

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja dianggap sebagai periode transisi yang dialami anak-anak dalam perjalanan menuju kedewasaan, dimana pada fase tersebut akan terjadi perubahan yang signifikan, selain perkembangan dan fisiknya. Usia remaja merupakan usia pertumbuhan untuk fisiknya, cara bersosial, daya pikir untuk tingkat pengetahuan dan hal lain sebagainya (Pratama, 2021). Adapun menurut Kusumawati, Ragilia, Trisnawati, Larasati, Laorani & Soares (2018) masa remaja umumnya dimulai dari rentan usia 10-13 tahun dan berakhir di rentan usia 18-22 tahun, ketika masa remaja tiba pertumbuhan fisik baik pada laki-laki maupun perempuan akan sangat cepat. Perbedaan dari pertumbuhan antara laki laki dan perempuan ialah pada organ reproduksi akan terjadi produksi hormone yang beragam dan turut memengaruhi perubahan pada penampilan fisik serta perubahan bentuk tumbuh yang terjadi akibat adanya perkembangan tanda-tanda seksual.

Hurlock (Utami & Fitriyani, 2019) juga mengemukakan bahwa masa usia remaja merupakan masa dimana remaja menjalani fase penting dalam perjalanan hidup mereka. Hal penting tersebut diantaranya ialah perubahan fisik serta kondisi psikologis yang dapat menimbulkan efek baik secara langsung maupun tidak langsung. Selain itu individu yang sudah memasuki fase remaja akan rentan mengalami gangguan perilaku terkhusus pada gangguan emosional yang dapat disebabkan oleh adanya tekanan sertra kemauan besar dalam proses penyesuaian diri, Hasrat untuk mendapatkan penerimaan, keinginan untuk hidup mandiri serta peningkatan kebutuhan akses pada teknologi dan kebutuhan lainnya (Aziz, Lutfiya & Sulaiman, 2021). Masa remaja juga merupakan masa transisi di mana emosi mereka belum matang dan mereka cenderung mudah dipengaruhi. Karena itu, mereka rentan mengalami masalah dan berperilaku negatif dalam kondisi yang tidak pasti ini. (Sanjiwani & Budisetyani, 2014).

Adapun pendapat dari Hall (Yasa & Fatmawati, 2021) yang mengkarakteristikan masa remaja sebagai periode *storm and stress* dimana remaja akan mengalami peningkatan emosional yang disebabkan oleh adanya perubahan pada fisik dan hormon. Maka dari itu remaja harus mampu untuk mengendalikan diri, sebab apabila remaja tidak mampu mengendalikan diri maka remaja akan cenderung melakukan tindakan negatif. Tindakan negatif tersebut diantaranya ialah kenakalan remaja atau bahkan gangguan pada akademisnya. Uraian tersebut menunjukkan bahwa proses perkembangan tidak dapat dicapai oleh remaja secara mulus dan mudah, diantara mereka masih banyak yang mengalami permasalahan emosional (Ulfa, 2017).

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa dampak yang timbul dari adanya perubahan emosional pada remaja terutama pada remaja laki-laki harus sangat diperhatikan, sebab proses pembentukan karakter pada remaja tidak terlepas dari adanya peran orang tua. Namun untuk saat ini banyak orang tua yang justru merasa cukup dengan memberikan kebutuhan materi namun masalah pendidikan, akhlak terpuji serta kasih sayang cenderung diabaikan. Hal tersebut tentu menimbulkan dampak negatif dimana remaja akan memiliki sifat yang kurang baik (Fatimah & Nuraninda, 2021).

Kurangnya peran orang tua terutama ayah dapat dikenal dengan istilah *fatherless*. Ayah merupakan figur utama dalam membentuk karakter atau kepribadian remaja, ayah yang baik tentu akan memiliki hubungan yang baik pula dengan sang anak sehingga mampu untuk memberikan stimulasi yang bersifat positif. Begitupun sebaliknya apabila seorang ayah memiliki hubungan yang kurang baik dengan anak justru akan menimbulkan dampak negatif dimana remaja akan mencari perhatian kepada orang lain sehingga cenderung memiliki perilaku yang kurang sesuai bahkan dapat menimbulkan kerugian (Olivia & Prihanto, 2022). Mulanya *fatherless* muncul akibat pandangan umum dari budaya tradisional yang mempengaruhi pola pikir masyarakat khusus bagi mereka yang sudah berkeluarga, terlebih pada aspek pengasuhan dimana laki-laki atau ayah tidak pantas untuk ikut andil dalam pengasuhan anak. Hal tersebut dikarenakan

seorang laki-laki atau ayah berperan untuk mencari nafkah, sedangkan perempuan atau ibu memiliki peran untuk mengurus anak (Maryam Sobari, 2022).

