

BAB 1

PENDAHULUAN

A. PERMASALAHAN

1. Latar Belakang Masalah

Kota Surabaya dikenal sebagai Kota Metropolitan dan pusat bisnis, industri, perdagangan, dan pendidikan. Oleh karena itu, Surabaya menjadi tujuan untuk mencari pekerjaan. Dengan jumlah penduduk dari tahun ke tahun semakin banyak, menurut data BPS Jumlah penduduk Kota Surabaya pada tahun 2022 sebanyak 2,98 juta jiwa. Kota Surabaya pada tahun 2022 memiliki laju pertumbuhan penduduk sebesar 0,45 persen dibandingkan pada tahun sebelumnya. Tingginya jumlah penduduk diakibatkan tingginya urbanisasi menurut data BPS jumlah urbanisasi kota Surabaya tahun 2022 sebanyak 53.583 ribu jiwa, jumlah tersebut meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yaitu 34.933 ribu jiwa. Oleh karena itu meningkatnya jumlah penduduk akan menciptakan kebutuhan baru terhadap sumber daya dan berpotensi mengakibatkan gagalnya system dan fungsi kota.

Jumlah penduduk yang padat dapat mengganggu ketahanan kota seperti kemacetan lalu lintas, setiap tahun peningkatan kendaraan bermotor semakin bertambah. Menurut data BPS pada tahun 2020 jumlah kendaraan di Surabaya berjumlah 3,259,661. Menurut data Perusahaan analisis transportasi INRIX Surabaya masuk peringkat ke 41 dengan kota termacet di Indonesia pada tahun 2021. Jumlah kendaraan bermotor yang sangat tinggi dipengaruhi oleh kendaraan pribadi menjadi pendukung tingginya volume lalu lintas di jalan-jalan Kota Surabaya. Menurut keterangan Wali Kota Surabaya, Eri Cahyadi menyebutkan, kemacetan yang selalu terjadi di Surabaya terjadi pada jam tertentu, seperti jam berangkat kerja dan pulang bekerja. Selain itu, ruas jalan yang tidak lebar menjadi salah satu faktor kemacetan saat jam kerja. Misalnya di persimpangan jalan besar juga. Di antaranya Banyu Urip, Pasar Simo, Merr, A Yani, Jemursari, Pandegiling, Pasar Kembang, Bunderan Waru, Bunderan Balongsari, Rungkut Menanggal, dan lainnya.

Masalah kemacetan di Kota Surabaya terjadi karena berbagai faktor. Menurut penelitian (Wibowo, Y., 2015), kurangnya petugas lalu lintas yang mengawas atau mengatur di jalan Kota Surabaya. Kurangnya kendali lalu lintas di persimpangan. Banyaknya Masyarakat yang kurang sadar akan keselamatan lalu lintas. Hal tersebut tentunya membuat kemacetan disisi jalan lain. Sedangkan

menurut penelitian (Budi, 2014), yang melihat peningkatan jumlah kendaraan bermotor yang tidak sebanding dengan penambahan panjang jalan yang tersedia sehingga terjadi kemacetan lalu lintas yang mencapai tingkat yang sangat tinggi.

Selain kemacetan lalu lintas, permasalahan di Surabaya seperti meningkatnya jumlah pengangguran, lingkungan tercemar, terjadinya kasus-kasus kriminal, menimbulkan kesenjangan, masyarakat bergaya konsumtif, dan pergeseran nilai-nilai luhur budaya masyarakat setempat. Dan berdampak pada kesehatan mental seseorang seperti gangguan kecemasan, stress, dan takut akan kejahatan. seperti ini juga dapat mengganggu resiliensi seseorang.

Dilansir dari Sindonews jumlah pekerja di Surabaya tahun 2021 berjumlah 1,5 juta pekerja. Situasi kemacetan lalu lintas di Surabaya yang tidak baik dan belum ada penanganan yang berhasil mengurangi jumlah kendaraan yang menumpuk, hal tersebut membuat para pekerja di Surabaya harus tetap bekerja dan menjalankan aktivitas dengan bertahan di kemacetan lalu lintas di Surabaya. Ketika individu terjebak dalam kemacetan, hal pertama yang dirasakan umumnya berkaitan dengan psikologis seperti stress, marah atau kesal. Hal tersebut sesuai dengan penelitian profesor psikologi dan perilaku sosial, Charles (2009), ketegangan yang dialami tiap hari karena macet bisa membuat iritasi kejiwaan hingga akhirnya menimbulkan gangguan mental yang parah. Menurut penelitian, Charles (2009) menemukan stres akibat kemacetan dapat memicu perseteruan dengan pasangan, konflik di tempat kerja, tekanan psikologi, kecemasan, serta gangguan suasana hati.

