

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Keluarga adalah lembaga pendidikan primer yang memiliki peran sebagai pembentukan norma-norma sosial di mana individu pertama kali belajar bekerjasama, belajar memperhatikan keinginan orang lain, dan belajar memegang peranannya sebagai anggota masyarakat yang diikat oleh norma-norma tertentu (Gerungan, dalam Nashukah & Darmawanti, 2013). Dari hal tersebut, keluarga mempunyai dampak yang besar terhadap perkembangan emosi anak dikarenakan keluarga adalah sebuah kelompok sosial pertama anak untuk belajar menyatakan pikiran, belajar menunjukkan perilaku, dan mengekspresikan keinginan dan emosinya dalam sebuah interaksi sosial. Menurut Ahmadi (Nashukah & Darmawanti, 2013), anak mengenal lingkungan keluarga dan menyerap norma, nilai yang berlaku di dalamnya menjadi bagian dari kepribadiannya yang akan bertahan sampai dewasa.

Kata *adult* atau dewasa berawal dari kata kerja latin yang memiliki arti tumbuh menjadi dewasa, maka orang dewasa adalah seseorang yang sudah menyelesaikan tahap pertumbuhannya dan siap menerima kedudukannya bersama orang dewasa lainnya di masyarakat. Dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun hingga 40 tahun (Hurlock, 1980). Menurut Santrock (2011) periode dewasa awal yaitu kata yang digunakan guna menunjuk periode transisi dari remaja menuju dewasa, dengan rentang usia sekitar 18 tahun hingga 25 tahun.

Masa dewasa awal individu seharusnya sudah mampu memecahkan masalah mereka sehingga berdampak pada emosi yang lebih stabil. Jika dalam rentang usia tersebut ketegangan emosi terus berlanjut dan sering nampak dalam

bentuk keresahan yang berasal dari ketidak mampuan mereka menyesuaikan diri dengan kehidupan sosial yang baru, memikul tanggung jawab baru, atau masalah-masalah utama dalam kehidupan mereka, akan membuat mereka terganggu secara emosional sehingga memikirkan atau mencoba bunuh diri (Hurlock, 1980). Maka dari itu diharapkan individu yang sudah memasuki dewasa awal, memiliki kecerdasan emosi yang matang sehingga dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan sosialnya yang baru, tanggung jawab baru dan mengatasi masalah-masalah utama dalam kehidupan mereka.

Burke & Weir (Yuliawati, 2008) berpendapat bahwa remaja yang kedua orang tuanya hadir dan dekat dengan keluarga, akan memiliki kecerdasan emosi yang lebih baik. Individu dengan usia 15 hingga 18 tahun mempunyai kecerdasan emosi yang lebih matang dan kecerdasan paling besar terbentuk pada usia tersebut (Papalia dalam Sinta, 2009). Memiliki kecerdasan emosi yang matang artinya memiliki kemampuan yang terdapat dalam unsur-unsur kecerdasan emosi, yakni kemampuan untuk mengontrol dan mengelola emosi, bersikap empati, memiliki keterampilan dalam hubungan sosial, memotivasi diri, mandiri, bertanggung jawab, tahan terhadap stres, optimis, dan kemampuan memecahkan masalah (Sa'diyah, 2018). Dari hal tersebut dapat disimpulkan bahwa individu di masa remaja yang berkisar usia 15 hingga 18 tahun sudah memiliki kecerdasan emosi yang matang, maka seharusnya individu dewasa awal sudah memiliki kecerdasan emosi yang lebih matang

Kecerdasan emosi tidak terikat melalui faktor genetik, dan tidak juga hanya dapat berkembang selama masa kanak-kanak. Kecerdasan emosi diperoleh melalui belajar dan terus berkembang sepanjang hidup melalui pengalaman sendiri. Studi yang sudah dilakukan mengenai tingkat kecerdasan emosi

menunjukkan bahwa seseorang semakin lama semakin baik dalam kemampuan ini seiring dengan semakin terampilnya dalam menangani emosi, memotivasi diri, dalam mengasah empati dan kecakapan sosial. Istilah perkembangan kecerdasan emosi ini adalah kedewasaan (Goleman, 2000).

