

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Keluarga

A.1. Pengertian Keluarga

Keluarga adalah dua orang lebih yang mempunyai hubungan karena kelahiran, perkawinan atau adaptasi dan tinggal bersama (Handayani, 2008 : 6).

Keluarga didefinisikan sebagai dua orang atau lebih yang terbagi sumber daya, tanggung jawab untuk mengambil keputusan, berbagi nilai dan tujuan dan memiliki komitmen satu sama lain (Handayani, 2008 : 6).

Keluarga akan saling memberi dukungan emosi, fisik dan ekonomi. Idealnya sebuah keluarga memiliki ciri-ciri *intimacy*, intensitas, keberlanjutan dan komitmen antar anggotanya (Handayani, 2008 : 6).

Dari beberapa pengertian keluarga diatas dapat disimpulkan bahwa keluarga adalah saling komitmen antara dua orang atau lebih untuk berbagi keintiman, sumber daya, pengambilan keputusan, tanggung jawab dan nilai.

A.2. Fungsi dan Peran Orang Tua Bagi Anak

1. Peran ibu.

Seperti orang-orang pada umumnya, akan mengaitkan keibuan dengan sejumlah kualitas positif, seperti hangat, tidak mementingkan diri sendiri, bertanggung jawab, dan toletan (Matlin, 1993). Disamping itu, sebagian besar perempuan berharap bahwa menjadi ibu akan membahagiakan dan mengisi kehidupan, namun pada kenyataannya hanya menjadi ibu dianggap sebagai posisi yang kurang bergengsi dalam masyarakat. Ketika dikaitkan dengan uang, kekuasaan, dan prestasi, menjadi ibu kurang dihargai dan seorang ibu jarang menerima penghargaan. Ketika anak-anak dan remaja tidak berhasil atau memiliki masalah, masyarakat cenderung mengaitkan kegagalan atau masalah perkembangan tersebut ke sumber tunggal yaitu ibu. Salah satu pelajaran psikologi yang terpenting adalah bahwa perilaku ditentukan oleh banyak faktor. Demikian pula halnya perkembangan remaja, ketika perkembangan tidak berlangsung sebagaimana seharusnya, ibu bukanlah penyebab tunggal dari masalah tersebut meskipun masyarakat kita memiliki stereotip itu (Santrock, 2007 : 18).

Kenyataan yang berlaku saat ini mengenai peran ibu adalah meskipun tanggung jawab ayah dalam pengasuhan anak bertambah, tanggung jawab utama terhadap perkembangan anak-anak dan remaja masih dibebankan pada ibu (Barnard & Solchany, 2002 ; Brooks & Bornstein, 1996). Dalam sebuah studi, remaja yang berada dikelas sembilan dan dua belas menyatakan bahwa

dibandingkan ayah, ibu memiliki keterlibatan yang lebih besar dalam pengasuhan (Sputta & Paulson, 1995) (Santrock, 2007 : 18).

Singkatnya, peran ibu mengandung keuntungan sekaligus keterbatasan. Meskipun sebagian besar perempuan tidak mengabdikan seluruh hidupnya dalam peran sebagai ibu, bagi sebagian besar ibu, peran tersebut merupakan pengalaman yang paling memberikan makna bagi kehidupannya (Santrock, 2007 : 18).

2. Peran ayah.

Peran ayah telah mengalami perubahan besar (Day & Lamb, 2004 ; Lamb, 1997 ; Parke, 2002, 2004 ; Parke & kawan-kawan, 2002). Ayah memberikan bimbingan dan nilai-nilai, khususnya yang disampaikan melalui ajaran agama. Seiring dengan timbulnya revolusi industry, peran ayah mengalami perubahan yaitu ayah bertanggung jawab sebagai pencari nafkah bagi keluarganya, suatu peran yang berlangsung terus hingga masa depresi besar. Meskipun peran sebagai pencari nafkah utama dan pembimbing moral masih dianggap sebagai peran ayah sebagai orang tua yang aktif, mengasuh dan merawat. Ayah tidak lagi hanya sekadar bertanggung jawab dalam mendisiplinkan dan mengendalikan anak-anak yang lebih besar serta memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, sekarang ayah dievaluasi berdasarkan keterlibatan dalam mengasuh anak-anaknya (Santrock, 2007 : 18).

Ayah itu berperan penting dalam perkembangan anaknya secara langsung. Mereka dapat membelai, mengadakan kontak bahasa, berbicara, atau bercanda dengan anaknya. Semuanya itu akan sangat mempengaruhi perkembangan anak

selanjutnya. Ayah juga dapat mengatur serta mengarahkan aktivitas anak. Misalnya menyadarkan anak bagaimana menghadapi lingkungan dan situasi di luar rumah. Ayah memberikan dorongan, membiarkan anak mengenakan lebih banyak, melangkah lebih jauh, menyediakan perlengkapan permainan menarik, mengajar mereka membaca, mengajak anak untuk memperhatikan kejadian-kejadian dan hal-hal yang menarik di luar rumah, serta mengajak anak berdiskusi. Semua tindakan ini adalah cara ayah untuk memperkenalkan anak dengan lingkungan hidupnya dan dapat mempengaruhi anak dalam menghadapi perubahan sosial dan membantu perkembangan kognitifnya di kemudian hari (Dagun, 2002 : 15).