Berlanjut pada pembahasan terkait fenomena yang sering terjadi di pondok pesantren, terlebih dengan adanya pandangan yang beredar di masyarakat bahwa di pesantren tidak terjadi kenakalan sebab diyakini bahwa pesantren merupakan tempat yang memiliki kehidupan religius yang dapat membimbing santri menuju perilaku yang baik (Rahmatullah & Purnomo, 2020). Kenyataannya akan tetap terjadi adanya kenakalan yang dilakukan oleh remaja di pesantren yang terbagi menjadi kenakalan ringan, sedang hingga tinggi. Kenakalan tersebut diantaranya ialah sengaja telat datang ke masjid atau sekolah dengan berbagai alasan, keluar pondok pada waktu malam hari, memiliki hubungan khusus dengan lawan jenis hingga mencuri barang baik milik santri lain atau warga sekitar pondok (Rahmatullah & Purnomo, 2020).

Fenomena kenakalan remaja tersebut dapat berkaitan dengan peran keluarga serta pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, dimana pola asuh orang tua menjadi faktor eksternal yang dapat mempengaruhi kenakalan remaja (Ningsih, Jannah & Muslihudin, 2023). Selain itu orang tua juga merupakan pendidikan pertama dan utama bagi remaja, sehingga mulia tidaknya akhlak atau kepribadian remaja sangat dipengaruhi oleh pendidikan yang mereka terima sejak kecil, dimulai dari lingkungan keluarga (Claudia & Anwar, 2022).

Maka dari itu peran orang tua terutama ayah memang sangat dibutuhkan terlebih ketika masa remaja sedang berlangsung. Sebab kurang maksimalnya peran ayah dalam masa pertumbuhan remaja akan membawa dampak kurang baik seperti menurunnya nilai akademik, depresi serta timbul gangguan pada kondisi fisik serta psikologisnya (Nasution & Septiani, 2017). Gangguan psikologis tersebut salah satunya ialah pada kemampuan regulasi emosi yang dimiliki oleh remaja itu sendiri.

Menurut paparan dari Astryani (Alfasma, Santi & Kusumandari, 2022) pada tahun 2004 menurut data dari Program Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga terdapat 40 juta kepala keluarga yang kepala keluarganya merupakan janda, sebelumnya juga pada tahun 1994 terdapat survei yang dilakukan oleh Biro Pusat Statistik dimana hasilnya menunjukkan wanita di Indonesia mengalami perceraian dan menjadi kepala keluarga dengan jumlah kasus 778.156 individu. Kemudian adapun penyebab lain yakni kematian dengan jumlah kasus 3.681.568, sehingga apabila dijumlahkan menjadi 4.459.724 kasus.

Adapun data yang dipaparkan oleh BPS yang dikeluarkan pada tahun 2021 menunjukkan bahwa terdapat 21,90 juta anak di Indonesia tinggal dengan ibu tunggalnya. Meski begitu data tersebut tidak dapat dijadikan sebagai acuan yang akurat, sebab data *fatherless* di Indonesia tidak dapat diketahui jumlahnya. Maka dari itu berdasarkan hasil penelitian di atas dapat diketahui bahwa adanya peran ayah dalam masa perkembangan anak sangat dibutuhkan, sebab pada masa tersebut seorang anak akan mengalami hal baru, sehingga anak akan sangat membutuhkan arahan dari orang tua terlebih oleh ayah.

Selain lingkungan keluarga, lingkungan sekolah juga lingkungan teman sebaya juga dapat menjadi alasan remaja dalam membentuk kemampuan regulasi emosinya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat dari Zalika & Rusmawati (2022) yang menyebutkan bahwa teman sebaya memiliki peran yang penting, terlebih di lingkungan sekolah remaja akan banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa lingkungan sekolah juga lingkungan teman sebaya sangat mempengaruhi proses remaja dalam membentuk regulasi emosinya.

Adapun penelitian yang dilaksanakan oleh Allen dan Daly (2007) terkait akibat dari ketidakhadiran ayah atau yang dapat dikenal dengan istilah *fatherless* di masa perkembangan anak akan cenderung memiliki masalah dalam kinerja sekolahnya, seperti nilai akademik yang rendah serta mengalami kesulitan belajar. Terdapat hal lain juga yang kemungkinan terjadi akibat ketidakhadiran ayah di

masa perkembangan anak ialah perilaku buruk yang dimiliki oleh anak, seperti kesulitan dalam menaruh perhatian serta gemar melanggar peraturan.

Menurut Santrock (Husnianita & Jannah, 2021) memiliki kemampuan regulasi yang baik sangat dibutuhkan bagi remaja saat ini, sebab pada masa ini mereka akan mengalami permasalahan serta perubahan baru dalam dirinya. Dimana pada masa ini pula remaja akan mengalami perubahan emosi serta konflik yang biasanya disebut sebagai *badai dan stress*. Mendukung pernyataan tersebut Saputra (Widyaswara, Latipun & Syakarofath, 2022) menegaskan bahwa pengelolaan emosi sangat penting untuk perkembangan remaja. Remaja yang mampu mengelola emosinya dengan baik menunjukkan kemampuan untuk mengatur dan mengendalikan emosinya sendiri, lebih baik hati, lebih menghargai dan menerima perbedaan dengan orang lain. Kestabilan emosional yang lebih baik membuat mereka lebih mungkin menghadapi masalah.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Estefan dan Wijaya (2014) menyebutkan bahwa remaja memiliki pengelolaan emosi yang rendah, hal tersebut ditandai oleh adanya indikasi menyakiti diri sendiri. Cara tersebut dapat diyakini sebagai cara untuk mendapatkan ketenangan dan mampu memberikan kebebasan sesaat pada remaja dari rasa sakit secara psikologis yang dialami. Maka dari itu regulasi emosi tentu sangat penting dan dibutuhkan oleh remaja, sebab masa remaja merupakan masa dimana mengalami banyak hal baru serta merupakan fase usia yang memiliki tingkat atau kondisi emosi yang tidak menentu.

Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya kasus atau fenomena yang terjadi di sekolah atau pesantren, salah satu contohnya seperti yang dijabarkan oleh pengurus Pondok Pesantren Ar-Risalah Mlangi Yogyakarta dimana diantara para santri tidak jarang terjadi perselisihan. Namun perselisihan yang terjadi tidak menimbulkan efek yang terlalu merugikan, sebab di pesantren sendiri terdapat sesi dimana ketika ada santri yang mengalami perselisihan satu sama lain akan dipertemukan dengan pengurus dan dipertemukan satu sama lain. Proses tersebut

juga bertujuan untuk mengambil jalan tengah dari permasalahan yang timbul, sehingga perselisihan yang terjadi dapat diselesaikan dengan baik.

Menurut paparan dari pengurus pondok pesantren, kenakalan yang dilakukan oleh para santri ialah kenakalan remaja yang banyak dilakukan juga oleh remaja lainnya. Kenakalan para santri tersebut diantaranya seperti bermain handphone sampai malam, membolos atau tidak patuh pada peraturan yang diterapkan di pondok pesantren hingga menjalin hubungan dengan lawan jenis. Fenomena tersebut diatasi dengan cara memberikan nasehat kepada para santri juga diberikan pemahaman bahwa tindakan yang dilakukan tersebut melanggar aturan dari pondok pesantren.

Maka dari itu individu yang memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi tentu akan mampu mengelola emosi yang dirasakan, sehingga tidak mudah terpengaruh oleh emosi negatif yang timbul akibat adanya suatu peristiwa (Swastika & Prastuti, 2021). Begitupun sebaliknya apabila seorang individu tidak mampu meregulasi emosinya dengan baik, hal tersebut dapat menimbulkan perilaku agresif sehingga dapat membahayakan individu lainnya (Swastika & Prastuti, 2021). Menurut pendapat dari Fitriani & Alsa (Swastika & Prastuti, 2021) remaja yang memiliki regulasi emosi yang rendah dapat mengalami berbagai bentuk psikopatologi baik gangguan internal seperti depresi, stress, sedih, cemas serta gangguan eksternal seperti perilaku diresgulasi serta kemarahan. Maka dari itu regulasi emosi merupakan hal yang krusial dalam perkembangan remaja.

Selain itu adapun pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sanchez-nunez, Fernandez-berrocal, Montanes & Latore (Yunalia & Etika, 2020) menjelaskan bahwa antara remaja laki-laki dengan remaja perempuan pada golongan umur yang sama namun memiliki tingkat kecerdasan emosional yang berbeda. Remaja perempuan cenderung lebih mampu untuk mengekspresikan emosinya daripada remaja laki-laki, dimana ekspresi emosi yang ditampilkan justru mencerminkan kecerdasan emosional dan kemampuan dalam menjalin hubungan interpersonal.

Hal tersebut berkaitan dengan faktor yang mempengaruhi regulasi emosi termasuk usia dan jenis kelamin, religiusitas, kepribadian, dan pola asuh. Maider mengatakan bahwa usia adalah salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan untuk mengendalikan emosi, karena usia seseorang lebih baik dalam mengendalikan emosinya (Triyono & Ekhsan, 2019). Selanjutnya, Salovey dan Sluyter (Triyono & Ekhsan, 2019) mengatakan bahwa laki-laki cenderung menggunakan latihan fisik untuk mengontrol emosinya, sedangkan perempuan cenderung mencari perlindungan dari orang lain untuk mengontrol emosinya.

Selanjutnya, faktor kedua yang mempengaruhi regulasi emosi adalah religiusitas. Menurut Krause (Triyono & Ekhsan, 2019), religiusitas dapat menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi, karena semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin besar keinginan mereka untuk menunjukkan emosi mereka secara wajar dan tidak berlebihan. Tentu akan sangat berbeda dengan seseorang yang memiliki tingkat religiusitas yang rendah yang cenderung akan lebih gegabah dalam menampilkan emosi yang timbul dalam dirinya. Religiusitas dapat mempengaruhi cara individu dalam menginterpretasikan emosi, individu yang religius memiliki kemungkinan bahwa emosi positif sebagai berkah yang diberikan oleh tuhan.

