

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Broken home adalah kondisi dimana hilangnya perhatian antar keluarga dan berkurangnya rasa kasih sayang sehingga menyebabkan pertengkaran hingga berakhir pada terjadinya perceraian (Wulandari & Fauziah, 2019). Individu yang mengalami kondisi keluarga *broken home* biasanya akan mengalami gejala gangguan kesehatan mental jangka pendek, yaitu stress, cemas dan depresi (Aziz, 2015). Perkembangan seorang anak berawal dari keluarga, anak mempelajari berbagai macam hal seperti cara anak berinteraksi dengan orang lain, cara anak mengekspresikan emosi adalah dari keluarga. Oleh karena itu, setiap individu tentu perlu memiliki pengendalian emosi atau kontrol emosi. Pengendalian emosi atau kontrol emosi inilah merupakan bentuk dari regulasi emosi (Amitya & Sulistyaningsari, 2018). Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk menentukan, mempertahankan, atau mengubah hubungan antara individu dengan lingkungan agar sesuai dengan keinginan individu tersebut (Damon dan Eisenberg dalam Nansi & Utami, 2016).

Sejak tahun 2009 hingga 2016 didunia kenaikan angka perceraian meningkat, 16-20 persen anak mengalami broken home (WHO,2014). Pada 2015 lalu, setiap satu jam terjadi 40 sidang perceraian atau ada sekitar 340.000 lebih gugatan cerai. Angka perceraian di Indonesia

semakin hari semakin meningkat. Bahkan, lokadata.id menyebutkan pada tahun 2020 presentase perceraian di Indonesia naik menjadi 6,4 persen dari 72,9 juta rumah tangga atau sekitar 4,7 juta pasangan, sehingga 18persen remaja mengalami broken home (Indah,2020). Pada tahun 2021 angka perceraian di Kepanjen sekitar 800 rumah tangga, 7,2 persen anak mengalami broken home di Kepanjen (PA Kepanjen, 2020).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, skala regulasi emosi, diperoleh data subjek lebih banyak memilikiregulasi emosi tinggi dibandingkan subjek yang memilikiregulasi emosi rendah. Hal tersebut diketahui bahwa dari 100 subjek yang di jadikan sampel terdapat 54 subjek yang dikategorikan memiliki regulasi emosi tinggi, berarti 54% dari total subjek dan subjek yang dikategorikan ke dalam ketegori rendah berjumlah 46 subjek, berarti 46% (Rahayu, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan pada remaja di Kecamatan Kepanjen pada tanggal 10 oktober 2021, kepada 10 remaja, didapatkan data bahwa terdapat 6 remaja laki-laki dan 4 remaja perempuan yang mengalami broken home karena orangtuanya bercerai. Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada remaja tersebut, 2 remaja mengatakan awalnya mereka tidak bisa menerima keadaan tersebut, 2 remaja mengatakan regulasi emosionalnya berubah-ubah seperti terkadang mereka teringat saat kejadian orang tuanya berpisah, 2 remaja mengatakan mereka merasa larut dalam kesedihan, 2 remaja mengatakan merasa harus mencari jati dirinya kembali, 2 remaja mengatakan merasa susah senang dalam hidupnya harus dilampaui sendirian dan kesepian.

Anak pada umumnya akan mengalami kesedihan yang sangat mendalam ketika mengetahui kondisi dalam keluarganya tidak harmonis atau *broken home*. Oleh sebab itu, anak pastinya akan mengalami tekanan

secara psikologis terutama dalam cara meregulasi emosinya. Setiap anak tentu memiliki cara untuk mengontrol atau mengendalikan emosinya. Hal ini

tentu saja dipengaruhi oleh beberapa faktor baik faktor internal maupun eksternal. Selain itu, setiap anak juga memiliki strategi masing – masing dalam meregulasi emosinya agar tidak melukai hati siapapun, sesuai dengan kondisi dan keadaan yang sedang dialami oleh anak tersebut (Aziz, 2015).

Salah satu dari dampak negatif dari perceraian bagi remaja adalah remaja merasakan kesedihan dengan keadaan keluarganya, remaja merasakan perasaan tidak nyaman, tidak aman (*insecure*), masalah emosional, tidak mampu mengendalikan emosi, dan kesejahteraan subjektif yang rendah (Prismati & Wrastari, 2013). Remaja yang tidak dapat menerima kenyataan bahwa orang tua telah bercerai cenderung tidak dapat mengendalikan emosi dengan baik serta mengalami kesulitan dalam bergaul. Remaja yang tidak dapat mengendalikan emosinya dapat dikatakan bahwa mereka belum matang secara emosi atau regulasi emosi yang rendah, mereka yang memiliki regulasi emosi rendah cenderung kesulitan untuk berhubungan dengan orang lain (Ningrum, 2013)

Upaya yang perlu dilakukan adalah meningkatkan regulasi emosi, Regulasi emosi memiliki peran penting untuk remaja *broken home* dikarenakan perceraian membawa dampak yang serius bagi mereka yaitu depresi, stres, serta perubahan emosi drastis (Dagun, 2013). Sehingga, apabila regulasi emosi bisa dilakukan dengan efektif sebagai *coping strategy*, hal ini akan membantu mengatasi permasalahan negatif dari para remaja dengan orangtua bercerai (Morris, Silk, Steinberg, Myers & Robinson, 2017).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Gambaran Tingkat Regulasi Emosional Remaja *Broken Home* di Desa Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana bentuk regulasi emosional yang terjadi pada remaja *broken home* di Desa Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat regulasi emosional remaja *broken home* di Desa Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Mengembangkan aplikasi ilmu keperawatan terutama tentang regulasi emosional yang terjadi pada remaja *broken home*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Profesi Keperawatan

Bagi profesi keperawatan, penelitian ini bermanfaat untuk pengetahuan baru tentang regulasi emosional dan memberikan informasi yang tepat kepada perawat dalam penanganan dan antisipasi pasien yang mengalami *gangguan regulasi emosional*

2. Bagi Institusi Pendidikan

Meningkatkan peran institusi pendidikan dalam pengembangan penelitian di masyarakat terutama tentang regulasi emosional remaja.

3. Bagi Responden

Sebagai evaluasi diri remaja tentang regulasi emosional yang dialami sehingga mendorong remaja untuk mencari mekanisme coping yang positif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang regulasi emosional. Data yang disajikan diharapkan dapat menjadi rujukan untuk pengembangan keilmuan. Terutama dalam bidang keperawatan agar terciptanya langkah yang lebih baik terkait dengan upaya perawatan bagi pelaku regulasi emosional.