Interaksi dengan ayah yang mengasihi, mudah berkomunikasi, dan dapat diandalkan, yang dapat memberikan kepercayaan dan keyakinan pada anak-anaknya, sangat mendukung perkembangan sosial remaja (Carlson & McLanahan, 2002 ; Jones, 2006 ; Parke, 2002) (Santrock, 2007 : 18 – 19).

B. Perceraian

B.1. Pengertian Perceraian

Perceraian adalah kulminasi dari penyesuaian perkawinan buruk dan terjadi bila antara suami dan isteri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak. Perceraian adalah

berpisahnya pasangan suami istri secara hukum, sehingga tidak lagi dalam ikatan pernikahan (Hurlock, 1980 : 307).

Perceraian dalam islam adalah pemutusan terhadap ikatan pernikahan secara agama dan hukum. Perceraian adalah penghapusan perkawinan dengan putusan hakim atas tuntutan salah satu pihak dalam perkawinan itu. Maksudnya adalah UU tidak memperbolehkan perceraian dengan permufakatan saja antara suami dan isteri. Tuntutan perceraian harus dimajukan kepada hakim secara gugat biasa dalam perkara perdata, yang harus didahului dengan meminta izin kepada Ketua Pengadilan Negeri setempat untuk menggugat. Sebelum izin diberikan, hakim harus berusaha untuk mendamaikan kedua belah pihak (Achmad, 1990 : 65).

Perceraian dalam keluarga itu biasanya berawal dari suatu konflik antara keluarga. Bila konflik ini sampai titik kritis maka peristiwa perceraian itu berada di ambang pintu. Peristiwa ini selalu mendatangkan ketidaktenangan berpikir dan ketenangan itu memakan waktu yang lama. Pada saat kemelut ini, biasanya masing-masing pihak mencari jalan keluar mengatasi berbagai rintangan dan berusaha menyesuaikan diri dengan hidup baru. Masing-masing pihak menerima kenyataan baru seperti pindah rumah, tetangga baru, anggaran rumah baru.

Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya kasus pertikaian dalam keluarga yang berakhir dengan perceraian. Faktor-faktor ini antara lain : persoalan ekonomi perbedaan usia yang besar, keinginan memperoleh anak putra (putri), dan persoalan prinsip hidup yang berbeda. Faktor lainnya berupa perbedaan

penekanan dan cara mendidik anak, juga pengaruh dukungan sosial dari pihak luar, tetangga, sanak saudara, sahabat, dan situasi masyarakat yang terkondisikan, dan lain-lain. Semua faktor ini menimbulkan suasana keruh dan meruntuhkan kehidupan rumah tangga (Dagun, 2002 : 114).

B.2. Anak Di Bawah Asuhan Ibu

Peristiwa perceraian itu menimbulkan berbagai akibat terhadap orang tua dan anak. Menurut hasil penelitian Hetherington, peristiwa perceraian itu menimbulkan ketidakstabilan emosi, mengalami rasa cemas, tertekan, dan sering marah-marah. Sejak saat ini ayah atau ibu menjadi tidak berperan efektif sebagai orang tua. Mereka tidak lagi memperlihatkan tanggung jawab penuh dalam mengasuh anak. Ketika kasus perceraian terjadi, ternyata cara ayah dan ibu dalam mengasuh anaknya berbeda. Misalnya, dalam soal memberikan perhatian, keramahan, dan kebebasan kepada anak-anak. Namun perbedaan ini tidaklah aneh karena dalam keluarga utuh pun cara ibu dan ayah itu berbeda. Dan barangkali dipengaruhi gambaran bahwa tokoh ibu dekat dengan anaknya, maka pada kasus perceraian bisa diduga adanya kecenderungan kaum ibu dibebani mengasuh anak. Tetapi juga sebaliknya, karena figur ayah digambarkan sebagai kurang dekat dengan anak-anak maka dalam kasus perceraian pun ayah jarang mengambil resiko (Dagun, 2002 : 117 - 118).

Namun ketika ayah dan ibu hidup dalam situasi perceraian, adanya kecenderungan sikap yang berbeda pada ayah-ibu. Seorang ibu menjadi kurang memperlihatkan kasih sayang kepada anak-anaknya, khususnya terhadap anak

laki-laki, suatu sikap yang berbeda sebelum perceraian, ibu ini memperlakukan putranya lebih keras, memberi tugas disertai ancaman dan mendidik anak pun tidak sistematis serta bersifat memaksa. Sedangkan ayah lain lagi, ayah lebih cenderung bersikap ramah, tawa ria, dan memberikan kebebasan pada anaknya (Dagun, 2002 : 118).

Meski dalam kasus perceraian kaum ibu cenderung mengambil alih pengasuhan anak, peranan ayah tetap penting. Hetherington menemukan bahwa pada tahap awal perceraian, ayah selalu mengunjungi anak-anaknya. Sama seperti situasi sebelum perceraian bahkan cenderung lebih sering. Setelah dua bulan berlalu, pengaruh ayah itu masih ada. Meski lambat laun kontak ini akan bergerak menurun, setelah dua tahun kemudian ayah menjadi kurang kontak dengan anaknya. Berkurangnya kontak ayah dengan anaknya, akan menyebabkan ibu justru semakin dekat dengan anaknya. Sebagai contoh, pada keluarga utuh, sikap ibu terhadap anak-anaknya biasa-biasa saja. Namun, setiap mengalami kasus perceraian, sikap ibu menjadi berubah. Ia menjadi tokoh penting dalam mendidik putra-putrinya. Ibu menjadi lebih berpengaruh dalam mendidik dan membimbing anaknya. Berkurangnya pengaruh ayah atas anaknya dan bertambahnya pengaruh ibu, adalah hal yang tidak dapat dielakkan lagi. Dalam penelitian Hetherington, ayah yang hidup berpisah dengan anaknya namun tetap menjalin hubungan yang baik, akan berpengaruh pada perkembangan anaknya. Meskipun demikian, kasus perceraian itu tetap membawa dampak dalam perkembangan sosial dan emosi anak (Dagun, 2002 : 122 - 123).

