

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Sekolah merupakan tempat bagi seseorang untuk memperoleh pendidikan. Di sekolah, siswa dapat berinteraksi secara sosial dengan teman sebaya, guru, dan warga sekolah lainnya dari berbagai latar belakang yang berbeda (Rasyid, 2012). Setiap sekolah memiliki sistem akademik maupun non-akademik yang berbeda-beda, salah satunya adalah sistem sekolah berasrama yang dikenal sebagai *boarding school* (Ramadhan & Rinaldi, 2022). Menurut Rizkiani (dalam Aulya, et al., 2022) *boarding school* merupakan lembaga pendidikan yang menyediakan fasilitas, dimana siswa tinggal di asrama atau tempat tinggal di dalam sekolah selama masa studi. *Boarding school* tidak hanya berfokus pada ilmu pendidikan umum, tetapi ditanamkan juga nilai-nilai ilmu agama. *Boarding school* menyelenggarakan pendidikan formal yang menerapkan kurikulum nasional, salah satu jenjangnya yaitu SMPIT atau MTs yang merupakan setara dengan sekolah menengah pertama. Pada jenjang tersebut umumnya siswa berusia 12-15 tahun, artinya pada usia tersebut siswa dapat dikatakan berada pada fase remaja awal.

Menurut Monks (dalam Farih & Wulandari, 2022) masa remaja terbagi sebagai 3 bagian diantaranya masa remaja awal terjadi pada usia 12 sampai 15 tahun, masa remaja pertengahan terjadi pada usia 15 sampai 18 tahun, dan masa remaja akhir terjadi pada usia 18 sampai 21 tahun. Masa remaja merupakan salah satu periode dalam perkembangan manusia yang menarik untuk dibahas. Berk (dalam Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019) menyatakan pada masa remaja banyak

individu mengalami berbagai perubahan termasuk perubahan fisiologis dan psikologis.

Menurut Hurlock (dalam Pratiwi & Wahyuni, 2019) masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, dalam hal ini remaja tidak ingin dianggap sebagai anak-anak namun belum sepenuhnya siap atau mampu berpikir dan bertindak seperti orang dewasa, karena pada masa remaja individu berusaha mencari identitas dirinya dan perlu didorong untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, mempertanyakan informasi yang diterima, serta memahami implikasi dan tindakannya.

Pada masa remaja, berbagai perubahan pola perkembangan sering terjadi diantaranya perubahan biologis meliputi perubahan fisik, dan perubahan kognitif, meliputi perubahan kecerdasan, perubahan sosioemosional termasuk perubahan regulasi emosi (Lestari, & Satwika, 2018). Hurlock (dalam Lestari & Satwika, 2018) mengatakan bahwa pada masa remaja, individu mengalami ketegangan emosi yang cukup tinggi. Kebanyakan dari remaja tidak dapat secara efektif mengelola emosinya. Remaja lebih sering menggunakan emosi, hal tersebut karena remaja masih dipengaruhi oleh amigdala yaitu bagian otak yang mengatur emosi dan prefrontal korteksnya bagian untuk berpikir rasional yang belum matang (King, 2016).

Menurut Damon dan Eisenberg (dalam Amira & Mastuti, 2021) emosi merupakan usaha individu dalam menentukan, atau mempertahankan, serta mengubah, hubungan antara individu dengan lingkungan supaya sesuai dengan tujuannya. Giedd (dalam Pawulan, et al., 2018) menyatakan bahwa kemampuan

mengontrol emosi merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja. Menurut Champi (dalam Dwiyaputri & Sakti, 2015) regulasi emosi yang baik ialah kemahiran individu untuk dapat tenang ketika mengalami titik berat, berpikir positif meskipun dalam ditimpa permasalahan, dan menahan sesuatu yang negatif seperti rasa sedih, marah, maupun tidak nyaman. Kesadaran terhadap emosi, pemahaman mengenai sumber dan pola perilaku emosi, serta kemampuan untuk menyeimbangkan dan mengatasi emosi disebut dengan regulasi emosi.

