

BAB I

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Sebagai makhluk hidup, sudah sewajarnya kita merasakan sesuatu yang kita kenal dengan sebutan emosi. Pada umumnya, kita mengartikan emosi sebagai bentuk amarah atau kekesalan, namun hal itu kurang tepat. Goleman (dalam Ali & Asrori, 2018) menggambarkan emosi sebagai bentuk perasaan dan pikiran eksklusif pada individu, meliputi keadaan biologis dan psikologis seseorang, lalu menghasilkan serangkaian hasrat untuk bereaksi. Perasaan emosi dirasakan oleh semua individu di setiap tahap perkembangannya, termasuk bagi remaja. Menurut Steinberg (dalam Hirmaningsih, 2019), pada masa remaja/ *adolescence* memiliki emosi yang tidak stabil dan cenderung meledak-ledak. Hal ini terjadi karena efek *imbalance* pada emosi remaja yang disebabkan oleh hormon karena memasuki fase pubertas atau dikenal dengan *period of storm and stress*. Masa remaja sendiri, dibagi menjadi tiga tingkatan, yakni remaja awal (11-14 tahun), remaja madya (15-18 tahun) serta remaja akhir (18-21 tahun), dan di masa remaja ini, individu akan mengalami berbagai macam perubahan pada dirinya, baik itu secara fisiologis dan psikologis.

Beberapa literatur mengungkap bahwa sosio-emosional merupakan salah satu perubahan psikologis yang terjadi pada masa remaja. Sebagaimana diungkap Berk (dalam Hirmaningsih, 2019) bahwa masa remaja merupakan periode penuh ketegangan, dimana mulai munculnya masalah yang lebih kompleks sehingga memberikan tekanan lebih. Untuk itu, sangat diharapkan kebutuhan anak pada masa remaja terpenuhi sebagai bentuk aktualisasi diri anak dalam mengembangkan kecerdasan emosionalnya.

Orang tua berperan penting dalam tumbuh kembang anak. Semua orang tua pasti menginginkan anaknya untuk tumbuh menjadi yang terbaik, cerdas secara akademis maupun emosi. Namun jika kita mengamati sekeliling, kita dapat merasakan bahwa kehadiran peran orang tua pada anaknya tidaklah lengkap, terutama kehadiran peran figur ayah. Menurut Fitroh (dalam Yuliana, dkk., 2023) kehilangan peran figur ayah dikenal dengan '*father loss*', '*father absence*', '*father hunger*', atau '*fatherless*'. Penelitian mengenai *Fatherless* di Indonesia masih terbilang sedikit, akan tetapi, banyak fenomena yang terjadi dan dapat menjadi data pendukung pada penelitian terkait *Fatherless*. Sistem patriarki di Indonesia menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya *Fatherless*. Seperti yang dikatakan oleh Duval (dalam Ashari, 2017) dimana ibu selalu dipandang dan ditugaskan untuk mengerjakan pekerjaan rumah, menyiapkan makan dan mengasuh anak, sementara ayah sebagai pencari nafkah.

Melalui data statistik di Amerika pada tahun 2022, menunjukkan bahwa 18.3 juta anak (sekitar 1 dari 4 anak di US) hidup tanpa sosok ayah di rumah. Sebanyak 80% *single-parent homes* dipimpin oleh seorang ibu Tunggal (*American First Policy Issue Brief: Fatherlessness and its effects on American Society*). Menurut Brown (dalam Brewer, 2023) dampak dari keluarga yang berantakan sangat mengejutkan. Sementara itu, melalui data Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2023 di Indonesia jumlah perceraian mencapai 408.347 kasus. Yang dimana provinsi Sumatera Utara berada di peringkat ke-4, dengan Kota Medan sebagai peringkat ke-1. Anak yang berasal dari *Fatherless homes* mengalami masalah *well-being* rendah, kesehatan mental dan perilaku yang jauh lebih buruk. Mereka terbebani dengan rasa rendah diri dibanding anak lainnya, dan mereka tidak mengerti mengapa ayah meninggalkannya.