Menurut Goleman (Wibowo, 2015) tidak hanya kecerdasan kognitif yang dibutuhkan dalam dunia kerja, namun kecerdasan emosi juga dibutuhkan untuk mencapai kesuksesan dalam dunia kerja. Perusahaan menginginkan individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi karena di dalam lingkungan pekerjaan pasti akan berinteraksi dengan banyak orang baik dari intern ataupun ekstern perusahaan, hal tersebut memiliki peran penting bagi karyawan dalam membentuk moral dan disiplin. Dalam penilaian kinerja tidak hanya faktor intelektual saja yang menjadi pertimbangan, melainkan faktor emosi juga turut menentukan, karena orang yang dapat mengontrol emosi dengan baik akan menghasilkan kinerja yang baik pula. Berdasarkan hasil riset oleh Goleman (Solechan & Zidan, 2019) kecerdasan emosi (EQ) memberikan kontribusi terhadap kesuksesan seseorang sebesar 80% sedangkan kecerdasan intelektual (IQ) menentukan kesuksesan seseorang hanya sebesar 20%.

Anak yang memiliki masalah dalam kecerdasan emosinya, akan mengalami kesulitan bergaul, kesulitan belajar dan tidak dapat mengontrol emosinya (Marsudi, 2020). Dari pengertian tersebut dapat dikatakan bila individu yang memiliki masalah dalam kecerdasan emosinya dia akan tidak memiliki teman karena mengalami kesulitan dalam bergaul, sulit dalam mengikuti pelajaran karena mengalami kesulitan belajar, dan tidak dapat mengontrol emosi. Menambahkan pendapat sebelumnya, memiliki perasaan gelisah, depresi, cemas, dan kurangnya

motivasi mengartikan bahwa individu memiliki kecerdasan emosi yang rendah karena tidak dapat mengelola emosinya dengan baik (Anggarini dkk, 2022).

Kecerdasan emosi dapat didefinisikan sebagai individu yang mampu mengelola perasaannya disaat individu berhubungan dengan dirinya sendiri, sesamanya, dan makhluk lain di alam sekitar (Alwi dkk dalam Kholifah, 2018). Menurut Goleman (2000), kecerdasan emosi melihat pada kemampuan seseorang mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang lain, mampu memotivasi diri, mampu mengelola emosi, dan mampu membina hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosi merupakan bekal yang penting pada anak untuk mempersiapkan masa depan mereka karena dengan kecerdasan emosi, individu dapat berhasil dalam menghadapi bermacam-macam tantangan (Novianty, 2016).

Peneliti melakukan wawancara kepada tiga orang responden yang berinisial X, Y, dan Z pada tanggal 7, 10 Maret dan 24 April 2022. X adalah seorang mahasiswi yang berusia 21 tahun. X masih tinggal bersama orang tuanya. X merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Menurut X, X bisa merasakan emosi seperti disaat senang, marah, sedih. Terkadang X juga dapat mengerti dan merasakan emosi dari orang lain saat orang lain senang, marah, sedih walaupun mereka belum menceritakan hal tersebut kepada X.

“Aku bisa tahu kalau aku senang, marah, sedih. Aku juga bisa ngerasain emosinya orang lain, kalau orang itu senang atau sedih sebelum mereka cerita.”

Namun disaat X marah, X tidak bisa mengontrol diri, X akan melakukan apapun yang dapat membuat X puas, tidak jarang juga X bahkan menunjukkan pada orang lain bahwa dia sedang marah. Saat X marah, biasanya dia membanting barang yang ada di sekitarnya, berbicara dengan volume yang sangat keras dengan kata-kata yang pedas agar melukai perasaan orang yang membuat X marah.

“Kalau aku marah, aku tidak bisa mengontrol diri, pokoknya aku melakukan apa aja yang membuat aku puas. Kadang aku juga sengaja nunjukkin ke orang lain kalo aku lagi marah. Biasanya aku banting barang, teriak-teriak, dan sengak ke orang yang membuat aku marah supaya dia tahu kalau aku marah sama dia.”

X sadar saat melakukan hal tersebut X akan menyesal, X juga sadar bahwa hal tersebut tidak pantas dilakukan dan hal tersebut tidak menyelesaikan permasalahan yang ada, tapi sekuat apapun X berusaha untuk menahan, hal-hal tersebut akan muncul disaat X marah.

“Aku tahu kalau itu salah tapi aku tidak bisa kalau ngga begitu. Aku harus ngucapin semuanya biar puas. Soalnya aku kalau dirumah ngga pernah bisa cerita atau ngutarain perasaanku.”

Saat X frustrasi, X kehilangan motivasi. Melakukan kewajiban sehari-hari X tidak bisa. Berkali-kali jika X mengalami masalah yang sulit, X selalu berusaha untuk bunuh diri.

“Kalau aku lagi stress langsung ngga bisa melakukan kegiatan sehari-hari. Pengen mati aja rasane.”