Faktor regulasi emosi yang selanjutnya ialah kepribadian dimana menurut Cohen & Armeli (Triyono & Ekhsan, 2019) regulasi emosi dapat berkaitan dengan kepribadian seseorang yang memiliki tingkat neurotisisme tinggi atau seseorang yang mengalami perubahan emosi yang tidak terkontrol. Beberapa penelitian juga diketahui bahwa individu yang memiliki kepribadian sehat cenderung lebih mampu atau lebih mudah dalam mengatur emosi mereka, begitupun sebaliknya individu yang memiliki gangguan kepribadian akan cenderung mengalami kesulitan dalam mengatur emosi.

Faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi yang terakhir ialah pola asuh. Menurut Parke (Triyono & Ekhsan, 2019), dapat memengaruhi kemampuan anak untuk mengendalikan emosinya. Dimana cara orang tua dalam membesarkan serta mendidik anak dapat berdampak signifikan pada kemampuan mereka untuk

mengelola serta mengekspresikan emosinya dengan tepat, maka dari itu orang tua harus fleksibel serta menyesuaikan pendekatan mereka dengan kebutuhan individu anak mereka.

Uraian diatas menunjukkan bahwa regulasi dapat berasal dari faktor dalam maupun luar, sehingga penting untuk memiliki strategi untuk meningkatkan regulasi emosi. Strategi-strategi ini dapat mencakup hal-hal yang dapat dilakukan secara khusus untuk remaja, seperti menghindari perilaku impulsif ketika emosi negatif muncul, menjadi lebih fleksibel dalam mengatur intensitas atau durasi respons emosional daripada menghilangkan emosi tersebut, dan menjadi lebih fleksibel dalam mengatur keinginan untuk (Tejena & Sukmayanti, 2018).

Remaja yang berada di Pondok Pesantren tentu memiliki kondisi dari berbagai aspek yang perlu untuk diperhatikan, sebab tentunya terdapat tantangan yang harus dihadapi mulai dari disiplin, keterbatasan serta *stereotip* terlebih pada kondisi psikologis remaja itu sendiri. Selain itu remaja yang meneruskan pendidikannya di pesantren juga akan jauh dari orang tua dimana hal tersebut juga yang akan mempengaruhi proses komunikasi serta dukungan emosional, dimana hal tersebut mungkin akan mengakibatkan timbulnya kesalahpahaman bahkan munculnya konflik dengan orang tua terlebih dengan sosok ayah.

Meski begitu tidak semua remaja yang berada di Pondok Pesantren mengalami *fatherless* dan dampak yang berkaitan dengan *fatherless* dimana sejalan dengan pendapat dari Hasanah (Fitriana, Perdani & Riyanti, 2020) terkait hal utama yang santri lakukan ialah akan berusaha menyesuaikan diri dengan baik ketika berada di lingkungan pondok dengan berkumpul atau berbaur dengan yang lain. Selain itu ayah dari beberapa santri juga ikut aktif dalam memantau perkembangan remaja dengan cara menghubungi pihak Pondok Pesantren terkait perilaku keseharian remaja, juga sesekali datang mengunjungi ke Pondok Pesantren.

Sejalan dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan 2 santri serta 1 pengurus salah satu Pondok Pesantren Ar-Risalah Mlangi Yogyakarta dimana dua remaja tersebut memaparkan bahwa masa kanak-kanak

merupakan masa dimana mereka dekat dengan sang ayah, namun ketika beranjak remaja justru tidak sedekat ketika masa kanak-kanak. Hal tersebut membuat mereka menjadi merasa sungkan jika harus menceritakan mengenai sesuatu hal yang sedang mereka alami, pemaparan tersebut juga sejalan dengan penjelasan dari pengurus santri yang menyebutkan bahwa santri yang berada di Pondok Pesantren Ar-Risalah cenderung tertutup sehingga diperlukan adanya program khusus seperti konseling untuk mengetahui apa yang sedang terjadi oleh santri tersebut.

Selain itu narasumber juga mengatakan bahwa ia tidak banyak memiliki kenangan yang membekas dengan ayah, selain kenangan masa kecil yang pernah dilakukan bersama. Sebab untuk saat ini mereka juga banyak menghabiskan waktu di pondok pesantren dan pulang hanya di kala waktu tertentu saja, orang tua salah satu narasumber juga diketahui jarang mengikuti kegiatan atau acara yang dilakukan pondok pesantren dikarenakan kesibukan bekerja. Selain itu juga terdapat salah satu program yang dimiliki oleh Pondok Pesantren Ar-Risalah ialah adanya sesi pendekatan dengan santri yang dirasa memiliki permasalahan namun enggan untuk menceritakan apa yang sedang dirasakan atau dialami.

Paparan diatas dapat dikaitkan dengan aspek regulasi emosi yang disampaikan oleh Gross (2014), aspek tersebut diantaranya penerimaan emosi (*acceptance of emotional response*) dimana pengurus pondok pesantren menyampaikan bahwa tidak semua santri mampu untuk mengekspresikan emosi yang dirasakannya, namun para santri mengekspresikan emosinya tidak secara terang-terangan. Hal tersebut timbul sebab adanya perasaan sungkan kepada pengurus pondok pesantren.

