

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Emosi adalah perasaan atau afeksi yang melibatkan suatu campuran antara gejala fisiologis (misalnya denyut jantung yang cepat) dan perilaku yang tampak (misalnya senyuman atau ringisan). Ada dua macam emosi yaitu emosi positif (afeksi positif) dan emosi negatif (afeksi negatif). Afektifitas positif merupakan emosi yang sifatnya positif, dari energi yang tinggi, ketertarikan, dan kegembiraan hingga perasaan sabar, tenang dan menarik diri. Sukacita, kegembiraan, dan tertawa termasuk emosi positif. Afektivitas negatif mengacu kepada emosi yang sifatnya negatif, seperti kecemasan, kemarahan, perasaan bersalah, dan kesedihan (Santrock, 2002).

Pengelolaan emosi merupakan suatu proses merubah pengalaman emosional, ekspresi, reaksi fisiologi, dan situasi yang memunculkan emosi tersebut untuk menghasilkan respon yang sesuai dengan tuntutan yang ditimbulkan oleh perubahan lingkungan (Aldao, 2013).

Pengelolaan emosi merupakan komponen yang sangat penting bagi tumbuh kembang seorang anak agar anak tersebut mampu untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Namun sayangnya, banyak sekali anak-anak yang kurang mampu untuk mengelola emosinya. Berdasarkan catatan Komisi Nasional Perlindungan Anak sepanjang tahun 2012 terjadi 147 kasus tawuran yang mengakibatkan 82 anak meninggal dunia. Jumlah ini mengalami peningkatan dari

jumlah kasus tawuran pada tahun sebelumnya yakni 128 kasus (Kuwado, 2012). Kasus tawuran yang terjadi antar pelajar biasanya disebabkan oleh permasalahan sepele seperti saling ejek, tidak sengaja tesenggol, rebutan pasangan, pemahaman yang sempit mengenai kesetiakawanan, atau sekadar mencari gara-gara (Ariyanto, 2013).

Beberapa contoh kasus tawuran antar pelajar terjadi hanya karena kalah dalam pertandingan bola Liga Pelajar Indonesia (LPI) seperti yang terjadi pada SMA 12 dan MAN Model Banda Aceh pada tanggal 10 September 2013 lalu (Afif, 2013). Kasus serupa juga terjadi di Solo, turnamen antar pelajar tersebut menjadi pemicu kericuhan yang berkembang menjadi penyerangan ke sekolah-sekolah peserta turnamen. SMK Murni Solo menjadi korban penyerangan ratusan pelajar se usai pertandingan melawan SMK Muhammadiyah 1 di Stadion Sriwedari pada tanggal 4 September 2013 (Yustiningsih, 2013).

Tawuran tidak hanya terjadi pada pelajar SMA saja, belakangan ini muncul kasus tawuran yang dilakukan oleh pelajar tingkat SMP seperti yang terjadi di Jakarta Selatan pada tanggal 18 Februari 2014 lalu. Kejadian tersebut berawal dari saling olok sehingga berujung tawuran yang melibatkan pelajar SMP Terbuka dan SMP Pattimura (Sawabi, 2014). Contoh lain dari kasus tawuran yang dilakukan pelajar SMP adalah tawuran yang terjadi antara MTs Sudirman dengan SMP 5 Ungaran pada tanggal 25 Februari 2014. Kejadian tersebut dipicu oleh suara kenalpot sepeda motor milik pelajar MTs Sudirman yang membuat pelajar SMP 5 Ungaran merasa kebisingan (Munir, 2014).

Sebagian besar kasus tawuran antar pelajar terjadi karena adanya provokasi dari pihak-pihak tertentu. Emosi yang masih labil dan kurangnya perhatian serta bimbingan dari orang tua membuat pelajar mudah mengikuti ajakan teman-teman disekitarnya untuk melakukan tawuran (Solopos.com, 2013).

Allah SWT berfirman dalam Qur'an surah Al-Hadid ayat 23:

لِكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۗ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ

فَخُورٍ ﴿٢٣﴾

“Agar kamu tidak bersedih hati terhadap apa yang luput dari kamu, dan tidak pula terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong dan membanggakan diri.”

Ayat tersebut berisi mengenai perintah Allah SWT kepada manusia agar dapat mengelola emosi baik ketika sedang mendapatkan ataupun tidak mendapatkan apa yang diinginkan. Kekecewaan saat kalah dalam pertandingan sepak bola hendaknya tidak ditanggapi secara berlebihan hingga berujung tawuran. Kekalahan adalah sesuatu hal yang wajar dan kemenangan dapat diperoleh jika giat melakukan latihan untuk pertandingan selanjutnya.

Kasus tawuran yang sering terjadi sangat tidak sesuai dengan perilaku teladan Rosulullah SAW Beliau sering dilempar batu dan kotoran oleh seorang kakek tua setiap kali akan pergi ke masjid. Rosulullah SAW hanya membiarkan saja dan tidak berniat untuk membalasnya. Suatu ketika saat Rosulullah hendak pergi ke masjid beliau tidak berjumpa dengan kakek tua selama beberapa hari sehingga membuat Rosulullah khawatir dan mencari informasi mengenai kakek tua. Saat mengetahui bahwa kakek tua sedang sakit, Rosulullah SAW langsung

pergi untuk menjenguknya (Wahyudi, 2012). Sifat teladan Rosulullah SAW ini merupakan salah satu contoh pengelolaan emosi bagi seluruh umat Islam agar dapat mema'afkan orang yang telah menyakiti bahkan mampu berperilaku lebih baik.

Masyarakat Jawa adalah masyarakat sosial yang lebih mementingkan kepentingan bersama daripada kepentingan pribadi. Individu Jawa yang mampu mengelola emosinya akan lebih mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik terhadap dirinya maupun lingkungannya (Casmini, 2011). Pengelolaan emosi yang baik akan menghasilkan sikap *manut*, *rukun*, dan *narima* sehingga dapat tercipta masyarakat yang harmonis (Sutardjo, 2008).

Berdasarkan hasil penelitian Putri (2013), menunjukkan bahwa ada keterkaitan yang searah antara pengelolaan emosi dengan perilaku yang memberi pengaruh baik bagi orang lain. Semakin baik pengelolaan emosi maka akan semakin banyak perilaku yang berpengaruh baik bagi orang lain, sedangkan pengelolaan emosi yang rendah maka perilaku yang berpengaruh baik bagi orang lain juga semakin rendah. Bagi orang dengan pengelolaan emosi yang baik akan lebih mampu memahami seluruh proses yang terjadi sehingga mampu menentukan tindakan yang akan diambil.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh McEwen dan Flouri (2008) menunjukkan bahwa keterbukaan dari ayah memiliki efek yang baik dalam pengelolaan emosi remaja, sedangkan perlindungan yang berlebihan dan kontrol secara psikologis dari ayah berpengaruh kurang baik pada masalah pengelolaan emosi namun hanya kontrol secara psikologis yang hasilnya signifikan. Penelitian

ini juga menunjukkan bahwa perempuan kurang mampu mengelola emosi pada gejala emosional yang dirasakan.

Unsur yang paling penting dalam membangun dan mempertahankan hubungan keluarga yang kuat adalah keterbukaan, kejujuran, komunikasi yang positif dan konsisten. Selama masa krisis, konflik, dan stres berlebihan, komunikasi keluarga yang baik sangatlah penting karena ketidakseimbangan emosional pada masa tersebut mengakibatkan hubungan dengan orang lain menjadi lebih sulit (Matthews, 1994).

Komunikasi didalam keluarga merupakan suatu proses pembelajaran bagi anak. Sebagian besar pesan penting disampaikan melalui komunikasi baik secara verbal maupun non-verbal. Ketika berkomunikasi dengan keluarga, anak belajar untuk mengungkapkan ide dan pendapatnya agar diterima oleh orang-orang didekatnya. Anak juga dapat belajar mengenai berbagai ekspresi emosi yang muncul terhadap pendapatnya. Selain itu, anak dapat belajar untuk menerima berbagai tanggapan dari orang lain.

Penggunaan bahasa yang baik akan mempengaruhi proses komunikasi, dari Abu Hurairah R.A., Rosulullah SAW berkata:

وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيُكَلِّمْ خَيْرًا، أَوْ لِيَصْمُتْ

“barangsiapa beriman kepada Allah dan hari akhir maka berkatalah dengan baik atau diam,” (H.R. Bukhori dan Muslim). Komunikasi dengan bahasa yang baik akan lebih mudah dipahami dan dimengerti oleh anak-anak. Selain itu anakpun dapat belajar untuk menyampaikan pendapatnya dengan menggunakan bahasa yang baik.

Menyampaikan berbagai pesan penting dengan bahasa yang baik, sederhana dan tanpa menggurui anak dapat memudahkan anak untuk menerapkan pesan yang disampaikan. Anak pun lebih mampu mengelola emosi yang dirasakan karena dengan penggunaan bahasa yang baik tidak menimbulkan tekanan secara emosional. Perkataan yang baikpun dapat menjadi motivasi tersendiri bagi anak agar menjadi lebih baik lagi.

Komunikasi yang efektif di dalam keluarga dapat mengurangi timbulnya tawuran antar pelajar. Kepercayaan yang terbentuk dalam komunikasi antara orang tua dan anak akan mendorong anak untuk menceritakan masalah yang dihadapi kepada orang tua agar mendapatkan masukan untuk dapat menyelesaikan masalahnya. Namun demikian, banyak sekali pelajar yang lebih memilih untuk menceritakan masalahnya kepada teman-temannya sehingga mendapat masukan yang kurang tepat. Hal ini terjadi karena adanya hambatan dalam berkomunikasi dengan orang tua.

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh Permata (2013) dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi antara anak dengan orang tua maupun sebaliknya pola komunikasi antara orang tua dengan anak berdasarkan tipe keluarga antara lain; tipe keluarga karier, tipe keluarga protektif, tipe keluarga gaptek, dan tipe keluarga *broken home*. Terdapat hambatan-hambatan yang mempengaruhi pola komunikasi seperti; hambatan ekonomi, waktu, profesi, dan jaringan komunikasi. Hambatan-hambatan inilah yang mempengaruhi komunikasi tidak berjalan dengan baik.

Hasil penelitian Setyowati (2005) juga mengungkapkan bahwa pemahaman dan kesadaran keluarga mengenai pentingnya komunikasi keluarga dan pengaruhnya terhadap perkembangan emosi anak masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari masih banyaknya keluarga yang tidak menganggap penting, bahkan tidak memiliki pemahaman yang benar tentang hubungan antara kedua hal tersebut. Pada kenyataannya, banyak keluarga yang lebih mengutamakan kemampuan kognitif anak daripada kemampuan emosionalnya, dan banyak keluarga tidak memiliki batasan serta komitmen yang jelas mengenai komunikasi keluarga dan perkembangan emosi anak, sehingga komunikasi keluarga sering hanya dipahami sebagai rutinitas, bukan sebagai sesuatu yang memiliki arti bagi perkembangan anak.

Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan Koesten (2004) didapatkan hasil bahwa perempuan lebih mampu berkomunikasi dan membuka diri dengan sesama jenis dalam sebuah hubungan pertemanan dan memiliki kemampuan interpersonal yang lebih baik, namun lingkungan keluarga yang tidak menekankan pada komunikasi percakapan mengurangi ketrampilan tersebut. Sedangkan laki-laki lebih cenderung memunculkan sikap yang negatif, cenderung menutup diri, dan kurang mampu berkomunikasi dalam sebuah hubungan pertemanan.

Penelitian ini dilakukan karena masih jarang dilakukan penelitian mengenai pengelolaan emosi pada anak didalam keluarga, sehingga akan memperkuat teori-teori psikologi terutama psikologi keluarga dan indeginous. Selain itu agar orang tua dan masyarakat dapat membantu tumbuh kembang anak-

anak disekitarnya agar mampu mengelola emosi dengan baik. Dengan demikian pentingnya dilakukan penelitian ini adalah untuk menyelesaikan masalah yang ada didalam keluarga bahkan akan memunculkan solusi baru sehingga solusi tersebut mudah diterapkan dalam kehidupan bermasyarakat.

Berdasarkan kasus-kasus yang telah diuraikan bahwa terdapat beberapa fenomena serta pemaparan mengenai berbagai unsur yang dapat mempengaruhi pengelolaan emosi pada anak dan komunikasi dalam keluarga melatar belakangi peneliti untuk melakukan penelitian tentang Bagaimana pola komunikasi keluarga dalam membangun pengelolaan emosi anak (konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam)?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Memahami masalah anak dalam konteks keluarga Jawa dan pengaruh Islam.
2. Mendapatkan pemahaman pola komunikasi orang tua dan anak dalam membangun pengelolaan emosi anak dalam konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam.
3. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengelolaan emosi anak yang optimal dalam keluarga dengan konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam.

C. Manfaat Penelitian

a. Teoritis

Dapat memberikan wawasan dan menambah khasanah keilmuan, khususnya dibidang psikologi keluarga.

b. Praktis

- a. Menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua untuk mengetahui pola komunikasi yang dapat membangun pengelolaan emosi anak.
- b. Menjadi bahan pertimbangan bagi konselor dan psikolog dibidang psikologi keluarga untuk membantu perkembangan emosi anak sehingga lebih optimal dan tercapai pengelolaan emosi pada anak.
- c. Menjadi bahan pertimbangan di sekolah-sekolah sebagai sarana bimbingan dan konseling terhadap siswa yang kurang mampu mengekspresikan emosinya secara tepat sehingga dapat diarahkan pada hal yang positif.
- d. Menjadi bahan pertimbangan bagi masyarakat untuk mengetahui cara berkomunikasi dengan anak-anak di lingkungan sekitar agar dapat membangun pengelolaan emosi