Faktor yang paling berat dalam kasus perceraian adalah bagaimana memberikan pengaruh dan bagaimana memulihkan kembali hubungan yang baik dan tetap stabil, menciptakan keakraban bagi kedua orang tua. Pengaruh orang tua dapat menciptakan kekuatan pada diri anak. Kebiasaan mengunjungi masih penting bagi sebagian besar anak (Dagun, 2002 : 125).

Meski dorongan seorang ayah terhadap anak yang diasuh ibu itu penting, namun tidaklah selalu membantu si anak. Walaupun ayah sering mengunjungi anaknya dan menciptakan kehangatan hubungan dengan anak, tetapi hubungan itu dapat membawa akibat sebaliknya. Menurut Hetherington, bila kasus perceraian itu diwarnai dengan kepedihan hati yang mendalam, maka hal itu akan mempengaruhi kontak hubungan antara ayah dengan anaknya. Dalam situasi seperti ini, sikap ayah terhadap anaknya terbatas. Kehadirannya tidak lagi menyenangkan tetapi membawa kesusahan bagi anak (Dagun, 2002 : 125).

B.3. Dampak Perceraian Terhadap Perkembangan Anak

Hubungan keluarga yang buruk merupakan bahaya psikologis pada setiap usia, terlebih selama masa remaja karena pada saat ini anak laki-laki dan perempuan sangat tidak percaya pada diri sendiri dan bergantung pada keluarga untuk memperoleh rasa aman. Apabila remaja muda kurang yakin pada diri sendiri dan pada status mereka dalam kelompok, cenderung menyesuaikan diri secara berlebihan. Bila hal ini diteruskan sampai akhir masa dewasa, maka menandakan ketidakmatangan (Hurlock, 1980 : 237 – 238).

Yang lebih penting lagi, mereka memerlukan bimbingan dan bantu dalam menguasai tugas perkembangan masa remaja. Apabila hubungan-hubungan keluarga ditandai dengan pertentangan, perasaan-perasaan tidak aman berlangsung lama, dan remaja kurang memiliki kesempatan untuk mengembangkan pola perilaku yang tenang dan lebih matang (Hurlock, 1980 : 237 – 238).

Remaja yang hubungan keluarganya kurang baik juga dapat mengembangkan hubungan yang buruk dengan orang-orang diluar rumah. Meskipun semua hubungan, baik dalam masa dewasa atau dalam masa kanak-kanak, kadang-kadang tegang namun orang yang selalu mengalami kesulitan dalam bergaul dengan orang lain dianggap tidak matang dan kurang menyenangkan. Hal ini menghambat penyesuaian sosial yang baik (Hurlock, 1980 : 237 – 238).

Dampak traumatik dari perceraian biasanya lebih besar dari pada efek kematian, karena sebelum dan sesudah perceraian sudah timbul rasa sakit dan tekanan emosional, serta mengakibatkan cela sosial. Hozman dan Froiland menjelaskan tentang kesulitan dan kerumitan penyesuaian diri setelah terjadi perceraian. Mereka mengatakan ada lima tahap penyesuaian setelah perceraian, (1) menyangkal bahwa ada perceraian ; (2) timbul kemarahan dimana masing-masing individu tidak ingin saling terlibat ; (3) dengan alasan pertimbangan anak mereka berusaha bercerai ; (4) mereka mengalami depresi mental ketika mereka

tahu akibat menyeluruh dari perceraian terhadap keluarga ; (5) dan akhirnya mereka setuju untuk bercerai (Hurlock, 1980 : 309 – 310).

Landis mengatakan bahwa perceraian memerlukan penyesuaian tertentu terhadap setiap anggota keluarga. Menurut Landis, penyesuaian yang terpenting adalah (1) penyesuaian terhadap pengetahuan bahwa perceraian akan terjadi ; (2) penyesuaian terhadap perceraian itu sendiri ; (3) penyesuaian yang digunakan oleh salah satu orang tua anak untuk menentang salah satu dari kedua orang tua anak ; (4) penyesuaian terhadap perilaku kelompok usia sebaya ; (5) penyesuaian terhadap perubahan perasaan ; (6) penyesuaian untuk hidup hanya dengan satu orang tua ; (7) penyesuaian untuk menikah kembali ; (8) dan penyesuaian untuk memahami kegagalan keluarga (Hurlock, 1980 : 309 – 310).

Efek perceraian khususnya sangat berpengaruh pada anak-anak dari keluarga. Pada umumnya anak yang orang tuanya bercerai atau menikah lagi merasa malu karena mereka merasa berbeda. Hal ini sangat merusak konsep pribadi anak, kecuali apabila mereka tinggal dalam lingkungan dimana sebagian besar dari teman bermainnya juga berasal dari keluarga yang telah bercerai atau menikah lagi (Hurlock, 1980 : 309 – 310).