Aspek selanjutnya ialah strategi penerimaan emosi (*strategies to emotion regulation*) dimana menurut paparan dari pengurus pondok pesantren terkadang ada santri yang sulit untuk mengontrol emosi yang timbul namun sungkan untuk menunjukkan secara langsung, hal tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat santri yang cenderung sulit untuk meregulasikan emosinya. Oleh karena itu dari pihak pengurus selalu berusaha untuk memahami karakteristik dari santri itu

sendiri, sehingga dapat memberikan pengasuhan atau pemahaman dengan tepat. Berlanjut pada aspek keterlibatan perilaku tujuan (*engaging in goal directed behavior*) dimana para santri mengikuti peraturan yang diterapkan oleh pondok pesantren seperti ujian akhir tahun yang harus dilaksanakan oleh santri dimana hal tersebut sesuai dengan pembagian tingkatan masing-masing, hal tersebut tidak jarang menimbulkan rasa cemas bagi santri itu sendiri.

Aspek dari regulasi emosi yang terakhir adalah kontrol respon emosi (*control emotional response*) dimana ketika proses wawancara sebagai studi pendahuluan menunjukkan bahwa permasalahan yang dihadapi para santri di pondok pesantren ialah melakukan hal yang pelanggaran peraturan yang sudah diterapkan di pondok pesantren seperti sering membolos, tidak mengaji serta pulang larut malam. Hal tersebut tentu melanggar peraturan yang telah diterapkan oleh pondok pesantren, selain itu juga tidak jarang terjadi perselisihan antar santri yang kemungkinan sampai terjadi perkelahian. Namun dari pengurus pondok dengan cekatan menyelesaikan permasalahan tersebut dengan mempertemukan santri yang terjadi perselisihan tersebut guna diberikan pemahaman lebih lanjut.

Penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja laki-laki di pesantren yang dapat dikatakan *fatherless* cenderung mengalami situasi seperti kesulitan dalam mengontrol emosi hingga kesulitan dalam menentukan strategi yang dapat digunakan untuk proses penerimaan emosi. Akan tetapi tidak semua santri mengalami hal tersebut, masih banyak santri yang tetap mampu untuk meregulasikan emosinya dengan cukup baik.

Kemudian dari penjelasan diatas pula dapat diketahui bahwa memiliki kemampuan untuk meregulasi emosinya dengan baik dapat berdampak positif pada kesehatan psikologis seseorang. Penemuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Betts, Gullone, dan Allen (Hasmalin & Hirmaningsih, 2019), yang menemukan bahwa kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik adalah salah satu faktor yang dapat mengurangi Ketika seseorang memiliki kemampuan regulasi yang baik, mereka memiliki kemampuan untuk menilai situasi secara kritis sebelum bertindak secara emosional.

Adapun pendapat dari Ananda & Sawitri (2015) terkait usia remaja, dimana pada rentan usia tersebut merupakan masa yang dapat digunakan untuk mengembangkan serta memaksimalkan seluruh potensi yang dimiliki, sama seperti santri yang berada di lingkup pesantren seharusnya sebisa mungkin untuk terus mengembangkan potensi yang dimiliki dengan terus patuh pada peraturan yang telah dibuat oleh pondok pesantren.

Maka dari itu juga tidak dapat dipungkiri bahwa adanya peran ayah ketika masa transisi akan berdampak pada perkembangan karakter yang positif, sehingga kehadiran ayah dalam kehidupan remaja memang sangat dibutuhkan. Terlebih keharmonisan antara remaja dengan ayah akan membawa dampak positif tentunya, dampak positif tersebut diantaranya ialah rasa percaya diri yang meningkat serta keberhasilan dalam proses akademiknya. Mendidik tentu sudah menjadi tugas serta tanggung jawab utama bagi seorang ayah sehingga penting bagi seorang ayah untuk menanamkan nilai-nilai yang baik bagi remaja agar dapat terbentuk karakter yang bertanggung jawab, disiplin, jujur, peduli, dapat dipercaya, integritas serta adil. Selain dampak positif pada kepribadian remaja, adanya peran ayah secara maksimal juga dapat membantu remaja menjaga kondisi psikologis yang dimiliki tetap baik-baik saja.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui terkait regulasi emosi pada remaja terutama remaja laki-laki yang mengalami *fatherless*, dimana kondisi tersebut tentu akan berdampak pada berbagai kondisi pada remaja terlebih pada kondisi psikologis serta karakter pada remaja itu sendiri. Selain itu masih sedikit penelitian yang meneliti terkait regulasi emosi pada remaja laki-laki di pesantren yang mengalami *fatherless*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang yang telah dipaparkan maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah mengetahui bagaimana regulasi emosi pada remaja laki-laki di Pondok Pesantren Ar-Risalah yang mengalami *Fatherless*.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dari regulasi emosi pada remaja laki-laki di pesantren yang mengalami *fatherless*.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta dapat wawasan tambahan bagi masyarakat umum, khususnya bagi mahasiswa psikologi baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu serta wawasan baru terkait regulasi emosi serta *fatherless* pada remaja, terlebih pada bidang ilmu psikologi pendidikan serta perkembangan.
- b. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan insight baru terkait regulasi emosi serta *fatherless*, terlebih pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan serta insight baru dapat dibagi peneliti terkait regulasi emosi serta *fatherless* pada remaja.

