

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Prevalensi kasus kenakalan di kalangan remaja beberapa tahun belakangan ini kerap meningkat. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tahun 2017 menyatakan bahwa pada tahun 2017 tercatat 320 remaja dibawah 17 melakukan tindak kriminal (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, 2017). KPAI juga mencatat pada tahun 2020 terjadi 704 kasus Anak Berhadapan Hukum (ABH) sebagai pelaku (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, 2020). Badan Pusat Statistik (BPS) juga memperkirakan atas meningkatnya kasus kriminal pada remaja mencapai 10,7% (Badan Pusat Statistik, 2021). Kasus yang banyak terjadi meliputi perkelahian massal atau tawuran, meminum minuman keras, balapan liar, dan lain-lain. Polisi juga sempat memergoki dan menangkap puluhan pelajar yang melakukan tawuran, meminum alkohol, dan melakukan balap liar untuk mengisi waktu luangnya saat pandemi Covid-19 (Fajar, 2021).

Salah satu kasus remaja yang sedang marak dan terus meningkat tahun ke tahun adalah perkelahian remaja massal atau tawuran antar pelajar/mahasiswa. Dalam Badan Pusat Statistik tercatat pada tahun 2014 terjadi 327 kasus perkelahian massal dan meningkat pada tahun 2018 yaitu 548 kasus perkelahian massal antar pelajar/mahasiswa (Badan Pusat Statistik, 2021). Kasus tawuran yang paling terbaru terjadi pada sejumlah remaja yang saling menyerang menggunakan sarung terekam oleh CCTV dan di unggah ke sosial media di sebuah gang sempit hunian warga Pondok Gede, Bekasi (Andre, 2022).

Selain perkelahian massal, banyak ditemukan remaja yang mengonsumsi minuman keras atau beralkohol serta zat-zat adiktif seperti narkoba. Sebuah riset yang dilakukan oleh Lembaga Kajian dan Pengembangan Sumber Daya Manusia (Lakpesdam), Pengurus Wilayah Nahdlatul Ulama (PWNU) DKI Jakarta, dan Pusat

Penguatan Otonomi Daerah (PPOD) yang melibatkan 327 responden remaja menemukan bahwa usia yang paling banyak mengkonsumsi minuman beralkohol di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi adalah usia 16 sampai 18 tahun (Purba, 2017). Badan Pusat Statistik (2021) juga mencatat konsumsi alkohol yang dilakukan remaja diatas 15 tahun dalam satu tahun terakhir, tercatat 0,36 (liter per kapita) alkohol dikonsumsi remaja pada tahun 2021 di perkotaan maupun perdesaan seluruh Indonesia.

Penggunaan narkoba di kalangan remaja pun meningkat. Badan Narkotika Nasional (BNN) dan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada 2021 mencatat bahwa 57 persen dari penyalahguna narkoba adalah remaja (Humas BNN, 2021). Puslitdatin (2019) melaporkan penyalahgunaan narkoba mencapai 2,29 juta remaja berusia 15 tahun keatas. Peningkatan penyalahgunaan narkoba tahun 2019 pada remaja mencapai 24 hingga 28 persen dari beberapa tahun sebelumnya hanya 20 persen. Berdasarkan fenomena-fenomena yang telah disebutkan di atas, didapatkan bahwa kasus kriminalitas remaja banyak terjadi di kawasan Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Hal ini sejalan dengan data dari Badan Pusat Statistik (2021) yang melaporkan banyak kasus perkuliahan pelajar yang terjadi di Provinsi Jawa Barat, DKI Jakarta, dan Banten. Kasus perkuliahan pelajar pada Provinsi Jawa Barat terjadi pada 118 desa atau kelurahan, DKI Jakarta 18 desa atau kelurahan, serta Banten 14 desa atau kelurahan.