Pakar pengasuhan keayahan, Irwan Rinaldi mengungkapkan jika peran ayah tidak dapat dirasakan oleh anak, maka akan terjadi ketimpangan antara pertumbuhan dan perkembangannya, sebab orang tua hanya fokus pada masalah pertumbuhan anaknya saja. Hal ini berdampak pada mundurnya usia perkembangan anak dibandingkan pertumbuhan karena kurangnya stimulasi dari kedua orangtua. Masalah *Fatherless* ini, menjadi penjara baru bagi anak karena memiliki ayah, namun mereka tidak mendapatkan pendampingan dan pengajaran dari sosok ayahnya. Inilah pentingnya memperkuat peran seorang ayah, yaitu *loving, coaching, dan modelling*” (Kemenppa, 2020). Pada tahun 2021 lalu, portal berita CNN mengangkat fenomena *Fatherless* yang terjadi di Indonesia. “Reduksi peran gender tradisional memposisikan ibu sebagai penanggung jawab urusan domestik dan ayah sebagai penanggung jawab urusan nafkah masih melekat di masyarakat. Padahal, tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh kehadiran dari kedua orang tuanya dalam pengasuhan (www.cnnindonesia.com). Hal ini dirasakan juga oleh subjek 2 penelitian ini. Dalam wawancara, ia mengungkapkan bahwa:

“....Kalau sama Ayah yang dulu ya cuman pergi pulang kerja aja, sisanya Mamak yang ngurus....”(S.2).

Masih terkait *Fatherless*, seorang psikolog Irna Minauli menyebutkan bahwa maraknya aksi begal yang terjadi di Kota Medan dengan pelaku remaja usia 18 tahun kebawah, dilatarbelakangi karena faktor ekonomi dan diperkuat dengan masalah gangguan kepribadian (*conduct disorder*). Gangguan perilaku ini yang membuat mereka sering melakukan tindakan melanggar hukum. Itu sebabnya gangguan ini sering disertai masalah kecanduan narkoba. Jika ditinjau dari penyebabnya, umumnya para pelaku kejahatan seperti pembegalan adalah

mereka yang tidak mendapatkan sentuhan peran ayah (*Fatherless*) dalam kehidupannya dan Indonesia, saat ini menduduki posisi tertinggi dalam masalah ketiadaan peran ayah (tvonenews.com).

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan sangatlah penting dan memiliki berfungsi yang besar bagi anaknya diantaranya fungsi *endowment*/mengakui anak sebagai pribadi, *protection*/melindungi anak dari sumber-sumber bahaya potensial dan berkontribusi pada pengambilan keputusan yang berpengaruh terhadap kesejahteraan anak, *provision*/memastikan kebutuhan material anak, *formation*/aktivitas bersosialisasi seperti pendisiplinan, pengajaran, dan perhatian yang merepresentasikan peran ayah sebagai pelaksana dan pendorong bagi pembentukan dalam perkembangan anak (Berns dalam Septiani & Nasution, 2017). Namun kenyataannya, fungsi itu kurang berperan secara menyeluruh dalam keluarga. Akhir-akhir ini, tidak sedikit kita melihat ibu yang mengantar-jemput anak sekolah, menemani les atau kegiatan ekstrakurikuler lainnya, mengambil raport saat ujian berakhir, dan sebagainya. Saat di rumah, Ibu harus mencuci pakaian, memasak, membersihkan rumah bahkan ada juga ibu/istri yang membantu suaminya dalam mencari nafkah. Dari tingginya sikap patriarki di Indonesia, kita diberikan gambaran bahwa tugas seorang ayah dan ibu terbilang sangat berbeda. Terutama menyangkut soal pengasuhan anak, dimana seharusnya hal ini dilakukan dengan kontribusi kedua orang tua secara adil. Hal ini juga diutarakan subjek 2:

“....Kalo biasa ya mamak sih kak. Di rumah udah pasti ngurus rumah terus kalo antar jemput aku nggak, karena.. saya jalan kan. Tapi ambil raport, bayar uang sekolah, gitu-gitu mamak yang datang. Ayah pulang, istirahat, pergi, kerja lagi, gitu aja. Kalo semisal ngajak jalan pun mamak biasanya....”(S.2)

Fatherless bukanlah tentang anak yatim saja, tetapi tentang figur ayah yang ada secara fisik namun tiada secara emosional atau perannya sebagai orangtua. Banyak faktor yang menyebabkan *Fatherless* diantaranya ayah yang terlalu sibuk, persepsi bahwa tugas ayah hanya mencari nafkah, terjadinya perpisahan atau perceraian kedua orang tua, ayah tidak merasa perlu dilibatkan dalam mengasuh anak, dan didikan yang dominan keras dari sang ayah.

Dampak dari *Fatherless* ini menimbulkan berbagai macam respon emosional pada anak. Di zaman sekarang, kita mengenalnya dengan istilah *daddy issues*, dimana seorang anak akan mencari sosok peran ayah pada orang lain. Menurut Salsabila, Junaidin & Hakim (dalam Yuliana, dkk, 2023) perasaan marah, malu, kesepian, kecemburuan, kedukaan dan kehilangan mendalam, rendahnya harga diri serta rendahnya kontrol diri merupakan dampak

ketiadaan peran sang ayah terhadap perkembangan individu. Ashari (2018), juga menuliskan bahwa anak yang *Fatherless* terutama laki-laki cenderung memiliki sikap pemaknaan kurang baik tentang keintiman relasi.

