

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Keluarga merupakan sentral dari kehidupan manusia, dari keluarga itulah manusia membina dan membangun generasi, dari keluarga itulah masing-masing memiliki rasa tanggung jawab untuk melakukan tugasnya sebagai anggota keluarga. Keluarga juga merupakan tempat dibangunnya ilmu Agama, yang memberikan rasa keagamaan. Keluarga dalam pandangan Islam mempunyai arti yang besar. Bahkan Islam menaruh perhatian besar terhadap kehidupan keluarga dengan meletakkan kaidah-kaidah yang arif guna memelihara kehidupan keluarga dari ketidakharmonisan dan kehancuran.

Memiliki keluarga yang harmonis dan sesuai dengan ajaran agama islam adalah dambaan setiap muslim dan untuk mewujudkannya ada beberapa cara menjaga keharmonisan dalam rumah tangga tersebut. Keluarga sakinah, mawaddah warahmah yang berarti keluarga yang penuh kasih sayang, cinta dan ketentraman dibangun diatas nilai-nilai islam dan berawal dari pernikahan yang hanya mengharap ridha Allah SWT. Dalam *Al-Qur'an* AllahT SW berfirman :

وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا فُرَّةً أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا

“Dan orang-orang yang berkata : “Ya Tuhan kami, anugerahkanlah kepada kami isteri-isteri kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati (kami), dan jadikanlah kami imam bagi orang-orang yang bertakwa”. (QS Alfurqan : 74)

Keluarga muslim merupakan keluarga yang dibangun atas dasar ketaatan kepada Allah SWT yang mana pemahaman asas anggotanya adalah hanya mencari keridhaan Allah SWT dan yang di atur oleh peraturan-Nya. Keluarga muslim berperan penting

atas pembentukan karakter anak, karena keluarga merupakan tempat pertama pembinaan mental yang berpengaruh dalam kehidupannya.

Keluarga adalah tempat utama untuk membangun masyarakat muslim dan merupakan madrasah iman yang diharapkan dapat mencetak generasi-generasi muslim yang mampu meninggikan kalimat Allah. Hukum Islam merupakan salah satu pilar yang sangat penting dalam agama Islam. Tidak dapat dipungkiri lagi bahwa hampir di semua sendi kehidupan, baik dalam lingkungan ibadah maupun muamalah diatur dan dikondisikan sedemikian rupa oleh hukum Islam. Hukum Islam akan dapat memainkan perannya dengan baik dan tetap sesuai dengan sifat serta karakteristiknya jika mampu mengikuti perkembangan hukum manusia yang selalu berubah dan berkembang. Dalam kaitannya dengan hukum Islam, keluarga mempunyai posisi yang sangat strategis. Penataan hukum bagi pribadi dan keluarga sangat terkait dengan kesadaran dan ketaatan beragama setiap muslim. Dengan terbentuknya sebuah keluarga, maka akan secara otomatis melahirkan sebuah hukum di dalamnya. Di mana hukum ini berisi sebuah aturan-aturan yang dibebankan kepada semua anggota keluarga.

Manusia menerima musibah akan mudah berkeluh kesah dan ketika mendapatkan kebahagiaan manusia sangat kikir. Tidak demikian manusia yang paham betul akan nilai-nilai Islam. Manusia akan mampu berdiri tegak diantara kesedihan yang mendalam dengan luapan kegembiraan yang akan senantiasa bersyukur mendapat kesenangan dan bersabar berada dalam kesusahan. Seperti halnya Nabi Muhammad SAW mendapat hinaan kemudian dilempari batu kerikil, yang dilakukan Nabi Muhammad SAW hanya bersabar dan percaya akan pertolongan Allah bagi orang-orang yang taat kepada-Nya. Emosi yang tidak dapat dikendalikan hanya akan melelahkan, menyakitkan dan meresahkan diri sendiri. Karena ketika emosi itu meluap, maka kemarahan akan sulit dikendalikan dan akan membuat seluruh tubuhnya gemtar,

mudah mengeluarkan kata-kata kasar atau kotor. Seluruh isi hatinya tertumpah ruah, nafasnya tidak teratur dan cenderung bertindak berdasarkan nafsunya.

Islam sendiri mengajarkan regulasi emosi agar individu tidak bersikap takabur dan mudah marah. Individu yang mampu memiliki kemampuan regulasi emosi dapat mengendalikan dirinya untuk mengontrol emosi. Islam tidak mengajarkan untuk terlalu berlebihan dalam mengungkapkan perasaan senang, gembira ataupun sedih. Hal ini mendasari penelitian regulasi emosi pada keluarga muslim.