b. Bagi Subjek

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan sehingga dapat membantuk untuk lebih memahami terkait regulasi emosi serta *fatherless* pada remaja.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat membanu orang tua dalam memahami pentingnya peran orang tua terlebih dalam masa perkembangan remaja terlebih pada kondisi emosinya.

d. Bagi Pondok Pesantren

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pemahaman terkait regulasi emosi pada remaja laki-laki yang mengalami *fatherless* di pondok pesantren, sehingga mampu membantu pihak pondok pesantren dalam mengidentifikasi santri yang berisiko mengalami masalah perilaku.

e. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi masyarakat terkait regulasi emosi serta *fatherless* pada remaja.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Utami & Fitriyani (2019) dengan judul *Self-Help Book* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi dengan Menggunakan *Treatment Emotion-Focused Therapy* Pada Peserta Didik Korban Perundungan Kelas XI Di SMA Negeri 112 Jakarta dengan populasi siswa kelas XI di SMA N 112 Jakarta yang berjumlah 63 peserta. Dimana hasil dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa media *self help book* dianggap sebagai tindakan kuratif sehingga dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan regulasi emosi yang dimilikinya.

Kemudian adapun menurut penelitian yang dilakukan oleh Abidina & Mujahid (2022) dengan judul Regulasi Emosi Remaja Putri yang Kehilangan Ayah karena Kematian dengan melibatkan 4 orang subjek, kemudian hasil dari penelitian ini adalah subjek menunjukkan emosi negatif pasca sang ayah meninggal. Emosi negatif tersebut diantaranya ialah mengurung diri, kehilangan motivasi untuk melanjutkan studi serta timbul rasa takut untuk menjalani hidup kedepan tanpa seorang ayah.

Berlanjut pada penelitian yang dilakukan oleh Ningrum, Matulesy & Rini (2019) dengan judul Hubungan antara Konformitas Teman Sebaya dan Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying* pada Remaja sampel yang digunakan ialah siswa kelas XII di SMK Ma'arif NU Driyorejo. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara konformitas teman

sebaya dan regulasi emosi terhadap kecenderungan remaja untuk berperilaku *bullying*.

Adapun menurut penelitian yang dilakukan oleh Insani & Yuliasari (2022) dengan judul *Gambaran Regulasi Emosi Remaja yang Menjadi Saksi Korban dalam Perkara Pidana dengan melibatkan 4 partisipan*. Kemudian hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang menjadi saksi korban dalam kasus pidana merasakan emosi takut, sedih, menyesal serta marah.

Penelitian yang dilakukan oleh Choirunissa & Ediati (2018) dengan judul *Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Remaja Orangtua dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMKN 5 Semarang menggunakan populasi sebanyak 13 kelas dengan jumlah 467 siswa*, kemudian hasil dari penelitian ini ialah terdapat hubungan positif terkait komunikasi interpersonal remaja orang tua terhadap regulasi emosi pada siswa di SMKN 5 Semarang.

Adapun menurut penelitian yang dilakukan oleh Ni'ami (2021) dengan judul *Fatherless Dan Potensi Cyberporn Pada Remaja* penelitian ini berbentuk yudiris normatif, dimana data dalam penelitian diperoleh dengan cara mencari bahan kepustakaan serta teori yang diperoleh dari berbagai karya pustaka.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Diana (2023) dengan judul *Gambaran Persepsi Pernikahan Pada Perempuan Dewasa Muda Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai Dan Fatherless* dengan populasi ialah perempuan dewasa dengan rentan usia 20-35 tahun dengan latar belakang orang tua bercerai dan *fatherless*. Penelitian tersebut mendapatkan hasil perempuan yang mengalami *fatherless* disebabkan oleh perceraian orang tua, dimana ia memiliki persepsi pernikahan yang negatif khususnya terhadap penilaian pada lawan jenis serta pernikahan.