Disatu sisi perubahan-perubahan seperti kemacetan lalu lintas kondisi yang ada dikota akan memberikan pengaruh yang kuat terhadap kehidupan Masyarakat. Di sisi lain tingginya penduduk dikota membuat kota lebih rentan terhadap pengaruh-pengaruh lingkungan, karena jumlah penduduk yang besar dapat menciptakan kebutuhan yang besar sehingga mobilitas kota juga akan meningkat. Kemudian ada saling keterikatan antara masyarakat butuh hidup dengan ketika masyarakat sudah hidup beraktivitas menciptakan masalah bagi kota.

Problematika kota membuat tekanan yang kuat pada diri tiap individu. Individu yang tinggal di kota dituntut memiliki kemampuan bertahan terhadap berbagai tekanan yang besar. Demikian tidak semua individu memiliki kemampuan untuk melakukan hal tersebut. Ketika individu mampu bertahan dari berbagai tekanan, individu akan mendapatkan kebahagiaan dan kemakmuran karena mampu mendapatkan akses yang besar dari fasilitas kota. Individu-individu

yang tidak bisa bertahan akan memilih untuk kembali ke daerah asal, menjadi pengangguran, serta berpotensi menciptakan kriminalitas yang tinggi.

Menurut Reivich dan Shatte (2002) ada beberapa kondisi dan situasi yang penuh tantangan dan menyebabkan pekerja membutuhkan resiliensi agar mampu menyesuaikan diri dan tetap dapat mengembangkan dirinya dengan baik sesuai dengan kondisi pekerja. Resiliensi pada diri individu, dapat mengubah keadaan menjadi sebuah tantangan, ujian menjadi sebuah pelajaran, dan kelemahan menjadi kekuatan untuk bangkit dari keterpurukan yang melemahkannya, sehingga resiliensi itu sangat memiliki arti bagi individu yang mengalami kesulitan yang dihadapinya (Lestari, 2007).

Resiliensi merupakan cara individu pulih dari kemunduran atau trauma, serta bagaimana individu mampu mengatasi tantangan dalam hidupnya (Eley et al., 1013). Individu yang rentan terhadap dampak kemacetan adalah individu yang tidak mampu beradaptasi dengan berbagai dampak tersebut, biasanya individu seperti ini tidak memiliki resiliensi. Hal ini sesuai dengan pendapat Reivich dan Shatte (2002) bahwa setiap individu membutuhkan resiliensi untuk menghadapi setiap masalah, tekanan, dan setiap konflik yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang resiliensinya tinggi akan menggunakan sumber dari dalam dirinya sendiri untuk mengatasi setiap masalah yang ada, tanpa harus merasa terbebani dan bersikap negatif terhadap kejadian tersebut.

Terdapat beberapa penelitian yang mempengaruhi resiliensi, terutama faktor eksternal dan internal yang mempunyai pengaruh terhadap resiliensi. Faktor eksternal terdapat dukungan komunitas, dukungan keluarga, dukungan personal, budaya, internal yang mencakup, regulasi emosi, kontrol diri, tidak menyalahkan diri sendiri, intelegensi (Holaday & McPhearson, 1997). Friedman (2010) menyatakan dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya yang bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan sehingga penerima dukungan keluarga akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai dan mencintainya. Dukungan keluarga dapat berupa dukungan keluarga internal, seperti dukungan dari pasangan, dukungan dari saudara kandung, dukungan dari anak dan dukungan keluarga eksternal, seperti dukungan dari sahabat, tetangga, sekolah, keluarga besar, tempat ibadah, praktisi kesehatan (Friedman, 1998).

Penelitian selanjutnya sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Khorni, 2017) menyatakan bahwa dukungan keluarga memiliki dampak positif bagi kualitas hidup individu, dari segi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Keluarga perlu membangun suasana positif dalam keadaan apapun. Dukungan keluarga yang baik sangat dibutuhkan pekerja mengalami tekanan. Berdasarkan

faktor pelindung dari luar, resiliensi dapat juga dikembangkan dari luar diri individu, yakni dengan dorongan dari lingkungan sosial. Rosyidah (2022) dalam konteks keluarga dukungan keluarga terhadap resiliensi keluarga menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan yang didapat dari keluarga maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi individu dalam keluarga. Uswatun Hasanah (2022) Dukungan keluarga yang diberikan dalam bentuk secara fisik dan finansial, serta dukungan yang diberikan oleh anggota keluarga secara psikologis dan kepengasuhan yang dapat mengarahkan pada kesuksesan akademik.