Ketika kondisi sebuah keluarga tidak menjadi satu atau pecah, tentunya akan mempengaruhi kondisi anak. Perkembangan dan rumah kasih sayang anak akan mempengaruhi hingga menimbulkan rasa trauma secara jangka pendek ataupun jangka panjang. Kasih sayang dan keharmonisan akan dibutuhkan dalam keluarga yang utuh, ketika keluarga tidak adanya keharmonisan akan menimbulkan dampak negatif pada anak.

Anak yang mengalami *broken home* lebih merasa sensitif dan lebih mudah marah. Anak merasa tidak aman setelah kehilangan salah satu anggota keluarganya karena anak membutuhkan perlindungan dari orang tua baik secara materi ataupun non materi (kasih sayang). Keadaan emosi dari anak yang mengalami *broken home* tidak terkontrol, marah dan kecewa dengan kejadian yang telah terjadi, merasa kesepian karena ketika berkumpul anggota keluarga tidaklah lengkap, rasa sesih terhadap keluarganya (Maleck dan Papp, 2015).

Dampak yang dirasakan anak-anak secara psikologis karena keluarga *broken home* adalah anak merasa tidak aman setelah ditinggal orang tuanya berpisah, adanya rasa ditolak oleh keluarga, anak sering kali marah-marah dan emosinya sering tidak terkontrol, merasa kesepian, dan menyalahkan diri sendiri. Anak yang mengalami

broken home, yang semuanya cenderung mengalami perasaan kesedihan, kekecewaan, bahkan kemarahan walaupun dengan tingkat yang berbeda-beda(Sarbini, dkk., 2014).

Keluarga *broken home* membawa dampak yang mendalam bagi anggota keluarga yang ada didalamnya. Anak akan turut bereaksi terhadap orang tuanya mengalami permasalahan, reaksi tersebut berupa perasaan sedih, bingung, atau ditinggalkan. Anak juga akan menunjukkan kekecewaan karena tidak dapat tumbuh di keluarga yang utuh dan akan membayangkan apakah hidup mereka akan lebih baik jika tumbuh di keluarga yang utuh. Hal ini menimbulkan stres, tekanan, dan menimbulkan perubahan fisik dan mental. Keadaan ini dialami oleh seluruh anggota keluarga, ayah, ibu, dan anak. Keluarga *broken home* menimbulkan dampak negatif bagi anak, diantaranya adalah anak banyak merasakan emosi negatif dalam kehidupan sehari-harinya seperti sedih, kesal, marah, dan iri(Rulinda dan Coralia, 2016).

Dampak-dampak negatif yang ditimbulkan dari adanya keluarga *broken home* tidak akan muncul apabila anak memiliki regulasi emosi yang tepat. Dampak negatif tersebut tidak akan terjadi apabila seseorang mampu mengelola atau meregulasi emosinya secara tepat. Regulasi emosi merupakan salah satu strategi koping yang dilakukan oleh seseorang ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan. Untuk mengelola emosi-emosi tersebut diperlukan strategi regulasi emosi(Morris, dkk., 2007).

Anak yang berlatar belakang keluarga *broken home* tidak dibekali dengan pondasi agama yang kuat dan perhatian yang maksimal dari orang tua, sehingga menyebabkan tidak adanya pedoman hidup yang dapat mengarahkannya. Sebagaimana pandangan anak *broken home* adalah korban dari abainya orang tua dan lalainya perhatian karena disebabkan orang tua lebih mengorientasikan pikiran dan perasaannya terhadap masalah yang dihadapi. Faktor negatif dari keluarga *broken home* berdampak pada

perilaku keagamaan yang mengenai tentang ibadah, hal ini faktor dari salah satu kedua orang tuanya yang mengasuh tidak memperhatikan dan menerapkan tegas terhadap anaknya bahwasanya ibadah merupakan tugas yang diemban oleh manusia ketika ia sudah sampai pada masa aqil baligh. Ibadah perlu dikenalkan sejak kecil. Aspek badani akan lebih sulit dilatih ketika dewasa, karena pada masa dewasa aspek penyimpangan akan lebih cepat terakses oleh badan atau jasad. Pada akhirnya pendidikan dapat menyentuh kepribadian seseorang di masa depan(Wahyudi, 2020).

Anak korban *broken home* memiliki dampak dari permasalahan orang tuanya. Masalah-masalah yang ada pada anak korban *broken home* di desa Ketandan sendiri yaitu tidak adanya kasih sayang dari salah satu orang tuanya, terjadinya kekerasan pada anak, perselisihan antara anak dan ibunya.

Dampak negatif dari korban *broken home* sangat mempengaruhi kehidupan anak, sudah seharusnya individu-individu memiliki kontrol diri yang kuat agar mereka mampu menjalani kehidupan sama halnya dengan individu-individu yang orang tuanya tidak mengalami *broken home*. Kontrol diri diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Ketika individu tidak dapat mengontrol diri, individu tersebut akan sulit untuk menentukan kemana mereka akan pergi(Nurhayati, 2014).