Remaja yang melakukan kriminalitas atau kenakalan cenderung menunjukkan perilaku tidak terkendali yang ditunjukkan ke luar (eksternal) yang disebut perilaku eksternalisasi (Hussong et al., 2017). Perilaku eksternalisasi menurut Goodman dkk. (2010) merupakan salah satu gangguan perilaku pada seseorang yang mengacu pada *conduct problem* dan *hyperactivity disorder*. Hal tersebut disimpulkan dan dijelaskan berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fourth Edition Text Revision* (DSM-IV TR). Peneliti lain juga menjelaskan definisi dari perilaku eksternalisasi, yaitu Magaldi & Berler (2020) mengemukakan bahwa perilaku eksternalisasi adalah perilaku maladaptif seorang individu yang memiliki dampak negatif pada lingkungan sosialnya seperti perilaku antisosial dan gangguan kepribadian. Tindakan-tindakan yang termasuk perilaku eksternalisasi adalah tindakan

yang berbahaya dan melanggar norma sosial, tindakan yang menargetkan orang lain, dan tindakan tanpa korban.

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi terjadinya perilaku eksternalisasi, yang pertama adalah keluarga. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Heberle dkk. (2015) menunjukkan bahwa pola asuh orang tua yang keras dan terlalu disiplin berpengaruh pada perilaku eksternalisasi. Penelitian lain juga membuktikan bahwa pola asuh orang tua yang keras berpengaruh pada peningkatan perilaku eksternalisasi pada anaknya (Martin-Herz et al., 2022). Faktor kedua adalah teman sebaya, menurut penelitian dari Tung dkk. (2019) yang menemukan bahwa hubungan dengan teman sebaya berpengaruh signifikan dengan peningkatan perilaku eksternalisasi pada remaja. Faktor terakhir adalah emosi, perilaku eksternalisasi ini erat kaitannya dengan masalah emosi. Salah satu faktor dari perilaku agresivitas, kenakalan, dan masalah perilaku adalah emosi. Emosi yang tidak dapat dikendalikan dapat menimbulkan terjadinya perilaku eksternalisasi.

Berdasarkan berbagai kasus kriminal yang terjadi di Jabodetabek, usia remaja merupakan usia yang rentan untuk melakukan kegiatan yang mengarah pada perilaku eksternalisasi. Saat memasuki usia remaja seorang individu mengalami beberapa perubahan pada dirinya, khususnya perubahan pada psikis dan sosialnya. Usia remaja menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 adalah usia 10 sampai 18 tahun dan menurut *World Health Organization* (WHO) adalah usia 10 sampai 19 tahun. Masa remaja menurut Santrock (2019) adalah masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa yang di mulai dari rentang usia 10 sampai 13 tahun dan diakhiri pada rentang usia 18 sampai 22 tahun. Terdapat tiga tahapan masa remaja, yaitu remaja awal dengan rentang usia 10 sampai 15 tahun, remaja tengah dengan rentang usia 15 sampai 17 tahun, dan remaja akhir dari usia 18 sampai 19 tahun (Santrock, 2019).

Menurut Santrock (2019) usia 15 sampai 17 tahun sudah memasuki remaja tengah. Pada masa ini seorang individu terjadi beberapa perubahan, salah satunya adalah perubahan psikologis dan sosial. *World Health Organization* (2010) menjelaskan salah satu perubahan dalam psikologis dan sosial pada remaja tengah adalah mulai penasaran dan memiliki keinginan untuk mencoba hal-hal baru, seperti

seks, zat-zat terlarang, alkohol, dan lain-lain. Hal ini tentunya perilaku yang menyimpang dari norma. Akibat dari perubahan besar ini, Kartono (2014) mengatakan bahwa remaja dapat melakukan perilaku yang menyimpang dari norma yang ada karena mereka sering kali mengalami kegoncangan diri, khususnya pada remaja tengah. Menurut Azmi (2015) pada periode remaja tengah memiliki tanggung jawab yang besar yang membuat mereka membentuk nilai-nilainya sendiri, sehingga mereka menunjukkan sikap kontradiksi dari norma yang telah ada. Perilaku yang melanggar norma ini dapat dikatakan sebagai perilaku eksternalisasi.

Masa remaja sering di lambangkan sebagai masa “*storm and stress*”. Santrock (2019) mengemukakan bahwa pada masa ini remaja mengalami krisis emosi yang ekstrim yang disebabkan karena perubahan fisik dan hormon yang ekstrim atau yang biasa disebut dengan masa puber. Kebanyakan remaja kesulitan untuk mengendalikan emosinya. Emosi di definisikan *American Psychological Association* (APA) adalah pola reaksi yang ditunjukkan seorang individu untuk menangani suatu masalah atau peristiwa yang melibatkan pengalaman, perilaku, dan fisiologis. Emosi akan terjadi karena adanya rangsangan atau stimulus dan akan terus berkembang dari pengalaman seorang individu (Al Baqi, 2015). Menurut Nadhiroh (2015) emosi dasar atau primer terdiri dari enam macam, yaitu gembira, ketertarikan, marah, sedih, jijik, dan takut.