Selain dukungan keluarga pekerja juga perlu regulasi emosi, berbagai masalah yang ada tentu membuat individu harus memiliki kemampuan untuk bertahan dan mengendalikan emosinya agar tetap bisa beraktivitas semestinya. seseorang harus memiliki pengendalian emosi yang baik dalam menghadapi masalahnya, kemampuan ini disebut dengan kemampuan regulasi emosi. Tugade dan Fredrickson (2007) dalam penelitiannya menunjukkan hasil yang positif yaitu menunjukkan adanya hubungan antara regulasi emosi dengan resiliensi. Bila individu dapat mengatur emosinya maka semakin bisa juga orang tersebut untuk cepat bangkit dari masalah dan tidak terpuruk terlalu lama sehingga kebahagiaannya dapat kembali.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Santi (2022) menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki korelasi positif dan signifikan dengan resiliensi. Sehingga regulasi emosi dapat menjadi sumber daya yang dapat dikembangkan oleh individu sebagai upaya mengembangkan resiliensi selama pandemi COVID-19. Aji (2022) terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan resiliensi, artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan resiliensi, yaitu semakin tinggi regulasi emosi maka resiliensi semakin tinggi. dan sebaliknya semakin rendah regulasi emosinya. semakin rendah resiliensi karyawan PT. X selama pandemi Covid-19. Pengaturan emosi yang tepat dapat membantu individu untuk selalu merespon positif setiap kondisi atau masalah yang akan terus terjadi. Ketika individu mampu mengendalikan perasaannya, maka dengan bantuan pengetahuan kognitif yang dimilikinya dia akan lebih mampu bertahan dan mencari jalan keluar dari masalah yang sedang dihadapinya.

Ditengah-tengah kondisi seperti ini upaya mengidentifikasi kondisi kerentanan pekerja harus tetap dilakukan. Sehingga, selanjutnya dapat disusun cara-cara strategis dalam membangun Resiliensi. Dengan adanya Resiliensi membantu untuk beradaptasi dan bertransformasi dalam menghadapi tantangan-tantangan ini. Pekerja harus mempersiapkan diri untuk hal-hal yang diharapkan, tidak terduga dan memahami dengan lebih baik potensi tekanan yang mungkin

dihadapinya. Oleh karena itu dibutuhkan adanya resiliensi agar pekerja memiliki solusi yang tepat untuk bertahan, beradaptasi, menghadapi situasi sulit ataupun kondisi sulit yang sedang dialaminya, dan dapat mencapai tujuannya, Petranto (Hadianti, et al. 2017).

Tingkat resiliensi setiap individu berbeda-beda tergantung pada faktor internal ataupun eksternal dalam diri setiap individu. Menurut Grotberg (2005) faktor yang memengaruhi proses resiliensi yaitu usia, dukungan sosial, *locus of control*, kompetensi, penghargaan terhadap diri (*self esteem*), watak (*temperament*), kedewasaan sosial, kebutuhan untuk berprestasi, dan kemampuan untuk mengatasi peristiwa masa lalu (*post coping ability*) (Sujarwo 2020). Kemudian, Connor dan Davidson (2003) menyampaikan aspek resiliensi yaitu, kompetensi personal, kepercayaan dalam naluri seseorang dan toleransi terhadap efek negative, penerimaan positif terhadap perubahan dan dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, pengendalian diri, dan pengaruh spiritual.

Dari penjabaran diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait resiliensi. Dalam penelitian ini resiliensi lebih spesifik dengan ketahanan masyarakat terutama pekerja yang di Kota Surabaya. Disamping itu faktor internal dan juga eksternal juga memengaruhi tingkat resiliensi yaitu dukungankeluarga dan regulasi emosi. Berdasarkan fenomena yang telah disebutkan sebelumnya, peneliti menyadari masih sedikitnya penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi masyarakat terutama pekerja kota di Surabaya. Untuk itu, peneliti tertarik meneliti mengenai Hubungan Dukungan Keluarga Dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Pekerja Kota di Surabaya.”.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian fenomena dari latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang akan diajukan adalah:

- a. Apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya?
- b. Apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya?
- c. Apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang akan dilakukan adalah:

- 1) Mengetahui ada hubungan antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya?
- 2) Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya?
- 3) Mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya?