X merasa dalam kondisi yang tertekan bila berada dirumah karena orang tuanya sehingga X main setiap hari, Di dalam lingkup pertemanan X ingin mendominasi, tidak dia sadari X ingin teman-temannya menurutinya. X ingin orang memahaminya tanpa X memikirkan perasaan mereka. Saat tidak suka dengan suatu hal, X tidak segan-segan untuk marah disaat itu juga, tidak memandang siapa dan bagaimana situasinya.

“Kalau dirumah rasanya tertekan. Jadi aku setiap hari main. Tapi kalo main aku seringnya pengen diturutin temen-temenku, pengen dingertiin. Kalau aku ngga suka aku langsung marah disitu juga.”

Dari wawancara dengan X, dapat diketahui bahwa X memiliki kecerdasan emosi yang kurang baik. Kondisi tersebut nampak karena tidak bisa mengelola emosi dengan baik (kerap membanting barang yang ada disekitar, berbicara dengan volume keras dengan kata-kata pedas agar melukai perasaan orang yang

membuatnya marah). Tidak bisa memotivasi dirinya (disaat frustrasi dia kehilangan motivasi. Melakukan kewajiban sehari-hari dia tidak bisa. Jika mengalami masalah yang sulit, dia kerap berusaha untuk bunuh diri). Kurang memiliki empati (ingin orang memahaminya tanpa memikirkan perasaan mereka). Membina hubungan dengan orang lain (ingin mendominasi, tanpa dia sadari ingin teman-temannya menurutinya).

Y adalah seorang karyawan berumur 25 tahun dan masih tinggal bersama dengan orang tuanya. Y bisa merasakan emosi yang sedang dia alami, seperti saat senang, marah, sedih. Y juga bisa merasakan emosi dari orang lain sebelum orang lain bercerita padanya.

“Aku bisa merasakan emosi diriku sendiri. Bisa juga merasakan emosi orang lain.”

Disaat marah Y meluapkan kemarahannya dengan berbicara menggunakan nada tinggi seperti berteriak kepada seseorang yang membuat dia marah, disaat sedih Y akan memendam kesedihannya dan tidak melakukan aktivitas apapun, jika orang lain menyuruhnya melakukan suatu hal, Y akan marah.

“Aku kalau marah bentak-bentak tapi sama orang yang membuat marah aja. Pas sedih aku mendam kesedihan dan gamau ngapa-ngapain. Misal kalau ada yang nyuruh aku ngapa-ngapain aku jadi marah.”

Y pernah ingin bunuh diri karena suatu permasalahan, di sekolah dan lingkup kerjanya Y pernah dijauhi temannya namun Y tidak mengetahui apa kesalahannya.

“Dulu di sekolah sama di kantor aku pernah dijauhin tapi aku gatau alasannya. Aku dulu pernah mau bunuh diri karena ada masalah.”

Y sering menjadi tempat bercerita teman-temannya dan orang tuanya, Y merasa senang dapat mendengarkan dan memberikan solusi namun lama-lama hal itu

membuat Y merasa frustrasi karena menanggung banyak beban dari orang disekitarnya.

“Aku sering jadi tempat curhat orang tuaku dan beberapa temen yang emang rada dekat. Ya seneng, tapi lama-lama kok malah jadi beban di aku.”

Disaat ada permasalahan, Y sering tidak merasa dirinya salah dan menyalahkan orang lain. Disaat marah dengan orang lain Y akan langsung mengutarakan kemarahannya namun jika hal itu terjadi di tempat umum, Y akan mengecilkan volume berbicara namun tetap marah.

“Kalau ada masalah, aku ngga pernah merasa itu salahku. Kalau marah sama orang, aku langsung marahin, tapi misal di tempat umum ya suaraku aku kecilin.”

Dari wawancara dengan Y, dapat diketahui bahwa Y memiliki kecerdasan emosi yang kurang baik. Kondisi tersebut nampak karena tidak bisa mengelola emosi dengan baik (berbicara menggunakan nada tinggi seperti berteriak kepada seseorang yang membuatnya marah, ketika sedih, memendam kesedihannya dan tidak melakukan aktivitas apapun, bila orang lain menyuruhnya melakukan suatu hal dia akan marah). Tidak bisa memotivasi dirinya (pernah ingin bunuh diri karena suatu permasalahan). Kurang memiliki empati (disaat ada permasalahan Y sering merasa dirinya tidak salah dan menyalahkan orang lain). Membina hubungan dengan orang lain (langsung mengutarakan kemarahannya, tidak peduli dimanapun tempatnya, jika terjadi di tempat yang terlalu ramai dia mengecilkan volume berbicara namun hal tersebut tidak menghalangi mereka untuk mengungkapkan kemarahannya)

Z adalah mahasiswa berumur 24 tahun dan masih tinggal bersama orang tuanya. Z bisa merasakan emosi seperti sedih, marah, senang. Saat Z marah, dia berusaha untuk marah dalam waktu yang singkat. Jika merasa senang, Z

mengekspresikannya secara berlebihan sampai dia sendiri merasa terganggu akan hal tersebut dan saat ini Z sedang berusaha untuk mengontrolnya, bila merasa sedih, Z juga terlalu mendalami kesedihannya.

