BAB I
PENDAHULUAN

A. Permasalahan

1. Latar Belakang Masalah

Di Indonesia banyak terjadi pelanggaran norma hukum. Pelanggaran norma hukum yang terjadi tidak hanya melibatkan orang dewasa sebagai pelakunya, namun juga dilakukan oleh remaja. Pelanggaran norma hukum yang dilakukan oleh remaja antara lain seperti pencurian, pencabulan, pelecehan seksual, narkoba, dan perundungan atau *bullying* yang berakhir dengan melukai korban. Remaja yang menjadi pelaku pelanggaran norma hukum harus mempertanggung jawabkan perbuatannya sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku. Dalam Undang-Undang No. 11 Tahun 2012 tentang sistem peradilan anak, disebutkan bahwa yang bermasalah dengan hukum adalah sebagai berikut : a) anak yang melakukan tindak pidana dan, b) anak yang melakukan perbuatan yang dinyatakan terlarang untuk anak, baik menurut peraturan perundang-undangan maupun peraturan hukum lain yang berlaku di masyarakat. Sesuai dengan peraturan dalam Undang-undang No. 11 Tahun 2012, remaja dibawah usia 21 tahun yang terbukti melakukan tindak pidana akan dikenakan sanksi yang diputuskan melalui peradilan anak yang berada dibawah peradilan umum. Remaja yang terbukti melakukan pelanggaran hukum akan ditempatkan ke Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) untuk mendapatkan pengawasan dan pembinaan.

Remaja yang berada di dalam Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) tentunya memiliki beberapa kesulitan yang dirasakan. Setelah melakukan observasi dan wawancara di LPKA Klas IA Blitar, peneliti menemukan beberapa permasalahan atau kesulitan yang dialami oleh remaja binaan di LPKA Blitar. Remaja binaan harus menghadapi perubahan seperti berpisah dengan keluarga dan teman – teman terdekat yang membuat remaja binaan merasakan kesedihan. Remaja binaan LPKA Blitar harus kehilangan kebebasan sementara waktu untuk berinteraksi secara fisik dengan masyarakat luas. Disamping itu, remaja binaan harus menjalani kegiatan rutin yang terbatas secara fisik yang memungkinkan remaja merasa bosan dan jenuh. Remaja binaan secara tidak langsung juga diminta untuk mampu menyesuaikan diri serta harus mentaati aturan – aturan yang berada di lingkungan lembaga pembinaan. Hal-hal inilah yang membuat remaja merasa takut dan tertekan. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Maitland

dan Sluder (dalam jurnal Maslihah, 2017) bahwa kebanyakan remaja binaan dalam lembaga pembinaan mengalami stress karena kehilangan kebebasan. Selain itu, terdapat faktor lain yang dapat memunculkan stres di lembaga pembinaan, diantaranya adalah kehilangan kendali atas aktivitas kehidupan dan rutinitas harian di dalam lembaga pembinaan yang kaku (Whitehead dan Steptoe, dalam jurnal Maslihah, 2017).

Menurut Whitehead dan Steptoe (dalam jurnal Sholichatun, 2011) pengalaman kehidupan dalam lembaga pembinaan merupakan pengalaman yang penuh dengan tekanan dibandingkan dengan semua kejadian hidup yang bersifat negatif lainnya. Hal ini disebabkan adanya kombinasi yang tidak sesuai dan ketidaknyamanan antara keadaan psikologis individu dan lingkungan serta kondisi lingkungan yang tidak jarang menakutkan dan mengkhawatirkan, oleh karena itu remaja yang sedang menjalani pembinaan membutuhkan resiliensi yang tinggi untuk menjalani tekanan hidup dalam lembaga pembinaan. Menurut Reivich & Shatte (dalam Desmita, 2009) resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit dan menyesuaikan diri dengan kondisi yang sulit. Kemampuan individu untuk dapat bangkit dan bertahan serta menyesuaikan dengan kondisi sulit dapat melindungi individu dari efek negatif yang ditimbulkan dari permasalahan. Reivich & Shatte (dalam Nasution, 2011) juga mengatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi yang baik akan mampu bangkit dari trauma yang mereka hadapi.