Adapun menurut penelitian yang dilakukan oleh Zulkarnaini (2023) dengan judul *Hubungan Fatherless Terhadap Kenakalan Remaja Pada Siswa SMA X Bengkulu Utara* dalam penelitian ini menggunakan populasi siswa SMA X di Bengkulu yang berjumlah 82 orang. Penelitian tersebut mendapatkan hasil berupa hubungan positif terkait *fatherless* terhadap kenakalan remaja.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sanjaya (2021). dengan judul Regulasi Emosi Remaja Ditinjau dari Kelekatan Ayah, Ibu, Teman dan Kepribadian (*Hardiness*) dalam penelitian tersebut disebutkn bahwa remaja memiliki fluktuasi emosi yang menantang, selain itu regulasi emosi memegang peran penting bagi remaja. Regulasi emosi dapat dipengaruhi oleh orang tua, pertemanan serta kepribadian remaja. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* pada remaja dapat diakibatkan oleh lingkungan bermain (teman), kemudian regulasi emosi dipengaruhi oleh peran orang tua.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Henrizka & Suryani (2023) dengan judul *Father Attachment Dan Regulasi Emosi Lebih Efektif Membangun Resiliensi Pada Remaja Korban Bully Dibandingkan Mother Attachment* penelitian ini dilakukan guna menganalisis pengaruh *parent attachment* pada regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*, kemudian hasil dari penelitian ini ialah remaja yang menjadi korban *bully* memiliki *father attachment* serta regulasi emosi yang tinggi dibandingkan tingkat *mother attachment*. Maka dari itu dapat diketahui bahwa remaja yang menjadi korban *bully* memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik serta mampu mengekspresikan *father attachment* dengan baik pula, sehingga dapat membentuk resiliensi yang baik.

1. Keaslian Topik

Keaslian topik pada penelitian ini dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Utami & Fitriyani (2019) dengan judul *Self Help Book* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi dengan Menggunakan *Treatment Emotion-Focused Therapy* pada Peserta Didik Korban Perundungan Kelas XI di SMA Negeri 112 Jakarta dimana penelitian ini dilakukan ntuk mengetahui seberapa efektif *Self Help Book* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi dengan Menggunakan *Treatment Emotion-Focused Therapy* pada Peserta Didik Korban Perundungan Kelas XI di SMA Negeri 112 Jakarta, penelitian ini dilakukan. Model pengembangan ADDIE (*Analyze, Design, Development, Implementation, Evaluation*) termasuk dalam penelitian dan pengembangan

(R&D). Selain itu, dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui wawancara, diskusi fokus grup, dan penyebaran angket kepada subjek. Subjek penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 112 Jakarta.

Adapun pada penelitian yang dilakukan oleh Insani & Yuliasari (2022) dengan judul Gambaran Regulasi Emosi Remaja yang Menjadi Saksi Korban dalam Perkara Pidana penelitian ini melihat bagaimana remaja menjaga emosi mereka. Penelitian ini kemudian menggunakan pendekatan kualitatif dengan alat ukur seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi. Tujuan lanjutan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran tentang pengaturan emosi remaja yang menjadi saksi dalam kasus pidana.

Paparan di atas dapat diketahui bahwa penelitian ini dapat diuji keaslian topiknya, sebab dalam penelitian ini peneliti hendak mengetahui regulasi emosi pada remaja laki-laki yang mengalami *fatherless*. Kemudian kesamaan penelitian ini dengan penelitian di atas ialah kesamaan subjek, variabel, metode serta alat ukur yang digunakan.

2. Keaslian Tujuan Penelitian

Keaslian tujuan penelitian ini dapat diketahui dari penelitian yang dilakukan oleh Ni'ami (2021) dengan judul *Fatherless* dan Potensi *Cyberporn* Pada Remaja dimana dalam penelitian tersebut memiliki tujuan untuk mengetahui kondisi dari *fatherless* yang mengakibatkan timbulnya potensi *cyberporn* pada remaja, hal tersebut diakibatkan oleh hilangnya sosok panutan dalam kehidupan mereka. Penelitian ini ialah bentuk penelitian yudiris normatif, dimana data sekunder yang diperoleh melalui proses pencarian bahan-bahan kepustakaan serta bahan hukum sekunder berupa teori-teori yang diambil dari berbagai karya pustaka.

Selain itu adapun penelitian yang dilakukan oleh Henrizka & Suryani (2023) dengan judul *Father Attachment* dan Regulasi Emosi Lebih Efektif Membangun Resiliensi Pada Remaja Korban Bully Dibandingkan *Mother Attachment* dimana penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *attachment parent* dan regulasi emosi pada resiliensi remaja korban *bully*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh attachment parent dan regulasi emosi pada resiliensi remaja korban *bully*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui metode *purposive sampling*, dan kemudian dianalisis menggunakan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara bapak dan kontrol emosi yang lebih kuat.

Paparan diatas dapat diketahui bahwa penelitian ini dapat diuji keaslian tujuan penelitiannya sebab dalam penelitian ini peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui regulasi emosi dari remaja laki-laki yang berada di pesantren yang mengalami *fatherless*. Selanjutnya kesamaan antara ketiganya terletak pada subjek yang digunakan yakni remaja.