Masa-masa remaja yang penuh dengan konflik yang menjadikan mereka tidak mampu untuk mengendalikan emosinya (Astuti dkk., 2019). Hal ini menunjukkan bahwa remaja belum dapat meregulasikan emosinya dengan baik yang dibuktikan dalam penelitian (Modecki dkk., 2017) yang memiliki hasil bahwa remaja menunjukkan kekurangan dalam meregulasikan emosinya. Regulasi emosi menurut Gross (2014) adalah suatu kemampuan seorang individu untuk mengatur emosinya untuk meminimalisir emosi negatif dan menjaga emosi positif. Regulasi emosi merupakan pembentukan emosi yang dimiliki seseorang dan cara orang tersebut mengekspresikan emosinya (Gross, 2014). Menurut Gross & Thompson (2007) regulasi emosi terdiri dari empat aspek, yaitu kemampuan strategi emosi, kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif, kemampuan untuk mengendalikan emosi, dan kemampuan untuk menerima respon emosi.

Ireland dkk., (2018) menyebutkan bahwa regulasi emosi adalah konstruk multidimensional yang terdiri dari dua strategi, yaitu strategi *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Gross (2014) menjelaskan pengertian *cognitive reappraisal* (*antecedent-focused*) adalah perubahan kognitif individu dalam mengubah respon yang berpotensi mendatangkan emosi sehingga mampu untuk mengubah respon emosionalnya. *Reappraisal* adalah regulasi emosi yang fokus pada *antecedent* atau hal yang dilakukan seorang individu sebelum mengekspresikan emosinya. Sedangkan, *expressive suppression* atau *response-focused* adalah strategi regulasi emosi yang berfokus pada respon untuk mengurangi ekspresi emosi negatif yang ditunjukkan melalui ekspresi wajah, verbal, maupun gerak tubuh. Menurut Santrock (2019) diantara kedua strategi regulasi emosi tersebut, yang paling sering digunakan adalah strategi *reappraisal*, tetapi tidak sedikit juga yang masih menggunakan strategi *suppression*. Individu yang memiliki regulasi emosi yang baik dapat mengubah emosi negatif pada dirinya menjadi ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial Santrock (2019).

Penelitian-penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa regulasi emosi memengaruhi perilaku eksternalisasi seperti penelitian yang dilakukan oleh Cai dkk. (2021) yang menunjukkan hasil bahwa disregulasi emosi (tidak mampunya meregulasi emosi) secara signifikan dan berkorelasi positif dengan perilaku eksternalisasi. Disregulasi emosi pun memiliki kontribusi yang unik terhadap gejala eksternalisasi. Hal yang sama juga diungkapkan melalui penelitian yang dilakukan oleh te Brinke dkk. (2021) yang penelitiannya menunjukkan hasil bahwa remaja yang terlibat dengan masalah eksternalisasi memiliki kesulitan dalam meregulasikan emosinya. Selain itu terdapat juga penelitian yang menunjukkan bahwa pelatihan pada regulasi emosi dapat mengurangi masalah eksternalisasi pada remaja putri dengan *Intermittent Explosive Disorder* (IED) (Gerakoui dkk., 2021). Penelitian lain juga dilakukan oleh Lindsey (2021) yang menunjukkan bahwa *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* memiliki pengaruh terhadap perilaku eksternalisasi. Pada penelitian oleh Karnilowicz dkk (2022) menunjukkan hasil bahwa pada dimensi *cognitive reappraisal* menunjukkan lebih sedikit perilaku eksternalisasi dibandingkan dimensi *expressive suppression*.