Thompson (dalam Pawulan, et al., 2018) berpendapat bahwa kemampuan mengelola serta mengekspresikan emosi merupakan dua aspek penting dari kemampuan regulasi emosi secara keseluruhan. Menurut Gross (dalam Amira & Mastuti, 2021) kemampuan individu dalam mengelola emosi yang dimiliki, seperti kapan merasakannya, bagaimana individu mengalami, serta cara mengekspresikan emosi disebut dengan regulasi emosi. Menurut Thompson (dalam Lestari & Satwika, 2018) regulasi emosi yaitu suatu proses pembelajaran internal dan eksternal bagaimana individu dapat mengenali, memantau, dan mengevaluasi serta memodifikasi suatu reaksi emosi yang dimiliki. Dalam penjelasan tersebut, individu dapat mempersepsikan bentuk emosi yang dirasakan, memantau emosi, dan mengevaluasi serta memodifikasi cara pengendalian emosi yang dirasakan.

Gross dan John (dalam Luthfi & Husni, 2020) menyatakan bahwa regulasi emosi memiliki dua strategi diantaranya penilaian ulang kognitif (*cognitive reappraisal*) dan penekanan ekspresi emosi (*expressive suppression*). *Cognitive reappraisal* merupakan perubahan dari cara berpikir individu tentang situasi yang potensial dengan mengubah dampak emosi yang dirasakannya. Sementara

*expressive suppression* merupakan modulasi respons yang melibatkan emosi yang berlangsung menjadi terhambat atau perubahan respons yang melibatkan penghambatan pada perilaku emosi ekspresif (Amira & Mastuti, 2021). Contoh perilaku dari aspek ini individu pada fase remaja tidak dapat menghambat tanda-tanda emosi internal yang mengarah pada perilaku ekspresi emosi yang berkelanjutan dan oleh karena itu, tidak dapat mengurangi respons perilaku terhadap emosi negatif.

Menurut Santrock (dalam Ramadhan & Rinaldi, 2022) regulasi emosi yang rendah dapat memicu masalah seperti gangguan makan, kesulitan disekolah, kenakalan remaja salah satunya yaitu penyalahgunaan narkoba, selain itu kegagalan remaja dalam meregulasi emosi juga ditandai dengan perilaku membolos, *bullying*, *agresivitas*, dan sebagainya. Kekerasan remaja merupakan masalah yang masih sangat sering terjadi di Indonesia. Kekerasan merupakan masalah yang masih sangat sering terjadi di Indonesia.

Berdasarkan data KemenPPPA, hingga Januari 2023 pada usia remaja terdapat 5896 kasus kekerasan, pada jenjang sekolah menengah pertama terdapat 4053 kasus kekerasan (SIMFONI-PPA, 2023). Berdasarkan Data Pusat dan Informasi KPAI pada tahun 2022 terdapat 226 kasus kekerasan pada remaja diantaranya kekerasan fisik, psikis termasuk perundungan, kemudian hingga maret 2023 KPAI menerima 64 aduan kekerasan, bentuk aduan tersebut antara lain kekerasan fisik, perundungan, kekerasan seksual, hingga korban diskriminasi kebijakan (KPAI, 2023).

Berdasarkan data yang didapatkan dari media massa bahwa belum lama ini terdapat beberapa kasus kekerasan yang terjadi di pesantren (*boarding school*) bahkan hingga adanya korban jiwa, diantaranya yaitu kasus seorang santri di pondok pesantren Daar El-Qolam meninggal dunia setelah berkelahi dengan temannya, berawal dari ketidak sengajaan yang menimbulkan kemarahan dan keributan secara verbal hingga fisik teman di pesantren, yang mengakibatkan korban tidak sadarkan diri kemudian meninggal dunia (Tristiawati, 2022).