3. Keaslian Metode Penelitian

Keaslian metode penelitian ini dapat diketahui dari penelitian yang dilakukan oleh Zulkarnaini (2023) dengan judul Hubungan *Fatherless* Terhadap Kenakalan Remaja Pada Siswa SMA X Bengkulu Utara dimana dalam penelitian ini, metode kuantitatif kolerasi digunakan untuk menentukan hubungan antara ketidakhadiran ayah dan kenakalan remaja pada siswa SMA X Bengkulu Utara. Metode total sampling digunakan untuk mengumpulkan data, dan dua skala digunakan untuk menentukan tingkat kenakalan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada korelasi positif yang signifikan antara ketiadaan ayah dan gambaran perilaku kenakalan remaja pada siswa. Dengan demikian, hasilnya menunjukkan bahwa semakin tinggi kondisi ayah siswa, semakin tinggi pula perilaku kenakalan remaja.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Diana (2023) dengan judul Gambaran Persepsi Pernikahan Pada Perempuan Dewasa Muda dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai dan *Fatherless* Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif untuk menggambarkan persepsi pernikahan pada perempuan dewasa muda dengan latar belakang orang tua yang bercerai dan tidak memiliki ayah. Penelitian ini dilakukan dalam dua kasus, dengan satu kasus berfokus pada orang tua yang bercerai dan yang lainnya tidak memiliki

ayah. Penelitian ini melibatkan perempuan dewasa muda berusia antara 20-35 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki pandangan negatif terhadap pernikahan, terutama ketika mereka melihat pernikahan orang lain juga.

Paparan di atas dapat diketahui bahwa penelitian ini dapat diuji keaslian metodenya sebab dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif, dimana proses pengumpulan data dilakukan dengan proses wawancara serta observasi. Adapun kesamaan yang dapat diketahui diantaranya ialah pada subjek dan metode penelitian.

4. Keaslian Alat Ukur

Keaslian alat ukur dalam penelitian ini dapat diketahui dari penelitian yang dilakukan oleh Sanjaya (2021) dengan judul Regulasi Emosi Remaja Ditinjau dari Kelekatan Ayah, Ibu, Teman dan Kepribadian (*Hardiness*) di mana penelitian ini menggunakan metode sampling acak. Dengan menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional, penelitian ini menyelidiki pengaruh kelekatan ibu, ayah, dan teman terhadap disregulasi emosi remaja Indonesia yang berusia antara 17 dan 22 tahun. Selain itu, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa faktor kepribadian (*hardiness*), faktor sosial (teman), dan faktor perkembangan (orang tua) memiliki dampak terhadap regulasi emosi remaja.

Selain itu pada penelitian yang dilakukan oleh Abidina & Mujahid (2022) dengan judul Regulasi Emosi Remaja Putri yang Kehilangan Ayah karena Kematian penelitian ini mengeksplorasi regulasi emosi remaja putri yang kehilangan ayah karena kematian dengan menggunakan kedua pendekatan naratif dan fenomenologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami emosi negatif setelah ayahnya meninggal, termasuk mengurung diri, kehilangan keinginan untuk belajar, dan ketakutan untuk hidup tanpa ayahnya.

Paparan di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan persamaan juga perbedaan dari penelitian atau topik yang akan diteliti oleh peneliti. Persamaan tersebut terletak pada subjek serta variabel yang akan diteliti, sedangkan perbedaan terdapat pada metode yang digunakan. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ialah regulasi emosi pada remaja laki-laki di pesantren yang mengalami *fatherless*.

5. Keaslian Hasil

Keaslian hasil dari penelitian ini dapat diketahui dari penelitian yang dilakukan oleh Choirunissa & Ediati (2018) dengan judul Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Remaja Orangtua dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMKN 5 Semarang adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal remaja-orang tua dengan regulasi emosi pada siswa SMKN 5 Semarang, populasi dari penelitian ini adalah siswa dengan jumlah 467 yang diambil dari 13 kelas di SMKN 5 Semarang dengan sampel 220 siswa. Kemudian teknik pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling dan alat ukur yang digunakan ialah skala komunikasi interpersonal remaja-orang tua serta skala regulasi emosi, dimana dalam penelitian ini diketahui hasil dari penelitiannya ialah terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal remaja dan orang tua terhadap regulasi emosi siswa.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Ningrum, Matulesy & Rini (2019) dengan judul Hubungan antara Konformitas Teman Sebaya dan Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying* pada Remaja Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konformitas teman sebaya dan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada remaja. Subjek penelitian ini adalah 128 siswa kelas XII di SMK Ma'arif NU Driyorejo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan mengumpulkan data melalui kuisioner. Hasilnya menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara konformitas teman sebaya dan kecenderungan untuk melakukan perilaku *bullying* pada remaja.

Paparan di atas dapat menunjukkan bahwa terdapat persamaan juga perbedaan antara jurnal dari peneliti sebelumnya dengan topik yang akan diteliti oleh peneliti. Persamaan tersebut terletak pada subjek yang digunakan sedangkan perbedaan tersebut terletak pada metode yang digunakan, alat ukur yang digunakan serta tujuan penelitian.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa jurnal diatas dapat diketahui bahwa topik yang dipilih peneliti dalam penelitian ini dapat dengan judul Regulasi Emosi pada Remaja Laki-laki di Pondok Pesantren AR-Risalah Mlangi yang Mengalami *Fatherless* terdapat perbedaan dengan penelitian lainnya. Perbedaan tersebut diantaranya terdapat pada judul atau topik, metode penelitian, alat ukur serta tujuan dari penelitian.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA