

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hadirnya seorang anak di tengah keluarga adalah hal yang sangat dinantikan, sebagian besar wanita lazimnya melahirkan satu orang bayi saja, tetapi ada sebuah fenomena unik yang muncul dalam sebuah keluarga yakni wanita dapat melahirkan anak kembar. Menurut Aprilliyani dkk (2022) bahwa anak kembar merupakan dua orang anak atau lebih yang lahir dari satu masa kehamilan yang sama. Adapun Gender pada anak kembar bisa sama dan juga tidak menutup kemungkinan juga bisa berbeda. Menurut Izzah dan Endang (2022) bahwa terdapat dua tipe anak kembar, yaitu kembar *monozygotik* (identik) dan kembar *dizygotik* (fraternal). Kembar identik adalah kembar dengan jenis kelamin yang sama dan sangat mirip dalam semua ciri-ciri sedangkan kembar tidak identik adalah kembar yang memiliki jenis kelamin yang sama atau berbeda dan tidak mirip pada semua ciri-ciri.

Sedangkan, Qoirina (dalam Dewi, 2016) bahwa dua pertiga dari bayi kembar yang lahir adalah *fraternal* (kembar non-identik), artinya bayi kembar berasal dari dua sel telur yang masing-masingnya dibuahi oleh sperma yang berbeda, keduanya memiliki kesamaan genetik, tetapi keduanya bisa sama dan berbeda pula kelaminnya. Sedangkan sepertiga dari bayi kembar yang lahir adalah *monozygot* (kembar identik), artinya bayi kembar berasal dari bersatunya sel telur dan satu sel sperma yang kemudian setelah mengalami pembuahan lalu terpisah menjadi dua. Kedua bayi kembar *monozygot* ini mempunyai ciri-ciri dan jenis kelamin yang

sama. Sekitar 25% ialah “*mirror twins*”, artinya beberapa ciri yang identik dari bayi kembar merupakan bayangannya, sehingga masing-masing-masing anak kembar merupakan cerminan dari kembarannya.

Sejak bayi hingga tumbuh menjadi remaja kembar, sekilas memiliki banyak kemiripan dari penampilan fisik, namun tidak semua pasang anak kembar memiliki persamaan dalam perilakunya. Perbedaan yang ada jarang diketahui oleh orang lain, hanya kedua saudara kembar dan keluarga dekat seperti orang tua dan saudara lain dari remaja kembar yang mengetahui perbedaan tersebut. Perilaku anak kembar berbeda dengan anak pada umumnya, menurut Hamdianty (2022) jika anak kembar selalu dikumpulkan bersama-sama, hal tersebut kemungkinan besar akan menjadi super dekat atau sebaliknya, masing-masing anak akan bertindak antagonis bahkan bisa sampai ke tingkat ekstrim untuk menegaskan bahwa dirinya sebagai individu yang memiliki hak sendiri. Kepribadian dan pola perilaku anak kembar akan mengalami perbedaan ketika tumbuh menjadi remaja, hal tersebut dikarenakan masa remaja ini ada beberapa perubahan yaitu adanya perubahan pada keadaan tingkat emosinya, perubahan minat dan peran, perubahan fisik, perubahan perilaku dan nilai-nilai yang kemudian terus berkembang hingga mereka dewasa dan mampu menentukan pilihannya sendiri. Dalam hubungan persaudaraan yang dimiliki remaja kembar sebagian memperlihatkan kepedulian, kerja sama, afeksi, dan dukungan, tetapi sebagian yang lain juga menggambarkan adanya permusuhan, gangguan dan perilaku agresif yang memperlihatkan adanya ketidaksukaan antara satu sama lain.

Perilaku permusuhan, saling mengganggu, dan perilaku agresif lain yang terjadi antara keduanya disebut juga dengan *sibling rivalry*. Hamdianty (2020) dalam penelitiannya, bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan munculnya *sibling rivalry* pada anak kembar yaitu *pertama* sikap orang tua, ketika diperlihatkan sikap berbeda dalam kedekatan antara orang tua dan anak kembar dan berbeda dalam memenuhi kebutuhan anak kembar, maka tak heran apabila terjadi persaingan atau pertengkaran akibat munculnya perasaan marah anak kepada saudaranya. *Kedua* urutan kelahiran, apabila anak kembar tidak menjalankan perannya dengan baik dalam keluarga maka hal tersebut dapat memicu terjadinya pertengkaran antara keduanya, seperti ketika menjadi seorang kakak yang dapat mengayomi sang adik dan sang adik dapat berbagi dengan kakaknya ketika dirinya memiliki sesuatu serta membantu orang tua dalam pekerjaan rumah. *Ketiga* jenis kelamin, adanya reaksi yang berbeda yang ditunjukkan antara hubungan anak laki-laki dan perempuan, jika biasanya anak dengan jenis kelamin sama akan menimbulkan kedekatan yang sangat erat, hal inilah yang seharusnya dimiliki oleh anak kembar, tetapi tidak dipungkiri juga akan menimbulkan perselisihan akibat adanya perasaan memiliki kebutuhan yang sama dan pada anak yang berbeda jenis kelamin akan menimbulkan perselisihan akibat berbedanya peran dan tanggung jawab yang diberikan orang tua. *Keempat* perbedaan usia, adanya egoisme pada anak kembar yang dirasa cukup tinggi. *Kelima* jumlah saudara, perselisihan sebenarnya terjadi bukan karena jumlah saudara melainkan karakter atau sifat yang dimiliki anak. *Keenam* pola asuh, adanya pola asuh otoriter yang dimana anak akan diberikan tekanan dari orang tua dengan aturan dan keinginan yang dimiliki tanpa

mempertimbangkan kemampuan masing-masing anak. dan *Ketujuh* pengaruh eksternal, adanya perbandingan yang dilakukan orang lain terhadap anak kembar, sehingga menimbulkan perasaan iri hati dan cemburu pada.

Problema terkait *sibling rivalry* pada anak kembar tentu memberikan dampak negatif pada kehidupannya. Dampak negatif dari *sibling rivalry* antara lain berpengaruh terhadap keadaan emosinya. Menurut Priatna dan Yulia (dalam Wulandary, 2017) bahwa persaingan yang tetap dibiarkan terjadi secara terus menerus, dipupuk sejak usia dini akan semakin meruncing saat anak tumbuh menjadi dewasa, anak kembar akan menjadi individu yang akan terus bersaing dengan saudaranya sendiri dan mendengki, bahkan sebuah kasus pernah terjadi dimana saudara kandung saling membunuh dengan alasan memperebutkan warisan yang ditinggalkan oleh orang tuanya. Dengan kata lain, apabila persaingan atau *sibling rivalry* sering terjadi maka emosi negatif akan selalu ada di dalam diri remaja kembar.

Menurut Azmi (2015) bahwa masa remaja merupakan transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa, sehingga pada masa inilah remaja akan mengalami perkembangan fisik, mental, sosial dan emosional. Menurut Hurlock (dalam Nasrudin, 2013) bahwa fase remaja secara sosial dan psikologis, berada dalam situasi yang kritis dan peka terhadap lingkungan sekitarnya. Hal tersebut disebabkan karena adanya kecenderungan untuk berada dalam suasana ribut dan berlebihan yang bersifat fisik pada remaja laki-laki dan kecenderungan yang memperlihatkan ekspresi mudah marah, merajuk, keinginan untuk mendapat penghargaan dan perhatian pada anak perempuan (Diananda, 2018).

Perkembangan emosi perlu dipahami dan diperhatikan, karena dimasa remaja kehidupan menjadi semakin kompleks. Jika tidak diperhatikan maka kehidupan yang kompleks ini dapat berakibat buruk terhadap perkembangan emosi individu.

Selanjutnya, Azmi (2015) menyebutkan bahwa perkembangan emosional pada masa remaja sangat penting untuk diperhatikan, karena pada masa ini remaja mengalami perubahan emosi dan banyak permasalahan emosional, seperti tekanan perasaan, frustrasi atau konflik internal maupun eksternal pada diri remaja. Menurut Hulukati (2015) sebagai tempat bagi individu untuk tumbuh dan berkembang, keluarga bertanggung jawab dalam membentuk kepribadian dan karakter pada remaja kembar sejak usia dini, baik itu dari sisi moral, etika dan estetika, ahlak, sosial dan emosi remaja kembar. Saat anak kembar memasuki usia remaja, peran keluarga harus menjadi lebih perhatian lagi, sebab pada masa ini remaja kembar akan dihadapkan dengan banyak permasalahan dan mudah terperosok dalam suasana persaingan, masa remaja dirasakan sebagai masa yang sulit, baik bagi remaja sendiri maupun bagi keluarga dan lingkungannya.

Menurut Susanti (2018) bahwa emosi adalah keadaan yang kuat dan kompleks yang diikuti dengan ekspresi motorik serta terdapat unsur afeksi dan pikiran yang khas, sehingga mempengaruhi perilaku. Keadaan afeksi yang disadari dapat berupa kegembiraan, ketakutan, kebencian, cinta dan sebagainya. Menurut Nadhiroh (2015) emosi-emosi yang terdapat pada seorang individu terbagi menjadi dua, yaitu Emosi Primer dan Emosi Sekunder. Emosi primer yang terdiri dari enam macam emosi, yaitu kegembiraan (*happiness/joy*), ketertarikan (*surprise/interest*), marah, sedih (*sadness/distress*), jijik dan takut. Adapun emosi sekunder merupakan

gabungan dari berbagai bentuk emosi primer dan dipengaruhi oleh kondisi budaya tempat tinggal individu, contohnya rasa malu, bangga, cemas, dan berbagai kondisi emosi lainnya.