Resiliensi bukan merupakan faktor bawaan diri individu sejak lahir. Untuk menjadikan seorang individu tersebut menjadi individu yang resilien, perlu adanya proses pembentukan resiliensi. Resiliensi yang sudah terbentuk dalam diri individu bukanlah sebuah hasil akhir yang akan bertahan dan menetap selamanya dalam diri individu. Resiliensi yang dimiliki oleh remaja binaan dapat digunakan untuk menghadapi dan mengatasi tekanan dan situasi sulit, mempertahankan serta meningkatkan kualitas hidupnya dalam lembaga pembinaan. Hal inilah yang dibutuhkan oleh remaja binaan selama berada di lembaga pembinaan sehingga mereka mampu menghadapi kehidupan dan tekanan yang didapatkan selama berada dalam lembaga pembinaan, akan tetapi pada kenyataannya sebagian remaja yang berada di lembaga pembinaan masih memiliki resiliensi yang rendah. Hal tersebut terbukti dengan adanya beberapa remaja yang sering menyendiri dan kurang mampu untuk menjalankan tugas yang diberikan oleh Pembina lembaga pembinaan. Perilaku - perilaku yang ditunjukkan oleh remaja yang berada dalam lembaga pembinaan tersebut juga bertentangan dengan karakteristik individu yang resilien menurut Holaday dan McPhearson (dalam Issacson, 2002) yang menyebutkan beberapa karakteristik individu yang resilien

adalah bertangungjawab, memiliki kemampuan untuk bangkit kembali, kesabaran, optimisme, kemampuan memecahkan masalah, tujuan dalam hidup, dan lainnya.

Sejalan dengan diperlukannya resiliensi pada remaja binaan penghuni LPKA, terdapat beberapa faktor pendukung yang juga dibutuhkan dalam menumbuhkan resiliensi tersebut. Hal tersebut dikarenakan resiliensi tidak begitu saja didapatkan individu seperti yang sudah dijelaskan pada paragraf sebelumnya. Reivich dan Shatte (dalam Nasution, 2011) mengatakan bahwa terdapat tujuh faktor yang mempengaruhi resiliensi individu, yaitu regulasi emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisa masalah, efikasi diri, empati, dan pencapaian.

Salah satu faktor yang berpengaruh dan dibutuhkan oleh individu untuk menumbuhkan resiliensi adalah keterampilan mengatur emosi (regulasi emosi). Menurut Reivich dan Shatte (dalam Nasution, 2011) regulasi emosi penting bagi seorang individu untuk dapat mengontrol emosinya dalam menghadapi tekanan dan kesulitan. Individu yang memiliki resiliensi mampu mengeluarkan ekspresi emosinya dengan tepat dan mampu mengontrol emosi serta tingkah laku dengan baik ketika dihadapkan pada sebuah permasalahan. Disamping itu, kemampuan meregulasi emosi yang baik juga dibutuhkan individu untuk membantu individu tersebut mengarahkan perilakunya (dalam jurnal Mawardah & Adiyanti, 2014).

Regulasi emosi adalah kemampuan individu dalam mengelola emosi. Regulasi emosi juga merupakan kemampuan individu untuk tetap tenang ketika menghadapi kondisi yang menekan. Serupa dengan yang dikatakan oleh Gross (dalam jurnal Widuri, 2012) bahwa regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah tekanan, dimana regulasi emosi yang dimaksudkan lebih kepada kemampuan individu untuk mengatur dan mengekspresikan emosi serta perasaan dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang tidak mampu mengelola emosinya dengan baik dapat dikatakan bahwa individu tersebut gagal mencapai tujuan emosinya. Apabila individu tersebut gagal mencapai tujuan emosinya maka akan mengalami tekanan psikologis dan memilih serta menunjukkan reaksi emosi yang sesuai dengan kondisi tersebut. Dengan kata lain, individu akan kesulitan untuk mengontrol emosinya dalam berbagai situasi menurut pendapat Thompson (dalam jurnal Amelia &Savira, 2018).

Regulasi emosi yang dimiliki mengajarkan individu cara mengidentifikasi dan menggambarkan emosi, mengurangi kerentanan terhadap emosi negatif dan meningkatkan emosi positif. Individu yang mampu meregulasi emosinya dapat dikatakan bahwa individu tersebut mampu memodifikasi emosi negatif akibat dari pengalaman buruk dan mendapatkan emosi yang positif untuk meraih

keseimbangan di dalam emosi, sehingga individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi mampu mengendalikan dirinya apabila sedang kesal, mampu mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah serta mampu dengan cepat menyelesaikan suatu permasalahan.