“Bisa, aku kalau sedih ya tetep tak buat seneng. Pokoke semua tak buat seneng. Aku nek marah ngga lama. Tapi saiki aku jek usaha nggo ngontrol, aku merasa berlebihan, nek seneng iso seneng banget tapi nek sedih ya sedih banget”

Ketika Z marah dengan seseorang, dia akan langsung mengutarakan amarahnya disaat itu juga, tidak peduli dimanapun tempatnya namun jika terlalu ramai Z akan mengecilkan volume suaranya tetapi hal tersebut tidak menghalangi Z untuk mengungkapkan kemarahannya.

“Aku kalau marah ya langsung marah, langsung tak onek-onekke. Aku langsung nesu nek di tempat umum tapi ngga teriak-teriak.”

Z merasa tidak nyaman dirumah sehingga Z lebih memilih untuk pergi main setiap hari. Saat Z mengalami kegagalan atau sebuah permasalahan yang berat dia menyalahkan orang lain.

“Aku kalau ada kesulitan, biasanya aku uring-uringan dulu baru menyelesaikan masalahku. Pas aku ada masalah, aku nyalahin orang lain sek. Aku juga menyendiri sambal ngopi, kalau ada temen ya mending main. Misal lagi naik motor, aku muter-muter Semarang.”

Z pernah melakukan uji coba bunuh diri karena Z menjadi tempat pelampiasan amarah oleh bapaknya. Saat itu Z merasa kenapa keluarganya seperti ini.

“Aku pernah cutting pas berantem sama ortuku, aku mikir napa kok keluargaku gini.”

Orang tua Z sering melampiaskan kemarahan mereka pada Z, dan Z hanya diam dan memendam amarahnya. Z merasa menjadi orang yang pemurung, tidak memiliki semangat, pemalas karena orang tuanya yang selalu melampiaskan kemarahan mereka pada Z.

“Aku merasa orang tuaku cari pelampiasan, kalau aku ngelawan malah nambah marah. Seko kui aku rasane jadi ngga semangat, males-malesan, murung.”

Dari wawancara dengan Z, dapat diketahui bahwa Z memiliki kecerdasan emosi yang kurang baik. Kondisi tersebut nampak karena tidak bisa mengelola emosi dengan baik (Ketika merasa senang dia mengekspresikannya secara berlebihan sampai dia terganggu dengan hal tersebut). Tidak bisa memotivasi dirinya (dia pernah melakukan uji coba bunuh diri. Dia juga merasa menjadi orang yang pemurung, tidak memiliki semangat, pemalas). Kurang memiliki empati (jika ada masalah, dia menyalahkan orang lain tanpa memikirkan apa yang dirasakan orang tersebut). Membina hubungan dengan orang lain (bila ada yang membuat dia marah, dia akan langsung mengutarakan kemarahannya, jika terjadi di tempat yang terlalu ramai dia menggunakan volume yang pelan namun hal tersebut tidak menghalanginya untuk mengungkapkan kemarahannya).

Terdapat contoh kasus yang diambil dari SINDOnews, Katherine Ann Saunders berusia 19 tahun nekat bunuh diri dikarenakan tidak ingin putus hubungan asmara dengan kekasihnya yang bernama Muhammad Einstein. Kejadian tersebut berlokasi di apartemen mewah daerah Kota Semarang. Menurut keterangan, Katherine sedang ada masalah terlihat dari sekitar dua atau tiga hari sebelum bunuh diri Katherine terlihat duduk-duduk di luar apartemen sambil minum obat. Katherine mengalami depresi berat dan nekat untuk bunuh diri (SINDOnews, 2022).