Kasus selanjutnya yaitu seorang siswa Madrasah Tsanawiyah (MTs) pondok pesantren al-Hamidah di Grobogan meninggal dunia setelah mendapatkan beberapa kali pukulan di bagian belakang kepala dan punggung, pelaku tersinggung setelah pelaku dan korban saling bercanda mencium bau ketiak, hingga kemudian berkelahi (Fajarlie, 2023). Kasus lainnya, dua santri pondok pesantren Darus Assadah di Samarinda, menganiaya Ustadz yang sedang naik motor menggunakan potongan balok hingga terjatuh, kemudian memukul ke arah kepala korban, hingga tak sadarkan diri, hal tersebut dilakukan untuk mengambil ponsel yang disita oleh ustadz tersebut (Piring, 2022). Menurut Ronzi (dalam Efrani, 2019) berdasarkan fenomena diatas menggambarkan bahwa remaja tersebut kesulitan untuk meregulasi dan mengatur emosinya dengan baik, sehingga tidak mampu melakukan penilaian ulang pada kognitifnya serta tidak peduli terhadap dampak buruk yang timbul dari perilaku tersebut.

Fenomena regulasi emosi remaja di Indonesia yang telah dipaparkan, juga terjadi di kabupaten Karawang, salah satunya di sekolah *boarding school* SMPIT Insan Harapan. Sekolah *boarding school* SMPIT Insan Harapan sendiri, dimana

siswa dalam melakukan aktivitas hampir seluruhnya dilakukan bersama teman-temannya atau warga sekolah lainnya, mulai dari kegiatan di sekolah dari hari senin hingga sabtu, dari pagi hingga sore, sepulang sekolah sampai dengan pagi lagi kegiatan siswa berpusat pada kegiatan kesantrian, seperti kegiatan makan, beristirahat, bermain, serta mandi untuk persiapan kegiatan di masjid di waktu magrib hingga waktu isya dan dilanjut dengan kegiatan kajian sampai dengan jam 8 malam, serta adanya waktu untuk belajar mandiri hingga waktu untuk tidur yaitu di jam 9 malam. Pada *boarding school* siswa akan bangun di jam 3 pagi untuk melakukan shalat sunnah tahajud dan dilanjut dengan kajian sampai menjelang waktu subuh. Siswa selanjutnya akan mandi, sarapan serta mempersiapkan diri untuk sekolah. Pada hari libur atau hari minggu siswa akan tetap berada di lingkungan sekolah, siswa akan mendapat kesempatan untuk di kunjungi dengan keluarganya satu kali dalam satu bulan, dan siswa akan pulang ke rumah mereka apabila libur panjang, seperti libur lebaran, libur semester, atau libur tahun ajaran baru.

Berdasarkan pra penelitian yang dilakukan kepada 50 siswa SMPIT Insan Harapan bahwa terdapat beberapa siswa terlibat pertengkaran verbal, perundungan secara verbal, fisik, maupun psikis, berkelahi karena masalah sepele yang menjadi kemarahan berkepanjangan, perkelahian yang berawal dari ejekan, perkelahian berawal dari bercanda hingga menjadi perkelahian secara fisik, misalnya seperti pada kasus M yang terlibat perkelahian berawal dari bercanda bersama teman hingga menjadi perkelahian secara fisik dengan saling menendang dan saling menonjok. Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala sekolah SMPIT Insan

Harapan, mengatakan bahwa setiap anak mempunyai karakter yang berbeda-beda, ada yang taat dan adapula yang kurang taat, dan ada saja siswa yang melakukan perundungan dengan melontarkan kata-kata yang tidak baik atau kotor, saling mengejek dengan temannya, adapula yang adu mulut hingga terjadi perkelahian, dan tidak sedikit pula kejadian-kejadian tersebut berawal dari bercanda, serta adanya laporan beberapa siswa yang kerap kehilangan barang pribadinya, seperti uang, pakaian, sarung, sandal, dan makanan.

Didukung dengan hasil wawancara dengan siswa SMPIT Insan Harapan bahwa terdapat beberapa permasalahan, diantaranya yaitu mengenai cekcok adu mulut hingga terjadinya perkelahian antar siswa. Dari hasil wawancara kepada siswa A dan Siswa M, terjadi perkelahian diantara mereka akibat saling mengejek yang berawal dari bercanda. Selanjutnya pada siswa SA terlibat perkelahian dengan temannya berawal dari beradu mulut, hingga berencana membolos atau menghindar dari masalah untuk menyendiri, serta terdapat beberapa siswa yang mengalami *bullying* di sekolah. Dari beberapa kasus tersebut merupakan akibat dari ketidakmampuan merubah perasaannya untuk lebih baik, sehingga tidak dapat menurunkan perasaan negatif, yang mengakibatkan munculnya perilaku negatif, dan menimbulkan perasaan sakit hati, kemarahan, permusuhan serta perkelahian antar siswa, yang merupakan sesuai dengan teori penilaian ulang kognitif (*cognitive reappraisal*). merupakan juga akibat dari siswa tidak dapat menahan atau menghambat ekspresi perilaku terkait emosi yang dirasakannya, serta memilih untuk menekan, menyembunyikan, atau menghindar dari masalah, hal ini dapat