Kontrol emosi yang sehat dapat diperoleh bila individu memiliki kekuatan ego, yaitu sesuatu kemampuan untuk menahan diri dari tindakan luapan emosi. Oleh sebab itu salah satu hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kontrol diri individu adalah dengan melakukan pemaafan dan meningkatkan religiusitas. Memaafkan tidaklah hanya menjadikan kondisi mental kita yang lebih baik tetapi juga kondisi fisik, sebab tubuh manusia membutuhkan keseimbangan hormon yang dapat terganggu ketika dalam keadaan stres, depresi, marah, ataupun sedih, dan sebagainya (Fakhruroji, 2008).

Al-Qur'an mengungkapkan regulasi emosi melalui sebuah kejadian kehidupan sehari-hari. Manusia dihadapkan dengan berbagai permasalahan yang menyebabkan kemarahan dan terkadang tindakan yang kurang diterima oleh orang sekitarnya, sehingga dibutuhkan sikap tenang dan berfikir positif. Berbagai kejadian yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari hendaknya mampu melewati dengan perasaan emosi positif. Allah SWT telah berfirman dalam *al-Qur'an* yaitu:

لَيْسَ بِأَمَانِيِّكُمْ وَلَا أَمَانِيٍّ أَهْلِ الْكِتَابِ ۗ مَنْ يَعْمَلْ سُوءًا يُجْزَ بِهِ وَلَا يَجِدْ لَهُ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَلِيًّا وَلَا نَصِيرًا

“Pahala dari Allah) itu bukanlah menurut angan-anganmu yang kosong dan tidak (pula) menurut angan-angan Ahli Kitab. Barangsiapa yang mengerjakan kejahatan, niscaya akan diberi pembalasan dengan kejahatan itu dan ia tidak mendapat pelindung dan tidak (pula) penolong baginya selain dari Allah.” (QS. An-Nisa’ : 123)

Ayat diatas menjelaskan ketika seseorang mengalami kesulitan dalam dirinya atau memiliki masalah yang menekan dirinya sehingga dia berada dalam kondisi tidak terkontrol yang membuat perilaku yang tidak dapat diterima. Allah SWT akan memberikan balasan kejahatan sesuai dengan perbuatannya. Namun menghindari perilaku yang negatif, hendaknya dapat meregulasi emosinya. Dalam meluapkan emosi, setiap individu tidak diperbolehkan meluapkan secara berlebihan. Allah SWT telah berfirman dalam *al-Qur'an* yaitu:

إِنْ تُبْدُوا خَيْرًا أَوْ تُخْفُوهُ أَوْ تَعْفُوا عَنْ سُوءٍ فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُورًا قَدِيرًا

“Jika kamu melahirkan sesuatu kebaikan atau menyembunyikan atau memaafkan sesuatu kesalahan (orang lain), maka sesungguhnya Allah Maha Pema’af lagi Maha Kuasa.” (QS. An-Nisa : 149)

وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ

“Tetapi orang yang bersabar dan memaafkan, sesungguhnya (perbuatan) yang demikian itu termasuk hal-hal yang diutamakan.” (QS. Asy-Syura : 43)

Ayat tersebut memiliki makna bahwa manusia mampu menahan rasa emosi dengan memberikan maaf dan berlapang dada. Marah merupakan luapan dari emosi

negatif sehingga perlu untuk mengurangi dan mengilahkan emosi yang negatif dengan meregulasi emosi.

Hal yang mendasari diadakannya penelitian ini adalah, melihat dari regulasi emosi pada anak korban *broken home* keluarga muslim di Desa Ketandan.

1.2. Pokok Masalah dan Rumusan Masalah

1.2.1. Pokok Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah di atas, Penelitian ini terkait dengan regulasi emosi pada anak korban *broken home* keluarga muslim.

1.2.2. Rumusan Masalah

- a. Bagaimana regulasi emosi pada anak *broken home* keluarga muslim?
- b. Apa saja faktor yang mempengaruhi regulasi emosi pada anak korban *broken home* keluarga muslim?

1.3. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1.3.1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan sebagai berikut:

- a. Mendeskripsi regulasi emosi pada anak korban *broken home* keluarga muslim
- b. Memberikan informasi tentang pengaruh regulasi emosi pada anak korban *broken home* keluarga muslim

1.3.2. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini sebagai berikut:

- a. Secara teoritik penelitian ini bermanfaat untuk mengembangkan teori regulasi emosi dan pengembangan ilmu konseling islam.

- b. Secara praktis hasil penelitian ini fokus menangani permasalahan anak korban *broken home*, seperti konselor, psikolog, pekerja sosial untuk menjadi sumber informasi dan bahan pertimbangan dalam memberikan pendampingan psikologis.