2. Manfaat penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoristik maupun secara praktis, dimana:

a) Manfaat Teoristis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan yang dapat meningkatkan wawasan di dunia pendidikan terutama pada bidang ilmu psikologi sosial.

b) Manfaat Praktis

- 1) Manfaat bagi peneliti yaitu, penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam menerapkan pengetahuan terhadap resiliensi untuk menghadapi problematika yang dihadapi secara nyata.
- 2) Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk dijadikan sebagai referensi penelitian lain dengan variabel yang sama yakni variabel Dukungan Keluarga, Regulasi Emosi dan Resiliensi.

C. Keaslian Penelitian

Belum terdapat penelitian yang melakukan penelitian yang melakukan penelitian yang membahas mengenai hubungan dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan urban resiliensi. Namun, dibawah ini terdapat beberapa penelitian yang membahas hubungan variable serupa yaitu hubungan dukungan keluarga dengan resiliensi dan penelitian yang membahas hubungan regulasi emosi dengan resiliensi.

- 1) Penelitian Muhammad Agung Prabowo (2020) dengan judul “Peran Dukungan Keluarga Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Sma Broken Home Di Kota Palembang” subjek penelitian ini adalah siswa SMA broken home di Kota Palembang dengan jumlah sample 62 siswa/i. penelitian ini menggunakan dua buah skala sebagai alat ukur yaitu, skala resiliensi akademik dan skala dukungan keluarga yang mengacu pada dimensi-dimensi dari Martin & Marsh (2003) dan aspek-aspek dukungan keluarga dari House & Kahn (Friedman, 2010). Hasil menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang signifikan terhadap resiliensi akademik.
- 2) Penelitian Hafsa Al Adawiyah (2022) dengan judul “Hubungan Antara regulasi Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Melaksanakan Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19” Subjek Penelitian Ini Adalah Mahasiswa Yang Sedang Melaksanakan Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19 Dengan jumlah subjek 59 mahasiswa prodi psikologi islam. Penelitian ini menjunkan hasil yang positif antara dukungan keluarga dengan resiliensi. Resiliensi ini dapat terbentuk melalui regulasi diri yang tinggi dan juga dengan adanya dukungan keluarga agar mahasiswa dapat bertahan dengan segala kondisi yang ada.
- 3) Penelitian Rezkiah Rosyidah, Jayaning Sila Astuti, dkk (2023) dengan judul “Peran Dukungan Keluarga terhadap Resiliensi Keluarga Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di Bangkalan”. Subjek penelitian ini adalah pasangan dari suami/ istri yang bekerja sebagai TKI dengan jumlah subjek 109 orang. Hasil penelitian dimana menunjukkan adanya peran dukungan keluarga terhadap resiliensi keluarga dalam kategori yang kuat.
- 4) Penelitian Dyan Evita Santi, dkk (2022) dengan “Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator”. Populasi penelitian ini santri yang terdaftar sebagai siswa aktif kelas X-XI di Pondok Pesantren Darul Lughah Wal Karomah. Partisipan penelitian ini berjumlah 216 santri yang diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis jalur (Path Analysis) dengan bantuan program Jefferey’s Amazing Statistics Program (JASP). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas dan regulasi emosi memiliki korelasi positif dan signifikan dengan resiliensi, sehingga religiusitas dan regulasi emosi dapat menjadi sumber daya yang

dapat dikembangkan oleh individu sebagai upaya mengembangkan resiliensi selama pandemi COVID-19.

- 5) Penelitian Mimpin Sembiring dan Thomas Tarigan (2022) yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi dengan Resiliensi Akademik Siswa SMA Seminari Menengah Pematangsiantar”. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X sampai Kelas XII SMA Seminari Menengah Pematangsiantar, pada tahun ajaran 2021 yang berjumlah 218 orang. Bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan resiliensi akademik SMA. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan faktor pelindung bagi resiliensi akademik siswa SMA Seminari Menengah Pematang siantar.

Berdasarkan penelitian – penelitian terdahulu yang sudah dikemukakan, maka penelitian dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Pekerja Kota di Surabaya” memiliki perbedaan dengan penelitian – penelitian sebelumnya. Penelitian dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Pekerja Kota di Surabaya” menggunakan resiliensi sebagai variabel *dependent* dan menggunakan dukungan keluarga dan Regulasi Emosi sebagai variabel *independent*. Selain itu, sejauh yang diketahui peneliti belum ada penelitian yang mengukur Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi Pada Pekerja Kota Di Surabaya.