berdampak pada hubungan intrapersonal, hal ini sesuai dengan teori penekanan ekspresi emosi (*expressive suppression*).

Kasus diatas merupakan gambaran dari ketidakmampuan remaja dalam meregulasi emosinya, sesuai teori ditandai dengan berbagai permasalahan remaja diantaranya perilaku agresivitas, *bullying*, dan sebagainya. Steinberg (dalam Aamira & Mastuti, 2021) mengungkapkan sebagian besar kasus-kasus diatas merupakan berawal dari masalah sepele sehingga menjadi masalah serius, karena kebanyakan remaja secara afektif tidak dapat mengelola emosinya. Hal tersebut merupakan efek dari perkembangan remaja salah satunya ialah perubahan emosi yang tidak stabil, mayoritas remaja mengalami ketidakstabilan emosi sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri dan pola perilaku serta harapan sosial yang baru bagi dirinya. Menurut Gunarsa (dalam Uci & Savira, 2019) ciri pada masa remaja yaitu memiliki banyak masalah, masa yang kritis, suka mengembangkan pikiran baru, gelisan, suka berkhayal, serta mulai tertarik pada lawan jenis. Jatmika (dalam Uci & Savira, 2019) menyampaikan bahwa ciri pada masa remaja awal yaitu seperti menyampaikan kebebasan dan haknya dalam menyampaikan pendapat, remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman sebayanya, serta remaja mengalami perubahan fisik yang pesat.

Menurut Nisfiannoor dan Kartika (dalam Luthfi, 2019) faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi yaitu terdiri dari beberapa faktor diantaranya hubungan orang tua dan anak, umur dan jenis kelamin, hubungan interpersonal, *peer relationship* dan *peer group*, serta penerimaan teman sebaya, seperti kelekatan. Pada penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Kusumawardani (2019) dengan

hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dari kelekatan teman sebaya (kepercayaan, komunikasi, dan keterasingan) terhadap regulasi emosi pada remaja.

Oleh karena itu, kelekatan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi dan memiliki dampak spesifik pada efektivitas regulasi emosi individu (Lestari & Satwika, 2018). Ainsworth (dalam Luthfi & Husni, 2020) mendefinisikan kelekatan merupakan suatu hubungan afektif yang diarahkan pada seseorang dan berkelanjutan. Pada masa remaja, individu akan memperdalam ikatan lebih erat dengan teman sebayanya. Santrock (dalam Lestari & Satwika, 2018) mengungkapkan bahwa kelekatan dengan teman sebaya, baik individu maupun kelompok, serta orang tua memiliki peran penting pada masa remaja. Hazan dan Shaver (dalam Rasyid, 2013) berpendapat bahwa remaja cenderung merasa membutuhkan kedekatan dan kenyamanan berupa nasihat atau bimbingan dari teman sebayanya.

Menurut teori kelekatan, peran penting dalam perkembangan kemampuan remaja dalam mengatur emosinya adalah interaksi dengan teman sebaya. Ketersediaan secara emosional yang muncul dimasa remaja menciptakan dan membentuk persahabatan yang baik, sehingga mereka lebih dekat dan terbuka untuk mengungkapkan perasaan, dan pikiran, serta emosi yang di rasakan. Oleh karena itu, kelekatan teman sebaya yang positif dapat membantu remaja dalam meregulasi emosi (Lestari & Satwika, 2018).