Terkait dengan permasalahan yang ada di lembaga pembinaan anak, peneliti mengamati bahwa regulasi emosi dibutuhkan dalam mengembangkan resiliensi penghuni Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas 1A Blitar untuk menghadapi berbagai macam kesulitan dan tekanan selama berada di dalam lembaga pembinaan, sehingga adanya resiliensi pada remaja binaan memungkinkan remaja untuk mampu mengatasi kesulitan dan tekanan yang dihadapi, serta mengurangi beban selama masa penyesuaian diri dengan kehidupan baru yang dijalani di dalam lembaga pembinaan.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang yang telah dijabarkan di atas, dapat ditarik rumusan masalahnya sebagai berikut : “Apakah ada Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Remaja Binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas 1A Blitar?”

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Remaja Binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas 1A Blitar

2. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian diharapkan memberikan manfaat baik kepada peneliti maupun individu yang membacanya. Manfaat yang diharapkan dari penelitian yang dilakukan antara lain :

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan dalam pengembangan media pembelajaran atau penerapan media pembelajaran ilmu Psikologi secara lebih lanjut. Selain itu juga menjadi sebuah nilai tambah pengetahuan ilmiah dalam bidang pendidikan di Indonesia

2) Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti, diharapkan dapat menambah pengalaman juga wawasan mengenai regulasi emosi dan resiliensi pada remaja binaan LPKA

b. Bagi penghuni lembaga pembinaan, diharapkan dapat memberikan acuan dan pengetahuan terhadap remaja binaan LPKA klas 1A di Kabupaten Blitar untuk menumbuhkan dan meningkatkan resiliensi ketika menjalani kehidupan di lembaga pembinaan.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian replikasi dari penelitian yang dilakukan sebelumnya atau penelitian terdahulu dikarenakan ada tingkat kesamaan pada variabelnya. Beberapa penelitian tentang resiliensi sudah ada dan dilakukan oleh peneliti sebelumnya, begitu juga dengan regulasi emosi, diantaranya sebagai berikut :

Penelitian kuantitatif yang dilakukan oleh Widuri (2012) dengan judul "Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama". Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Universistas Ahmad Dahlan. Hasil dari penelitian ini diperoleh nilai $r = 0,344$ dengan $p < 0,01$ yang artinya bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan resiliensi dimana semakin tinggi regulasi emosinya maka resiliensinya juga tinggi, begitu pula sebaliknya.

Penelitian kuantitatif lainnya dilakukan oleh Sukmaningpraja & Santhoso (2016) dengan judul "Peran Regulasi Emosi terhadap Resiliensi pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer" dengan subjek penelitian siswa kelas 10 sekolah berasrama SMA "X" di Magelang didapatkan hasil koefisien regresi sebesar 0,665. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa regulasi emosi berperan terhadap resiliensi sebesar 46,6%.

Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Rizki (2010) yang berjudul "Hubungan antara Strategi regulasi Emosi dan Faktor Demografi dengan Resiliensi pada Perempuan Narapidana" pada 132 narapidana perempuan di Lapas IIA Semarang menemukan bahwa regulasi emosi mempunyai hubungan yang signifikan dengan resiliensi. Regulasi emosi mempunyai strategi dimana dalam regulasi emosi tersebut dapat membangun resiliensi yang baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Poegoeh & Hamidah (2016) dengan judul "Peran Dukungan Sosial dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Keluarga Penderita Skizofrenia" menemukan bahwa dukungan sosial dan regulasi emosi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi keluarga penderita skizofrenia.

Selain itu, penelitian dengan analisis kualitatif yang dilakukan oleh Pahalani (2010) yang berjudul “Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi untuk Meningkatkan Resiliensi pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan” menemukan bahwa pelatihan regulasi emosi tidak memberikan pengaruh yang signifikan untuk meningkatkan resiliensi pada remaja di panti asuhan.

Penelitian resiliensi diatas, lebih fokus pada hubungan regulasi emosi dengan resiliensi yang subyeknya adalah siswa sekolah berasrama, mahasiswa tahun pertama, narapidana di Lapas, keluarga penderita skizofrenia, hingga remaja panti asuhan.. Perbedaan yang mendasari penelitian ini dengan penelitian yang disebutkan diatas yaitu dari subyek penelitian yang digunakan. Penelitian ini menggunakan remaja binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak di Blitar.