Biasanya anak merasa sangat luka apabila loyalitasnya harus dibagi karena orang tuanya bercerai dan mereka sangat menderita kecemasan karena faktor ketidakpastian mengakibatkan terjadi perceraian dalam keluarganya. Ketidakpastian ini khususnya akan lebih serius apabila masalah keselamatan dan pemeliharaan anak dipercekcokkan oleh orang tuanya dan ia harus tinggal mondar

mandir antara tinggal dirumah bapak dan dirumah ibunya (Hurlock, 1980 : 309 – 310).

Di pihak lain ada bukti bahwa anak-anak yang orang tuanya secara emosional bercerai tetapi mereka masih tinggal dalam satu atap rumah jauh lebih menderita dibanding anak yang orang tuanya bercerai secara sah. Sehubungan dengan itu, ada bukti-bukti bahwa efek yang berkelanjutan dari konflik keluarga lebih berbahaya lagi bagi anak dari pada perceraian itu sendiri (Hurlock, 1980 : 309 – 310).

Setiap tingkat usia anak dalam menyesuaikan diri dengan situasi baru ini memperlihatkan cara dan penyelesaian berbeda. Kelompok anak yang belum berusia sekolah pada saat kasus ini terjadi, ada kecenderungan untuk mempersalahkan diri bila ia menghadapi masalah dalam hidupnya. Ia mengisi dirinya. Umumnya anak usia kecil itu sering tidak betah, tidak menerima cara hidup yang baru. Ia tidak akrab dengan orang tuanya. Anak ini sering dibayangi rasa cemas, selalu ingin mencari ketenangan (Dagun, 2002 : 114 - 116).

Kelompok anak yang sudah menginjak usia besar pada saat terjadinya kasus perceraian memberi reaksi lain. Kelompok anak ini tidak lagi menyalahkan diri sendiri, tetapi memiliki sedikit perasaan takut karena perubahan situasi keluarga dan merasa cemas karena ditinggalkan salah satu orang tuanya (Dagun, 2002 : 114 – 116).

Ketika anak menginjak usia remaja, anak sudah mulai memahami seluk-beluk arti perceraian. Mereka memahami, apa akibat yang bakal terjadi dari

peristiwa itu. Mereka menyadari masalah-masalah yang bakal muncul, soal ekonomi, sosial, dan faktor-faktor lainnya (Dagun, 2002 : 114 - 116).

Beberapa di antara anak-anak usia remaja dalam menghadapi situasi perceraian memahami sekali akibat yang bakal terjadi. Hetherington mengungkapkan. “jika perceraian dalam keluarga itu terjadi saat anak menginjak usia remaja, mereka mencari ketenangan, entah di tetangga, sahabat atau teman sekolah” (Dagun, 2002 : 114 - 116).

Dalam riset Hetherington, ditemukan bahwa 25 persen dari anak-anak yang berasal dari dari keluarga bercerai memperlihatkan masalah-masalah emosi yang serius dibandingkan dengan 10 persen dari anak-anak yang berasal dari keluarga utuh, tidak pernah bercerai. Meskipun demikian, mayoritas (75 persen) dari anak-anak yang berasal dari keluarga bercerai tidak memperlihatkan masalah-masalah emosi (Santrock, 2007 : 33).

Perbandingan antara anak-anak dari keluarga yang bercerai dengan keluarga yang tidak pernah bercerai :

1. Lebih tidak taat, agresif, tidak tunduk, dan kurang mematuhi peraturan yang dibuatnya sendiri. (Wadsworth et al, 1985).
2. Lebih cenderung memiliki masalah dalam hubungan sosial dan tertutup dalam pertemanan, seperti dengan ibu dan ayah mereka, figur otoritas saudara dan teman sebaya. (Amato & Keith, 1991b: Hetherington, 1997).

3. Lebih mungkin untuk mengasosiasikan dengan rekan-rekan anti sosial. (Amato & Keith, 1991a).
4. Lebih mungkin untuk menggunakan alkohol, rokok dan obat-obatan. (Neher & Short, 1998).
5. Lebih mungkin untuk memulai aktivitas seksual sebelum waktunya, sebagai seorang remaja sudah melahirkan seorang anak dan lebih banyak hamil diluar nikah dari pada anak-anak dari orang tua yang tidak pernah bercerai. (McLanahan, 1999 ; McLanahan & Sandefur, 1994) (dalam [www.Parenting_separation_PP.pdf](#), 2009).

C. Dinamika Emosi

C.1. Definisi Dinamika Emosi

Emosi adalah perasaan intens yang ditujukan kepada seseorang atau sesuatu. Emosi adalah reaksi terhadap seseorang atau kejadian. Emosi dapat ditunjukkan ketika merasa senang mengenai sesuatu, marah kepada seseorang, ataupun takut terhadap sesuatu (Zuhairini, 1984 : 18).

Emosi dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan yang timbul melebihi batas sehingga kadang-kadang tidak dapat menguasai diri dan menyebabkan hubungan pribadi dengan dunia luar menjadi putus (Zuhairini, 1984 : 18).