Dari beberapa literatur telah dibahas beberapa dampak lainnya dari kehilangan peran figur ayah di kehidupan anak yaitu membuat anak merasa kurang percaya diri, rendah diri, tidak mampu menyelesaikan suatu konflik secara baik, kesulitan dalam beradaptasi, dan susah untuk mengontrol emosi.

Sering kita mendengar/membaca berita tentang remaja laki-laki yang membuat keributan, seperti melakukan *bullying* secara fisik dan terlibat “geng motor”. Muncul pertanyaan, apakah mereka tidak diajarkan bersikap baik? Lalu, bagaimana jika orangtua, terutama ayah memang tidak mengajarkannya? Terkait hal ini, Sharma (2019) menyebutkan bahwa ada beberapa peran ayah diantaranya: 1) *father as playmate*, 2) *father as a coach or teacher*, 3) *father as a protector*, 4) *father as a companion*, 5) *father as a role model*, 6) *a son grows up to be his father replica*, 7) *father as a provider*. Paley, Conger & Harold (dalam Amanda, dkk., 2018) menyebutkan kurangnya peran ayah dalam pengasuhan anak akan berdampak pada tingginya frekuensi perilaku negatif remaja, seperti agresivitas dan masalah perilaku lainnya. Masalah agresivitas remaja juga memiliki hubungan dengan ketiadaan peran ayah dalam diri anak.

Agresivitas diartikan sebagai suatu perbuatan baik disengaja maupun tidak disengaja yang ditunjukkan untuk menyerang pihak lain secara fisik maupun verbal (Wiyani, dalam Rahayu, 2018), serta mengekspresikan perasaan negatif dengan cara menyakiti orang lain seperti agresif fisik, agresif verbal, kemarahan, dan perilaku agresif lainnya (Buss & Perry, dalam Amanda, dkk., 2018). Hal ini juga dialami oleh subjek 1 dalam penelitian ini:

“....Kalo agresif paling ya ngomong kotor kak, sama.. ya, minum-minum gitu lah, mabok....” (S.1).

Untuk menghindari respon emosional yang negatif atau perilaku agresif individu dapat mengontrol emosinya. Mirza, dkk (2021) menyebutkan bahwa seseorang yang mengalami masalah emosi dapat mengakibatkan terjadinya ketegangan emosi hingga sulit mengontrol emosinya. Upaya itu disebut sebagai regulasi emosi. Menurut Gross, regulasi emosi mengacu pada pembentukan emosi, emosi yang dimiliki, dan pengalaman/ bagaimana mengalami serta mengekspresikan emosi yang dirasakan (dalam Utami dan Fitriyani, 2019), serta kemampuannya untuk mengenali, mengevaluasi, memodifikasi dan mengendalikan emosi secara pribadi dan dapat diterima secara sosial, dengan tujuan untuk mempertahankan kendali

mental daripada perasaan yang kuat, penyelesaian masalah, dan pertimbangan ulang (dalam Paulus, dkk, 2021).

Terkait regulasi emosi ini, ada lima proses yang dapat dilakukan dalam meregulasi emosi, diantaranya *Situation selection*, yakni cara mendekati/menghindari orang/situasi di mana seseorang dapat menimbulkan emosi yang berlebihan. *Situation modification* yakni cara individu mengubah lingkungannya sehingga mengurangi efek kuat dari emosi yang muncul. *Attention deployment* yakni cara individu mengalihkan perhatian dari situasi yang tidak menyenangkan untuk menghindari emosi yang berlebihan. *Cognitive change* yakni cara menilai kembali situasi dengan mengubah pola pikir lebih positif untuk mengurangi efek kuat dari emosi. *Response modulation* yakni upaya individu untuk mengatur/mengekspresikan respon emosional yang tidak berlebihan (Gross dan John, dalam Mirza, dkk., 2022).

Berdasarkan uraian fenomena di atas, terdapat beberapa rumusan masalah pada peneliti yaitu meliputi bagaimana gambaran *Fatherless* pada remaja laki-laki, kemudian jenis emosi apa yang muncul dan bagaimana gambaran proses regulasi pada remaja laki-laki yang *Fatherless*. Adapun tujuan peneliti, untuk melihat bagaimana gambaran *Fatherless* pada remaja laki-laki, untuk mengetahui apa saja jenis emosi yang muncul/dirasakan, untuk mengetahui bagaimana gambaran proses regulasi emosi yang mereka alami. Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan menambah wawasan dan kajian ilmu di bidang Psikologi. Sementara itu, secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan menjadi sebagai salah satu media untuk menyadarkan ayah/calon ayah mengenai betapa pentingnya peran mereka bagi anaknya.