu sendiri salah satunya dipengaruhi oleh adanya hubungan antara anak dengan lingkungannya contohnya dengan keluarga. Kombinasi dari kelekatan yang tidak kuat dan perilaku-perilaku gaya pengasuhan orangtua dapat menyebabkan anak mengalami ketidakmampuan meregulasi emosi serta terlibat dalam perilaku-perilaku mengganggu, pada akhirnya mendorong strategi pengasuhan yang salah dimana hal ini memperburuk perilaku mengganggu pada anak, yang kemudian memperburuk perilaku-perilaku mengganggu anak-anak (Kostiuk & Gregory, 2002).

Ditambahkan oleh Gerow dan Kendall (2002) bahwa variabel-variabel lingkungan keluarga yang akan mempengaruhi remaja dalam meregulasi emosi adalah praktek pengasuhan yang tercakup dalam gaya pengasuhan. Praktek pengasuhan yakni perilaku tertentu yang orangtua gunakan untuk bersosialisasi dengan anak-anak mereka (Darling dan Steinberg, 1993). Sebagai contoh, praktek pengasuhan yang tercermin dalam temperamen orangtua terutama ayah yang agresif, meledak-ledak, suka marah dan sewenang-wenang merupakan praktek pengasuhan yang tercakup dalam gaya pengasuhan otoriter atau juga disebut authoritarian, dan gaya pengasuhan otoriter tersebut akan merupakan pencetus munculnya perilaku kenakalan pada remaja, sebab hal ini tidak hanya mentransformasikan *defect* temperamennya saja tapi juga menimbulkan iklim yang mendemoralisasikan secara psikis sekaligus merangsang reaksi emosional yang sangat impulsif kepada anak-anak (Trinovita, 1995).

Selanjutnya bagi remaja yang mendapatkan gaya pengasuhan permissive menurut Baumrind (1975) akan sulit mengendalikan desakan hati (impulsive), tidak patuh, dan menentang apabila diminta untuk mengerjakan sesuatu yang bertentangan dengan keinginan-keinginan sesaat. Mereka juga terlalu menuntut, sangat tergantung pada orang lain, kurang gigih dalam mengerjakan tugas-tugas, tidak tekun dalam belajar di sekolah. Oleh sebab itu, dapat diasumsikan bahwa remaja yang gaya pengasuhan orang tuanya bersifat permisif karena kurang tekun dalam belajar, maka akan menjadi kurang siap dalam menghadapi ujian, dan pada akhirnya regulasi emosinya juga kurang baik karena juga bersifat impulsif.

Berbeda dengan gaya pengasuhan autoritatif yang dalam praktek pengasuhannya orang tua berinteraksi dengan anak/remaja dengan cara melibatkan anak atau remaja tersebut dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan keluarga dan dirinya. Orang tua yang *authoritative* bersifat fleksibel dan memberi kesempatan kepada anak atau remaja untuk berkembang, mempunyai hubungan yang dekat dengan anak-anaknya. Mereka menerapkan peraturan-peraturan secara rasional dan mendorong anak untuk ikut terlibat dalam membuat peraturan dan melaksanakan peraturan dengan penuh kesadaran.

Hetherington & Parke (Desviyanti, 2005) menambahkan bahwa seorang anak yang mampu meregulasi dirinya yang dalam hal ini terkait dalam regulasi emosi, maka ia akan mengetahui dan memahami perilaku seperti apa yang diterima oleh orangtua dan lingkungannya. Dengan demikian remaja yang sudah terbiasa mendapat gaya pengasuhan autoritatif yang bersifat supportif, fleksibel dan memberi kesempatan kepada anak atau remaja untuk berkembang, maka remaja tersebut akan dapat menerapkan peraturan-peraturan secara rasional dan

mendorong mereka untuk ikut terlibat dalam membuat peraturan dan melaksanakan peraturan dengan penuh kesadaran, termasuk kesadaran untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi ujian.

Dengan demikian apabila remaja tersebut sudah mempersiapkan diri sedemikian rupa dalam menghadapi ujian maka remaja tersebut tidak akan mengalami kecemasan, tetapi justru akan merasa penuh percaya diri dalam mengerjakan soal-soal ujian sehingga diharapkan remaja tersebut juga akan memperoleh nilai ujian yang bagus karena dapat mengerjakannya dengan baik dan diharapkan dapat terhindar dari perilaku mencontek.

Namun gaya pengasuhan yang diberikan orang tua kepada anak sedikit banyak akan tergantung pada persepsi anak, dalam hal ini remaja. Apabila orang tua sudah meyakini bahwa yang diterapkan adalah gaya pengasuhan demokratis misalnya, namun bisa saja anak mengartikan bahwa praktek pengasuhan yang dilakukan orang tua merupakan gaya pengasuhan mengekang atau otoriter.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis merumuskan permasalahan: “Apakah ada hubungan antara persepsi terhadap gaya pengasuhan *authoritative* dengan regulasi emosi dalam menghadapi ujian pada remaja”? Mengacu dari rumusan masalah tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: “Hubungan antara persepsi terhadap gaya pengasuhan *authoritative* dengan regulasi emosi dalam menghadapi ujian pada remaja”.

B. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap gaya pengasuhan *authoritative* dengan regulasi emosi dalam menghadapi ujian pada remaja.

2. Untuk mengetahui tingkat regulasi emosi dalam menghadapi ujian pada remaja.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis yakni pada:
 - a. guru atau dosen, bahwa penelitian ini dapat memberikan masukan tentang pentingnya regulasi emosi kaitannya dengan gaya pengasuhan yang tepat bagi remaja sehingga regulasi emosi remaja juga menjadi baik saat menghadapi ujian.
 - b. Remaja, bahwa penelitian ini dapat dapat memberikan masukan tentang pentingnya meregulasi emosi yang baik.
2. Manfaat teoritis yakni pada ilmuwan bahwa penelitian ini memberikan informasi dan sumbangan informasi khususnya yang berkaitan dengan persepsi terhadap gaya pengasuhan *authoritative* dengan regulasi emosi dalam menghadapi ujian pada remaja.