Definisi emosi bermacam-macam, seperti keadaan bergejolak, gangguan keseimbangan, respon kuat dan tidak beraturan terhadap stimulus (Mahmud, 1990 : 163). Akar kata emosi adalah *movere*, kata kerja bahasa latin yang berarti

“menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “e-“ untuk memberi arti “bergerak menjauh”, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal yang mutlak dalam emosi. Pada dasarnya, semua emosi adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi (Goleman, 2003 : 411). Berdasarkan pengertian yang diberikan oleh Goleman (2003) dan definisi dari Mahmud (1990), pengertian dari emosi secara tidak langsung juga menggambarkan pengertian dari dinamika emosi, yaitu perluasan atau gerak dari afeksi terhadap stimulus luar (Cahyono, 2011 : 34).

Damasio (1999) seperti yang dikutip oleh Kosslyn dan Rosenberg (2003 : 240) berpendapat bahwa emosi adalah reaksi positif ataupun negatif terhadap objek, peristiwa, atau situasi-situasi yang diterima atau dirasakan individu. Emosi juga disertai dengan perasaan subjektif. Dikatakan mempunyai dinamika jika muncul emosi-emosi dalam diri seseorang yang senantiasa berubah-ubah, dimana antara komponen-komponen emosi saling berkaitan satu sama lain. Jadi, pada suatu saat komponen yang satu dapat menjadi akibat dari suatu peristiwa sebelumnya dan dapat juga menjadi stimulus yang memulai suatu kejadian selanjutnya (Rosyidah, 2010 : 114).

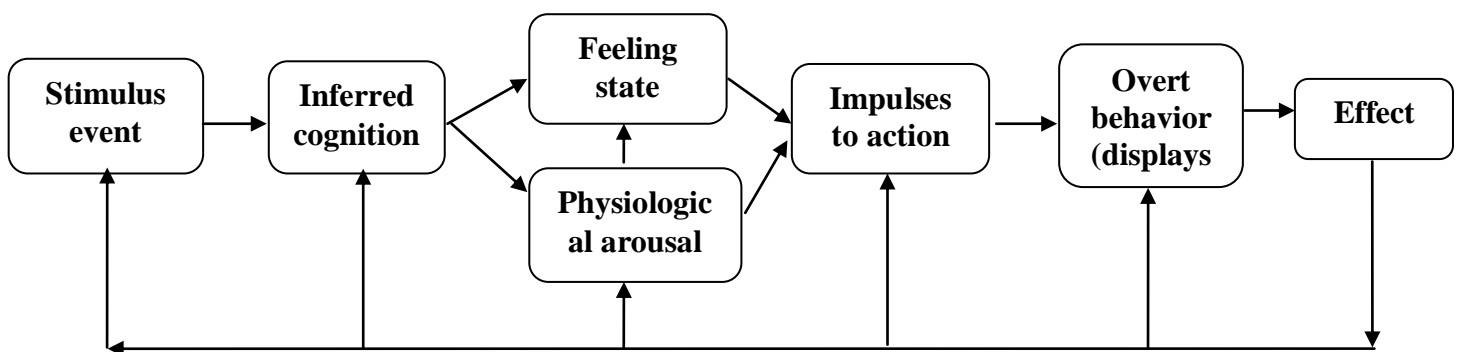
Suatu emosi dikatakan mempunyai dinamika ketika emosi-emosi yang muncul dalam diri seseorang senantiasa berubah-ubah, dimana antara komponen-komponen emosi saling berkaitan satu sama lain. Jadi, pada suatu saat komponen

yang satu dapat menjadi pencetus bagi munculnya sebuah reaksi emosi, tetapi juga dapat menjadi efek yang ditimbulkan komponen lain (Rosyidah, 2010 : 115).

Putchik dalam teorinya memaparkan mengenai elemen-elemen emosi serta alur emosi yang dapat menjelaskan tentang dinamika emosi secara mendetail (Plutchik, 2003 : 106 – 108). Elemen-elemen emosi tersebut adalah *stimulus event* (kejadian pendorong), *inferred cognition* (pikiran kognitif), *feeling state* (keadaan perasaan), *physiological arousal* (fisiologis yang muncul), *impulse to action* (dorongan dari hati untuk bertindak), *overt behavior* (perilaku yang muncul atau terlihat), dan *effect* (akibat). Dari teorinya tersebut Plutchik membuat alur emosi yang disebutnya dengan *feedback loops* (Rosyidah, 2010 : 114 – 115).

Dinamika emosi yang terjadi menurut ”*Feedback Loops Plutchik*” merupakan proses yang berputar atau proses *feedback*, dimana perilaku yang nampak memiliki *effect* yang berperan sebagai akibat dari suatu peristiwa sebelumnya dan dapat juga menjadi stimulus yang memulai suatu kejadian selanjutnya (Rosyidah, 2010 : 117).

Gambar 1. Skema Proses Emosi



Sumber : Robert Plutchik (1994 : 108)

Dari uraian tentang dinamika dan emosi diatas dapat disimpulkan bahwa Dinamika emosi adalah proses yang berputar atau proses *feedback*, dimana perilaku yang nampak memiliki *effect* yang berperan sebagai akibat dari suatu peristiwa sebelumnya dan dapat juga menjadi stimulus yang memulai suatu kejadian selanjutnya.

C.2. Komponen Utama Emosi

Menurut Carol (2007 : 131), komponen utama emosi ada 3 yaitu :

- 1) Elemen pertama dari emosi : tubuh manusia.