Armsden dan Greenberg (dalam Luthfi & Husni, 2020) mendefinisikan kelekatan teman sebaya (*peer attachment*) merupakan hubungan baik dan erat

terbentuk antara individu dengan teman disebabkan oleh adanya jalinan komunikasi yang baik. Kelekatan teman sebaya terbagi menjadi 3 Aspek dalam konsep *inventory of parent and peer attachment* (IPPA), yaitu, kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), dan keterasingan (*alienation*) (Armsden & Greenberg, 2009).

Pada masa remaja memiliki kelekatan yang kuat dengan teman-teman sebayanya, mereka akan cenderung lebih nyaman dan untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, serta emosi yang dirasakan (kustanto & khoirunnisa, 2022). Dengan demikian kelekatan teman sebaya akan membantu remaja dalam meregulasi emosi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Luthfi (2019) yaitu hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara kelekatan teman sebaya dengan regulasi emosi pada aspek *cognitive reappraisal* maupun *expressive suppression*. Didukung penelitian yang dilakukan Hasibuan (2019) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kelekatan teman sebaya dengan regulasi emosi remaja. Diperkuat dengan penelitian Putriningsing (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan teman sebaya dengan regulasi emosi pada remaja. Dapat disimpulkan bahwa kelekatan teman sebaya dapat berpengaruh pada kemampuan regulasi emosi pada remaja. Jika tingkat kelekatan teman sebaya pada remaja semakin tinggi, maka kemampuan regulasi emosi pada remaja juga akan tinggi. Begitupun sebaliknya, apabila tingkat kelekatan teman sebaya semakin rendah, maka kemampuan regulasi emosi yang dimiliki remaja akan semakin rendah pula.

Pada *boarding school* salah satu peran lekat yang dimiliki adalah teman sebaya. Menurut Savin-Williams dan Berndt (dalam Rasyid, 2013) dimasa remaja, teman sebaya adalah peran yang paling dipercaya ketika memiliki permasalahan maupun ketika melewati situasi yang tidak menyenangkan, karena teman sebaya dapat memberikan dukungan emosi dan nasihat namun tidak menggurui. Sebagai siswa *boarding school*, remaja akan mengalami berbagai jenis permasalahan, dalam menyelesaikan masalah setiap individu memiliki cara beragam. Namun, terdapat juga remaja yang tidak mampu menyelesaikan masalah yang dimiliki remaja tersebut. Banyak remaja yang menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan masalah dan meregulasi emosi mereka sendiri. Siswa yang memiliki hubungan kelekatan teman sebaya yang positif lebih mampu mengatasi masalah yang mereka alami, dibanding dengan siswa yang memiliki hubungan buruk dengan teman sebayanya. Di sisi lain, kelekatan teman sebaya yang buruk dapat menimbulkan masalah pada regulasi emosi (Luthfi & Husni, 2020).

Dari latar belakang yang di uraikan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh kelekatan teman sebaya terhadap regulasi emosi siswa di SMAIT Insan Harapan”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh kelekatan teman sebaya terhadap regulasi emosi siswa di SMPIT Insan Harapan?

### C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelekatan teman sebaya terhadap regulasi emosi siswa di SMPIT Insan Harapan.

### D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan adalah sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang bisa didapatkan dalam penelitian ini ialah membuktikan teori mengenai pengaruh kelekatan teman sebaya terhadap regulasi emosi pada siswa di SMPIT Insan Harapan. Bagi para peneliti, dapat memberikan informasi mengenai pengaruh kelekatan teman sebaya terhadap regulasi emosi pada siswa sehingga dapat memudahkan bagi para peneliti yang akan melakukan penelitian lanjutan yang serupa.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi penulis

Dapat menambah wawasan dan pengalaman dari penelitian yang dilakukan tentang kelekatan teman sebaya terhadap regulasi emosi pada siswa.

##### b. Bagi sekolah

Dengan adanya penelitian ini, dapat membuktikan fenomena yang terjadi di sekolah mengenai regulasi emosi yang dipengaruhi oleh kelekatan teman sebaya pada siswa di SMPIT Insan Harapan.

c. Bagi Pembaca

Dapat menjadi sumber referensi dan informasi bagi yang membaca skripsi ini supaya mengetahui dan lebih mendalami tentang kelekatan teman sebaya terhadap regulasi emosi pada siswa