Berdasarkan penjelasan dan fenomena di atas, peneliti menyimpulkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh terhadap perilaku bermasalah pada remaja, khususnya pada remaja tengah. Beberapa penelitian terdahulu juga membuktikan adanya pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku eksternalisasi. Oleh sebab itu, peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian ini agar mengetahui apakah terdapat pengaruh regulasi emosi, khususnya pada strategi *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* terhadap perilaku eksternalisasi. Selain itu, penelitian-penelitian sebelumnya tentang regulasi emosi dan perilaku eksternalisasi merupakan penelitian dari luar negeri dan belum pernah ada penelitian yang membuktikannya di Indonesia, khususnya di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi yang menurut data yang didapatkan, tingkat kriminalitas remaja yang paling besar di wilayah Indonesia. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Regulasi Emosi *Cognitive Reappraisal* dan *Expressive Suppression* terhadap Perilaku Eksternalisasi pada Remaja Tengah di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi”.

1.2. Identifikasi Masalah

Masalah yang dapat diidentifikasi berdasarkan latar belakang di atas adalah sebagai berikut :

- 1.2.1. Bagaimana gambaran perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek?
- 1.2.2. Bagaimana gambaran regulasi emosi (*cognitive reappraisal*) pada remaja tengah di Jabodetabek?
- 1.2.3. Bagaimana gambaran regulasi emosi (*expressive suppression*) pada remaja tengah di Jabodetabek?
- 1.2.4. Apakah terdapat pengaruh regulasi emosi (*cognitive reappraisal*) terhadap perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek?
- 1.2.5. Apakah terdapat pengaruh regulasi emosi (*expressive suppression*) terhadap perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek?

1.3. Pembatasan Masalah

Batasan masalah penelitian yang dibuat berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas adalah pengaruh regulasi emosi (*cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*) terhadap perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek.

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian yang dibuat berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas adalah “Apakah terdapat pengaruh regulasi emosi (*cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*) terhadap perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek?”.

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan bukti empirik dari pengaruh regulasi emosi (*cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*) terhadap perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap penelitian tentang variabel regulasi emosi dan variabel perilaku eksternalisasi. Peneliti juga berharap bahwa hasil dari penelitian ini dapat dijadikan referensi ilmiah yang berguna untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku eksternalisasi pada populasi kalangan remaja.

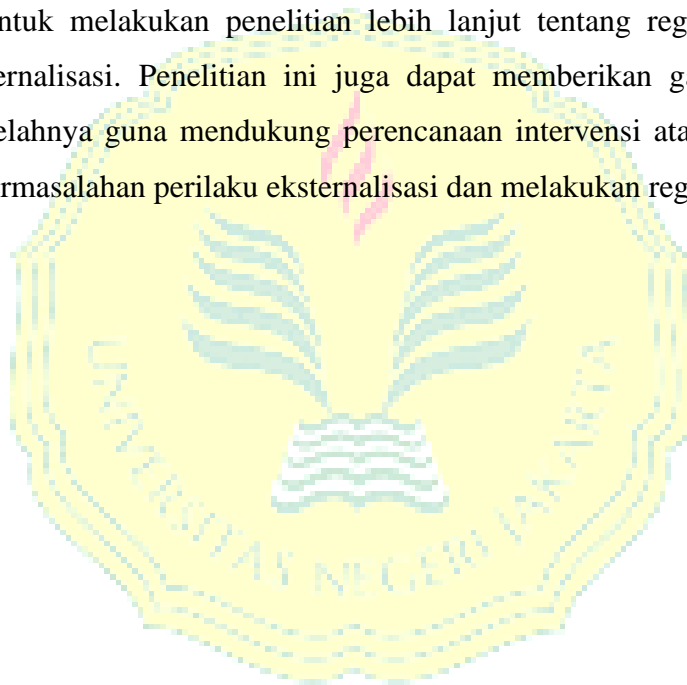
1.6.2. Manfaat Praktis

1.6.2.1. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta pengetahuan dan wawasan remaja mengenai regulasi emosi untuk mengurangi perilaku eksternalisasi.

1.6.2.2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu pertimbangan peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang regulasi emosi dan perilaku eksternalisasi. Penelitian ini juga dapat memberikan gambaran kepada penelitian selanjutnya guna mendukung perencanaan intervensi atau program yang tepat untuk permasalahan perilaku eksternalisasi dan melakukan regulasi emosi pada remaja.



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*