Manusia memiliki dasar-dasar emosi atau emosi primer semenjak mereka dilahirkan. Emosi primer adalah emosi-emosi yang dianggap sebagai emosi yang berlaku secara umum, dan memiliki dasar biologis ; umumnya meliputi rasa takut, marah, sedih, senang, terkejut, jijik dan sebal (rasa tidak suka). Emosi-emosi tersebut diikuti oleh pola-pola fisiologi dan ekspresi wajah. Sebaliknya, emosi sekunder adalah emosi-emosi yang berkembang sejalan dengan penambahan kedewasaan kognitif seseorang dan berbeda-beda untuk tiap individu dan kebudayaan, umumnya meliputi semua variasi dan campuran berbagai emosi yang bervariasi antara satu kebudayaan dengan kebudayaan lainnya serta berkembang secara bertahap sesuai tingkat kedewasaan kognitif.

Paul Ekman dan beberapa rekannya telah mengumpulkan bukti-bukti yang menunjukkan 7 ekspresi emosi raut wajah yang berlaku secara umum didunia. Ekspresi-ekspresi tersebut mewakili emosi-emosi primer, yakni marah, senang,

takut, terkejut, jijik, sedih dan tidak suka (Eksman, 1997 ; Ekman dkk., 1987) ; yang mana merupakan ekspresi-ekspresi yang dikenali pada berbagai budaya.

Ekspresi bangga yang ditampilkan melalui ekspresi wajah dan bahasa tubuh (Tracy dan Robins, 2004 ; Tracy, Robins, dan Lagattuta, 2005). Perasaan bangga sepertinya juga merupakan emosi yang berlaku universal. Emosi-emosi tersebut sepertinya berkembang untuk membangun komunikasi dengan orang lain, meningkatkan kemampuan bertahan hidup dan memberikan sinyal kepada orang lain mengenai maksud dan tujuan yang kita miliki.

Seperti yang diperlihatkan oleh penelitian *facial feedback* (umpan balik raut wajah), emosi juga berguna untuk mengidentifikasi kondisi emosional diri kita sendiri (Izard, 1990). Ekspresi wajah juga dapat menimbulkan emosi pada orang lain dan menghasilkan peniruan ekspresi secara tidak disadari, yang dapat menyebabkan orang lain dapat menangkap mood pada diri orang lain (penularan mood). Kemampuan untuk mensinkronisasikan mood melalui ekspresi wajah dan bahasa tubuh merupakan hal yang penting dalam membangun hubungan dan saat berinteraksi dengan orang lain.

2) Elemen kedua dari emosi : pikiran

Respon emosional anda bukan disebabkan oleh perilaku orang lain, melainkan oleh cara anda menginterpretasikan perilaku orang lain rata-rata. Persepsi berperan aktif dalam setiap emosi, termasuk emosi yang dianggap sebagai emosi primer, seperti gembira dan marah (Schacter dan Singer, 1962).

Emosi dapat dihasilkan dan dipengaruhi oleh keyakinan, persepsi terhadap situasi, harapan, dan atribusi.

Campuran emosi yang rumit yang dirasakan oleh banyak orang saat mereka mengalami “kemenangan yang mengecewakan” (hasil yang mereka capai tidak sebaik hasil yang mereka harapkan) atau “kekalahan yang melegakan” (hasil yang buruk, namun tidak seburuk yang anda takutkan) menunjukkan bahwa ketakutan pikiran dapat mempengaruhi respon-respon emosional dan mengapa kita bahkan dapat merasakan 2 emosi, seperti senang dan menyesal pada saat yang bersamaan (Larsen dkk., 2004).

Seperti yang telah didiskusikan pada “Penelitian dari Jarak Dekat”, orang sering kali membuat keputusan berdasarkan pada cara mereka mengimajinasikan perasaan mereka pada masa depan dan pada prediksi mengenai berapa lama perasaan mereka akan bertahan. Pada beberapa penelitian Timothy Wilson dan Daniel Gilbert (2005), menganalisis asumsi umum dimulai dengan mempertanyakan beberapa pertanyaan, meneliti hasil penelitian, mempertimbangkan kemungkinan interpretasi lainnya.

3) Elemen Ketiga dari Emosi : Budaya

Banyak psikologi, terutama mereka yang mempelajari aspek biologi dari emosi, meyakini bahwa semua manusia memiliki kemampuan merasakan emosi primer suatu hal yang dipengaruhi (dan mempengaruhi) otak, wajah, dan sistem saraf. Namun, para ilmuwan yang sama mengatakan bahwa individu-individu

dapat memiliki perbedaan pada kecenderungan merasakan emosi sekunder, termasuk berbagai variasi yang ada didalamnya.

Prototipe merupakan representasi umum dari klasifikasi terhadap berbagai hal. Sebagian besar orang menganggap emosi primer sebagai prototipe konsep emosi. Emosi-emosi yang bersifat prototipe ditunjukkan oleh kata-kata mengenai emosi yang dipelajari dengan cepat oleh anak-anak yaitu senang, sedih, marah dan takut. Sejalan dengan perkembangan anak, mereka akan memahami perbedaan-perbedaan emosional yang bukan merupakan emosi prototipe, serta bersifat lebih spesifik pada bahasa dan budaya mereka, seperti suka cita, depresi, bermusuhan, atau cemas (Hupka, Lento, dan Hutchison, 1999 ; Russell dan Fehr, 1994 ; Shaver, Wu, dan Schwartz, 1992). Melalui ini, akan mengalami gradasi dan nuansa perasaan emosional sesuai dengan yang ditekankan oleh budaya mereka.