Dari kasus Katherine, dapat diketahui bahwa Katherine memiliki kecerdasan emosi yang kurang baik. Kondisi tersebut nampak karena Katherine tidak bisa mengenali emosi diri dengan baik (Katherine tidak bisa memahami perasaan dirinya sehingga dia tidak dapat mengambil keputusan yang tepat untuk

dilakukan. Katherine justru mengonsumsi obat-obatan disaat dia sedang memiliki masalah); tidak bisa memotivasi dirinya (Katherine tidak bisa menerima kegagalan dalam hubungan asmara dengan Muhammad Einstein dan tidak bisa berkuat diri dalam menghadapi sebuah masalah).

Dari wawancara dan kasus di atas, dapat diketahui bahwa kecerdasan emosi subjek kurang baik, dilihat dari aspek-aspek kecerdasan emosi menurut Goleman (2000) yaitu melihat pada kemampuan seseorang mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang lain, mampu memotivasi diri, mampu mengelola emosi, dan mampu membina hubungan dengan orang lain. Rendahnya kecerdasan emosi pada individu dapat menimbulkan sikap seperti mudah terpengaruh, prokrastinasi akademik, acuh tak acuh, perilaku bullying, malas, kecemasan, depresi hingga mempunyai keinginan untuk melakukan bunuh diri (Mim dkk, dalam Anggarini 2022). Pramana (2014) juga berpendapat bahwa tingkat depresi yang cukup tinggi dan kecerdasan emosi yang rendah dapat menyebabkan individu mempunyai tingkat ide bunuh diri yang tinggi.

Kecerdasan emosi dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yaitu otak emosi yang didalamnya terletak sistem saraf pengatur emosi seorang individu. Faktor eksternal adalah faktor yang muncul dari luar individu dan dapat mempengaruhi perubahan sikap individu. Pengaruh luar dapat berasal dari seseorang atau sebuah kelompok. Contohnya seseorang memberi pengaruh kepada orang lain atau sebuah kelompok mempengaruhi seseorang dan sebaliknya. Orang tua yang menerapkan pola asuh kepada anak adalah sebuah contoh pengaruh yang diberikan dari seseorang kepada orang lain dalam hal ini adalah anak (Goleman dalam Ma'arif & Zulia, 2021).

Pola asuh orang tua mempunyai pengaruh yang kuat untuk perkembangan emosi anak. Terbukti pola asuh mempunyai pengaruh terhadap empati, kemandirian, kendali diri anak, mengendalikan amarah, memahami dan mengungkapkan perasaan, keramahan, ketekunan, sikap hormat, kesetiakawanan, mampu memecahkan masalah antarpribadi dan mampu menyesuaikan diri (Subandi dalam Hidayah, Yunita, & Utami 2013). Dari pengertian tersebut dapat dikatakan bahwa pola asuh orang tua mempunyai pengaruh terhadap tingkat kecerdasan emosi anak.

Menurut Baumrind (Santrock, 2007) terdapat empat gaya pola asuh orang tua yaitu pola asuh otoriter, pola asuh otoritatif, pola asuh mengabaikan, dan pola asuh menuruti. Penelitian yang berjudul "Pengaruh Pola Asuh Otoriter Terhadap Kecerdasan Emosi Pada Remaja Madya" (Novianty, 2016), dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa terdapat pengaruh pada pola asuh otoriter terhadap kecerdasan emosi pada remaja madya, kedua variabel tersebut memiliki keeratan yang kuat.

Menurut Susanto (Kholifah, 2018) pola asuh otoriter, orang tua gemar memaksa anaknya agar patuh kepada nilai-nilai orang tua, membatasi keinginan anak, membimbing tingkah laku anak agar sesuai dengan pola tingkah laku orang tua. Orang tua memberi tanggung jawab yang terlalu memberatkan anak, tidak mendorong anak untuk mandiri, dan hak anak dibatasi oleh orang tuanya. Pola asuh otoriter memiliki ciri gemar menghukum, bersifat tegas, kurang simpati dan kurang kasih sayang. Menurut Santrock (Hidayati, 2014) pola asuh otoriter adalah orang tua yang menghukum dan membatasi, saat orang tua memaksa anak mereka untuk mengikuti semua arahan dan menghormati upaya dan pekerjaan orang tua.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang terjadi, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan negatif antara pola asuh otoriter orang tua dengan kecerdasan emosi pada dewasa awal?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan pola asuh otoriter orang tua dengan kecerdasan emosi pada dewasa awal.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini meliputi:

1. Manfaat teoritis, hasil dari penelitian diharapkan bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan di bidang ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan yang berkaitan dengan hubungan pola asuh otoriter orang tua dengan kecerdasan emosi pada dewasa awal.
2. Manfaat praktis, hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan mampu menambah wawasan mengenai hubungan pola asuh otoriter orang tua dengan kecerdasan emosi pada dewasa awal.