BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Regulasi emosi adalah bentuk kontrol seseorang terhadap emosinya. Ketika seseorang menampilkan ekspresi emosional, maka bentuk regulasi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi, atau dihambat. Seseorang tidak hanya memiliki emosi, tetapi juga perlu mengatur emosi, dalam arti seseorang perlu mengambil sikap dan menerima konsekuensi dari tindakan emosional tersebut (Frijda dalam Nisfiannoor & Kartika, 2004).

Semua manusia pernah merasakan sensasi emosi dari pengalaman hidup sehari-hari. Perasaan tersebut dapat berupa sesuatu hal yang dapat mendatangkan kesenangan maupun kesedihan. Emosi merupakan kodrat tuhan yang dimiliki oleh setiap manusia yang tidak dibedakan oleh usia maupun jenis kelamin. Bahkan seorang bayi yang baru lahir dari kandungan ibu juga dapat menampilkan ekspresi emosi, misalkan dengan menangis akibat rasa sakit.

Dillard & Shen (dalam Feldman, 2012) mengatakan bahwa emosi dapat dipandang sebagai hierarki, yang dibagi ke dalam kategori positif dan negatif serta mengorganisasi ke dalam subkategori yang lebih sempit. Sebuah emosi positif yang belum lama ini menarik banyak ketertarikan adalah rasa syukur (Barlett & DeSteno dalam King, 2010). Pendapat lain yang dikemukakan oleh Fischer, Shaver, & carnochan (dalam Feldman, 2012) bahwa emosi positif terdiri dari cinta (meliputi kesukaan, kegila-gilaan) dan kegembiraan (meliputi kebahagiaan,

kepuasan, dan kebanggaan). Sedangkan emosi negatif terdiri dari kemarahan (kekesalan, kebencian, kehinaan, dan kecemburuan), kesedihan (kesakitan, kenestapaan, perasaan bersalah, dan kesepian), dan ketakutan (kengerian, kekhawatiran). Emosi-emosi positif dapat berperan sebagai penanda kesejahteraan. Ketika hidup orang ditandai dengan suka cita, bahagia, cinta, dan rasa tertarik maka kemungkinan hal hal ini lebih berkuasa daripada emosi-emosi negatif seperti kesedihan, marah, dan putus asa. Bahkan dibeberapa kasus, memunculkan emosi-emosi positif dapat melawan serangkaian emosi negatif (Fredickson dalam King, 2010).

Emosi juga termasuk dalam golongan perasaan. Hanya saja jika perasaan itu disertai dengan gejala-gejala jasmaniah maka perasaan tadi disebut emosi. Setiap jenis emosi mempunyai bentuk-bentuk ekspresi masing-masing. Ekspresi emosi tersebut misalnya tertawa, karena senang dan gembira; menagnis karena sedih; atau dengan gerakan-gerakan tertentu misalnya menari-nari, berlari-lari, karena gembira; berkata-kata tertentu, mencubit, karena senang atau sedih; *ndomblong* karena tercengang; terbelalak matanya karena marah atau terkejut. Semua itu sesuai dengan lingkungan kebudayaan masyarakatnya. Bahkan emosi yang kuat dan tidak terkendali dapat menimbulkan perbuatan-perbuatan yang merusak. Misalnya emosi marah, orang yang sedang marah sekali maka dapat merusak barang apa yang ada di dekatnya, misalnya piring dibanting dilantai, gelas dipecah, meja digebrak dan sebagainya. Tetapi sebaliknya, dengan perasaan-perasaan dan emosi luhur, terarah, dan terkendalikan dapat melahirkan karya-karya besar. Seniman lukis, maestro pematung, pemain musik, arsitek, ilmuan,

politikus, bahkan pedagang pun semuanya melibatkan dengan emosi luhur, sehingga dapat mengangkat derajat kemanusiaanya (Fudyartanta, 2011).

Sebagai ibu pedagang yang menjalankan peran ganda sekaligus, yaitu ibu dalam keluarga dan berperan sebagai pedagang rentan terhadap tekanan-tekanan batin yang memicu ekspresi emosional. Kartono (1986) mengatakan bahwa pengalaman-pengalaman sebagai seorang ibu menumbuhkan tugas-tugas kewajiban serta reaksi-reaksi emosional yang khas, baik yang bersifat positif, maupun bersifat negatif. Disinilah perlu adanya regulasi emosi yang tepat pada ibu pedagang, agar nantinya dalam menjalani kehidupan sehari-hari dapat berjalan dengan selaras tanpa menimbulkan permasalahan atau konflik yang tidak diharapkan.

Disisi lain, ibu yang bekerja mereka akan memperoleh kemandirian, kebebasan berkarir dan memperoleh jawaban atas tuntutan kebutuhan finansial keluarga. Feldman (2009) mengatakan gaya hidup ini meberikan keuntungan dan kerugian. Pada kebanyakan kasus, gaya hidup keluarga pencari nafkah ganda jatuh lebih membebankan perempuan. Pasangan yang bekerja mungkin menghadapi tuntutan tambahan waktu dan tenaga, konflik antara kerja dan keluarga, kemungkinan persaingan antara suami-istri, serta kecemasan dan rasa bersalah tentang memenuhi kebutuhan anak. Keluarga menjadi sangat menuntut, terutama ketika posisi kerja dari salah satu pasangan suami-istri menjadi mapan atau naik jabatan. Kedua jenis tuntutan sering terjadi pada masa dewasa awal.

Peranan ibu sebagai partner hidup bagi sang suami memerlukan kebijaksanaan, berpikiran luas, dan sanggup mengikuti gerak langkah atau karir suaminya, dengan begitu akan ada kesamaan pandangan, perasaan, dan latar belakang kultural yang sederajat dan bisa dikurangi segala macam salah paham serta jurang pemisah psikis dan kultural (Katono, 1986). Ketika tuntutan keluarga belum terpenuhi misalnya, sebagai suami-istri bukan lagi memicu kemarahan dan saling lempar tanggung jawab, melainkan dapat diselesaikan dengan saling membantu, menyelesaikan tugas-tugas dan kewajiban secara bersama.

Perempuan pedagang menjadi peran utama hampir diberbagai pasar-pasar tradisional. Dimana jumlah perempuan yang terlibat disektor perdagangan pasar tradisional lebih besar dibandingkan pedagang laki-laki. Candranigrum (2013) mengatakan bahwa hampir seluruh pasar tradisional dan ekonomi kreatif lokal Indonesia banyak ditemukan pedagang perempuan. Seperti yang ditemukan oleh (Shobahia dan Maryadi, 2006) pada Pasar Klewer di Solo yang omset harian berkisar milyaran rupiah. Perempuan pedagang batik di Pasar Klewer dapat dikatakan menjadi kunci dalam mata rantai perdagangan. Sebab perempuan pedagang telah menjadi pemain utama, sejak dari keperluan makan-minum, membersihkan kios, menjaga kios, penentu harga, penjaga relasi, sampai pemilik kios. Bahkan jumlah pengunjung pun pada umumnya perempuan.

Pasar Klewer merupakan salah satu aset Pemerintahan Kota Surakarta yang cukup berharga, yaitu mampu menigkatkan perputaran roda perekonomian, menyerap banyak tenaga kerja serta meningkatkan kesejahteraan warga masyarakat Surakarta, juga memberikan kontribusi yang besar terhadap

pendapatan asli daerah kota Surakarta. Keunikan Pasar Klewer salah satunya adalah bahwa, kurang lebih 80% usaha itu dikelola oleh ibu rumah tangga, melibatkan tenaga kerja yang sebagian besar wanita. Sebab kinerja mereka sangat ulet, peka terhadap perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (Sarjono, 2005).

Penelitian yang dilakukan oleh Shobahiya dan Maryadi (2006) terdapat temuan-temuan sebagai berikut (1) tingkat partisipasi pedagang pasar Klewer Surakarta dalam melayani pembeli oleh perempuan lebih besar dibanding laki-laki pedagang atau bapak, (2) aktifitas dalam melayani pembeli juga terlihat pada tenaga buruh wanita lebih tinggi dibandingkan dengan tenaga buruh lai-laki, (3) Dalam hal mencari dagangan, mengambil, dan mengurusi barang dagangan yang dilakukan oleh bapak lebih kecil dibandingkan dengan ibu. Faktor penyebab yang paling banyak dikemukakan oleh responden adalah kekurangsabaran dan kekurangtelitian laki-laki pedagang, anak laki-laki, serta tenaga buruh laki-laki dalam melayani konsumen.

Sebenarnya apabila perempuan pulang dari kerja, pulang ke rumah, maka dia sedang mengerjakan tugas shift kedua, setelah pekerjaan formalnya. Bukan karena perempuan hendak melawan atau tidak menyukai pekerjaan domestik, tetapi bahwasanya, perempuan juga membutuhkan waktu untuk beristirahat dan berefleksi. Karena ketika dia memiliki rumahtangga, bersuami, dan mengasuh anak, dia kehilangan dirinya. Definisi jati dirinya bukan dari dirinya sendiri, karyanya sendiri, karirnya sendiri, tetapi pada seberapa besar pengabdianya pada suami, juga pada anak (Candranigrum, 2013).

Sebagai perempuan pedagang dalam menjalankan peran ganda tentu menjadi tanggung jawab berat, yang mana harus mengurus pekerjaan rumah tangga dan berdagang secara bersamaan. Ketika mengurus rumah tangga, perempuan harus memulai pagi-pagi hari bahkan, mulai dari mengurus keperluan sekolah anak, keperluan suami, dan urusan rumah tangga lainya. Setelah itu ia harus bergegas menuju pasar menyiapkan dan menata dagangan, melayani pelanggan, dan mengatur keuangan secara teliti. Kegiatan ini terus dijalani oleh perempuan pedagang pasar klewer dalam keseharianya.

Kisworowati (2010) mengatakan membagi waktu antara bekerja, mengasuh anak, dan pekerjaan rumah tangga bukanlah hal yang mudah, peran-peran tersebut harus dijalankan ibu dengan seimbang, ibu harus bisa mengatur waktu untuk dapat memenuhi peran-peran tersebut. Jika salah satu dari peran-peran tersebut terabaikan, maka akan timbul konflik dan berdampak pada keluarga ataupun lingkungan tempat ibu bekerja. Konflik tersebut menimbulkan tekanan dan menjadi sumber stres bagi ibu. Folkman & Moskowitz (dalam Feldman, 2009) memiliki cara coping berfokus emosi yaitu, ketika menghadapi stres seseorang berusaha untuk mengatur emosi dengan berusaha mengubah perasaan atau cara memersepsi masalah.

Maka agar perempuan pedagang mampu melaksanakan macam-macam peranan tersebut, diperlukan kemampuan regulasi emosi. Menurut Thompson (dalam Rasyid, 2012) bahwa regulasi emosi sebagai proses individu yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi secara intensif dan khusus untuk mencapai tujuan. Harapan dan tujuan yang selalu

ada dalam benak perempuan pedagang adalah ungkapan rasa bahagia, senang, dan gembira sebagai ibu. Apabila kebahagiaan ibu dapat terpenuhi maka secara otomatis kehidupan keluarga juga turut merasakan bahagia, senang, dan gembira.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa sebagai ibu juga berperan sebagai perempuan pedagang rentan terhadap ekspresi emosional atau ekspresi emosi yang muncul secara spontan. Hal ini disebabkan oleh banyaknya tugas-tugas yang harus dilakukan, dimana mereka harus menjalankan tugas sebagai ibu rumah tangga dan juga sebagai perempuan pedagang.

Pertanyaan penelitian yang akan dijawab pada penelitian ini adalah bagaimana proses pengelolaan emosi pada perempuan pedagang pasar Klewer? Maka peneliti tertarik ingin mengkaji penelitian ini dengan judul **"Regulasi Emosi pada Perempuan Pedagang Pasar Klewer"**.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami dan mendeskripsikan proses regulasi emosi pada perempuan pedagang pasar klewer.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis :

Bagi ilmuwan psikologi, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan bahan pertimbangan mengenai penelitian terkait, terutama pada pengembangan penelitian psikologi keluarga.

2. Manfaat Praktis :

a. Bagi Perempuan Pedagang, peneitian ini dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi dalam mengelola emosi pada kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Keluarga dan Masyarakat, sebagai bahan informasi dan pengetahuan tentang regulasi emosi pada ibu yang juga sebagai perempuan pedagang. Sehingga, diharapkan sebagai seorang ibu dapat mengelola rumah tangga harmonis dan meningkatkan kesejahteraan hidup masyarakat.

c. Bagi Himpunan Pedagang, memberikan pemahaman tentang regulasi emosi perempuan pedagang. Oleh karena itu, penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam membuat kebijakan-kebijakan yang mampu meningkatkan kesejahteraan hidup pedagang.