Rasa marah dianggap sebagai emosi primer oleh para psikolog dari budaya barat yang individualistik, namun pada budaya yang berorientasi pada kelompok, rasa malu dan kehilangan muka merupakan emosi lebih utama (Kitayama dan Markus, 1994).

Orang-orang non-barat mungkin juga akan melibatkan empati, rasa terima kasih, penyesalan, iri, serakah, dan cinta, yang dirasakan oleh seluruh manusia di bumi ini, namun perasaan-perasaan tersebut tidak dimasukkan kedalam daftar emosi yang berlaku secara universal, karena perasaan-perasaan tersebut sepertinya tidak mengakibatkan perubahan ekspresi wajah (Bartlett dan Desteno, 2006 :

Zajonc, 2003). Namun para ilmuwan sepakat bahwa budaya menentukan penyebab munculnya emosi pada seseorang.

Mengekspresikan perasaan yang sesungguhnya tidak kita rasakan berdasarkan keyakinan bahwa tindakan tersebut merupakan tindakan yang sesuai tuntutan sosial, disebut juga kerja emosi (*emotion work*), yang merupakan usaha yang kita lakukan untuk mengatur emosi kita saat kita berhadapan dengan orang lain (Gross, 1998). Selain mempengaruhi ekspresi emosi secara verbal, budaya juga mempengaruhi bahasa tubuh kita, sinyal-sinyal nonverbal dari gerakan tubuh, postur, isyarat, dan tatapan.

C.3. Aspek Emosi

Aspek emosional dari suatu perilaku, pada umumnya selalu melibatkan empat variabel, yaitu: (1) rangsangan yang menimbulkan emosi (*stimulus*) ; (2) perasaan ; (3) respon-respon internal ; dan (4) pola-pola tingkah laku (Sobur, 2003 : 404).

D. Remaja

D.1. Definisi Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Lebih lanjut Piaget, mendefinisikan remaja mempunyai arti yang

luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 1980 : 206).

Menurut Muangman (dalam Sarwono : 2011 : 12), Istilah remaja menurut WHO, ada 3 definisi, yaitu :

1. Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
2. Remaja adalah suatu masa dimana individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
3. Remaja adalah suatu masa dimana terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relative lebih mandiri.
4. Remaja (adolescence) di definisikan sebagai masa pertumbuhan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional (Santrock, 2003 : 26).

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa Remaja adalah masa pertumbuhan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan kognitif, biologis, sosial, mental, dan emosional.

D.2. Tahun-tahun masa remaja

Masa remaja dibagi menjadi masa remaja awal yang berlangsung kira-kira dari usia 13 tahun sampai usia 16 tahun atau 17 tahun, dan masa remaja akhir yang bermula pada usia 16 tahun atau 17 tahun sampai 18 tahun. Masa remaja

awal dan akhir dibedakan oleh Hurlock karena pada masa remaja akhir telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa (Sarwono, 2011 : 17 & Hurlock, 1980 : 206).

Masa remaja secara global berlangsung antara umur 12 sampai 21 tahun, dengan pembagian : 12 sampai 15 tahun termasuk masa remaja awal ; 15 sampai 18 tahun termasuk masa remaja pertengahan ; 18 sampai 21 tahun termasuk masa remaja akhir (Monks, 2006 : 262).

D.3. Ciri-ciri masa remaja

Menurut Hurlock (1980 : 207), Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut, antara lain :

1. Masa remaja sebagai periode yang penting.

Semua periode dalam rentang kehidupan yang penting, tetapi kadar kepentingannya berbeda-beda. Dalam masa remaja ada periode yang penting karena akibat langsung terhadap sikap dan perilaku, ada juga dalam jangka pendek.

2. Masa remaja sebagai masa peralihan.

Sebuah peralihan dan satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya, artinya yang telah terjadi sebelumnya akan menimbulkan bekas pada kejadian sekarang dan yang akan datang, sedangkan yang telah terjadi

akan meninggalkan bekasnya dan mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru.

3. Masa remaja sebagai periode perubahan.

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung dengan pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap perilaku menurun. Ada lima perubahan yang bersifat universal antara lain :

- a. Meningkatnya emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi.
- b. Perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan kelompok sosial bagi remaja dapat menimbulkan masalah baru.
- c. Dengan berubahnya minat dan perilaku maka nilai-nilai juga berubah.
- d. Sebagian remaja bersifat ambivalen terhadap perubahan, remaja menginginkan dan menuntut kebebasan, tetapi remaja sering takut bertanggung jawab akan akibatnya dan meragukan kemampuannya.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah.

Masa remaja sering menjadi masa yang sulit, karena sepanjang masa kanak-kanak masalah anak-anak sebagian diselesaikan orang tua dan guru,

sehingga remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah atau remaja merasa dirinya mandiri, sehingga remaja ingin mengatasi masalahnya sendiri, dan menolak bantuan orang tua dan guru.

5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas.

Awal tahun-tahun masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi remaja. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas dirinya dan tidak puas lagi menjadi sama dengan teman-temannya dalam segala hal. Identitas diri yang di cari remaja berupa usaha yang menjelaskan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat.

6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan.

Anggapan stereotip budaya remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya, cenderung merusak dan berperilaku merusak. Stereotip populer juga mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri. Stereotip juga berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat.

7. Masa remaja sebagai masa yang realistik.

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kacamatanya. Remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain, sebagaimana yang remaja inginkan dan bukan bagaimana adanya, terlebih dalam cita-cita.

8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa.

Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang berhubungan dengan status dewasa.

D.4. Tugas-tugas perkembangan masa remaja

Menurut Hurlock (1980 : 10), tugas-tugas perkembangan pada masa remaja antara lain :

1. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
2. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
3. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
4. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggungjawab.
5. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
6. Mempersiapkan karier ekonomi.
7. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
8. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis.

Menurut Carballo (dalam Sarwono : 2011 : 19), Ada 6 penyesuaian diri yang harus dilakukan remaja :

1. Menerima dan mengintegrasikan pertumbuhan badannya dalam kepribadiannya.

2. Menentukan peran dan fungsi seksualnya yang adekuat (memenuhi syarat) dalam kebudayaan dimana ia berada.
3. Mencapai kedewasaan dengan kemandirian, kepercayaan diri, dan kemampuan untuk menghadapi kehidupan.
4. Mencapai posisi yang diterima oleh masyarakat.
5. Mengembangkan hati nurani, tanggung jawab, moralitas, dan nilai-nilai yang sesuai dengan lingkungan dan kebudayaan.
6. Memecahkan problem-problem nyata dalam pengalaman sendiri dan dalam kaitannya dengan lingkungan.

D.5. Keadaan emosi selama masa remaja

Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode "badai dan tekanan", suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Pertumbuhan pada tahun-tahun awal masa puber terus berlangsung tetapi berjalan agak lambat. Pertumbuhan yang terjadi terutama bersifat melengkapinya pola yang sudah terbentuk pada masa puber. Oleh karena itu, perlu dicari keterangan lain yang menjelaskan ketegangan emosi yang sangat khas pada usia ini (Hurlock, 1980 : 212 - 213).

Penjelasan diperoleh dari kondisi sosial yang mengelilingi remaja masa kini. Adapun meningginya emosi terutama karena anak laki-laki dan perempuan dibawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru, sedangkan selama masa kanak-kanak ia kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan-keadaan itu (Hurlock, 1980 : 212 - 213).

Tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan. Sebagian besar remaja juga mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial baru (Hurlock, 1980 : 212 - 213).

Meskipun emosi remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali dan tampaknya irasional, tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan emosioanal. Menurut Gesell dan kawan-kawan, remaja 14 tahun sering kali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung "meledak", tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya remaja 16 tahun mengatakan bahwa mereka "tidak punya keprihatinan" (Hurlock, 1980 : 212 - 213).

Pola emosi pada masa remaja. Pola emosi masa remaja adalah sama dengan pola emosi masa kanak-kanak, cuma perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajat, dan khususnya pada pengendalian latihan individu terhadap ungkapan emosi mereka. Misalnya, perlakuan sebagai "anak kecil" atau secara "tidak adil" membuat remaja sangat marah dibandingkan dengan hal-hal lain. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dan dengan cara gerakan amarah yang meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara, atau dengan suara keras mengritik orang-orang yang menyebabkan amarah. Remaja juga iri hati terhadap orang yang memiliki benda lebih banyak. Ia tidak mengeluh dan menyesali diri sendiri, seperti yang dilakukan anak-anak. Remaja suka bekerja sambil agar dapat

memperoleh uang untuk membeli barang yang diinginkan atau bila perlu berhenti sekolah untuk mendapatkannya (Hurlock, 1980 : 212 - 213).

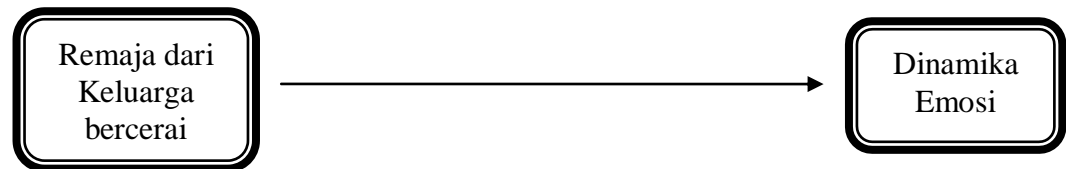
Kematangan emosi. Anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak "meledakkan" emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih cepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

Petunjuk kematangan emosi yang lain adalah bahwa individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang. Dengan demikian, remaja mengabaikan banyak rangsangan yang tadinya dapat menimbulkan ledakan emosi. Akhirnya, remaja yang emosinya matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya.

Untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Adapun caranya adalah dengan membicarakan berbagai masalah pribadinya dengan orang lain. Keterbukaan, perasaan dan masalah pribadi dipengaruhi sebagian oleh rasa aman dalam hubungan sosial dan sebagian oleh tingkat kesukaannya pada "orang sasaran" (yaitu orang yang kepadanya remaja mau mengutarakan berbagai kesulitannya, dan oleh tingkat penerimaan orang sasaran itu). Bila remaja ingin mencapai kematangan emosi, ia juga harus belajar

menggunakan katarsis emosi untuk menyalurkan emosinya. Adapun cara yang dapat dilakukan adalah latihan fisik berat, bermain atau bekerja, tertawa ataupun menangis (Hurlock, 1980 : 212 - 213).

E. KERANGKA KONSEPTUAL



Gambar 2. Kerangka Konseptual Dinamika Emosi Pada Remaja Dari Keluarga yang Bercerai.