Emosi mempunyai arti penting terhadap perkembangan anak, dari usia dini hingga pada tahap perkembangan berikutnya, karena permasalahan akan muncul jika kebutuhan emosional tidak terpenuhi sehingga anak akan selalu memunculkan emosi negatif, seperti marah, iri, dan bersedih. Normal jika anak menunjukkan reaksi emosi yang dirasakan, sebab adanya kemampuan untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada dirinya dengan tepat akan mencapai suatu tujuan yang disebut sebagai regulasi emosi. Menurut Gross (2014) bahwa regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan individu yang mengacu pada pembentukan emosi dan pengalaman atau bagaimana seseorang mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat. Regulasi emosi memperhatikan bagaimana individu dapat mengatur emosi, bukan bagaimana emosi yang mengatur individu. Bagi individu yang memiliki kemampuan dalam meregulasi emosi, akan mendapatkan energi positif dalam menghadapi lingkungan dan membuat individu akan merasa diterima secara sosial.

Regulasi emosi yang tepat meliputi kemampuan untuk mengatur perasaan, reaksi fisiologis, kognisi yang berhubungan dengan emosi dan reaksi yang berhubungan dengan emosi (Shaffer, dalam Rubiani & Shirley, 2018). Menurut Fitri dan Bunga (2017) bahwa anak sudah mencapai kematangan emosi apabila berhadapan dengan suatu masalah, lalu anak akan menilai secara kritis tanpa tergesa-gesa untuk merespon dengan emosi terlebih dahulu. Dengan kata lain,

bahwa anak sudah mampu mengontrol emosinya didepan orang lain dan mampu memilih waktu yang lebih tepat untuk memperlihatkan emosi dalam menyelesaikan masalah. Menurut Gross (dalam Rubiani dan Shirley, 2018) menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia, maka kemampuan regulasi emosi akan semakin baik pula. Dengan kata lain, kemampuan regulasi emosi pada remaja akan semakin baik pada saat usia remaja tersebut semakin mendekati usia dewasa awal.

Menurut Rubiani dan Shirley (2018) bahwa tidak sedikit juga remaja yang belum mampu melakukan regulasi emosi dengan baik dan benar. Pada saat remaja dihadapkan pada suatu permasalahan atau konflik, remaja belum mampu merespon dengan baik efek emosional yang dirasakannya, remaja masih memperlihatkan perasaan tidak aman, takut dan cemas. Hal ini membuat remaja cenderung untuk mengikuti emosinya dalam berbagai tindakan. Hal tersebut tidak jauh berbeda dengan respon emosional pada remaja biasa dengan remaja kembar.

Peneliti melakukan studi pendahuluan terhadap remaja kembar yang mengalami *sibling rivalry*. Adapun studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara secara langsung, hasil dari wawancara tersebut yaitu sepasang remaja kembar identik (*monozygotic*) yang memiliki perbedaan sikap selayaknya saudara kandung biasa. *Sibling Rivalry* yang biasa terjadi adalah pekerjaan rumah, sehingga memunculkan reaksi kekesalan, saling balas marah, menyinggung antara satu dengan yang lain, bertengkar dengan menggunakan menggunakan kata-kata saja tetapi pada suatu waktu pernah saling pukul diantara remaja kembar ini. Permasalahan atau konflik yang dihadapi tidak berlangsung lama tetapi sering terulang kembali, sebab remaja kembar selalu menyelesaikan emosi yang

dirasakan, walaupun sempat saling diam, tidak saling berbicara satu sama lain, dalam waktu dekat remaja kembar ini akan saling berbaikan kembali dan saling melupakan permasalahan yang sebelumnya pernah terjadi. Sehingga strategi regulasi emosi yang digunakan keduanya adalah saling memahami bahwa pertengkaran antara keduanya tidak baik jika tidak bertegur sapa dalam kurun waktu yang lama, sehingga salah satu dari remaja kembar akan berinisiatif menyapa terlebih dahulu dan menganggap bahwa masalah yang menyebabkan pertengkaran sebelumnya tidak pernah terjadi dan kedua orang tuapun membantu untuk meleraikan pertengkaran dengan memberikan nasihat kepada kedua anak kembarnya yang sudah usia remaja (18 Juni 2022).

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa remaja kembar secara fisik terlihat begitu persis, tetapi pada dasarnya tidak ada individu yang benar-benar mempunyai kemiripan yang sama persis karena perbedaan yang ada tidak begitu nampak terlihat, seperti terlihat dari tingkah laku kedua remaja kembar yang memiliki perbedaan pada tingkat pemikiran yang berbeda, sudut pandang dalam menanggapi permasalahan serta urutan lahir yang terbilang begitu dekat saja masih bisa terlihat perbedaan dari segi kematangan emosi dan pendewasaan. Sehingga, tak heran jika kasus *sibling rivalry* masih saja terjadi pada remaja kembar.

Penelitian mengenai strategi regulasi emosi pada remaja kembar yang mengalami *sibling rivalry* penting untuk dibahas. Karena, di fase perkembangan ketika remaja kembar tidak mampu melakukan regulasi emosi saat mengalami *sibling rivalry* dikhawatirkan akan menghambat tugas perkembangan di fase

dewasa awal remaja kembar nantinya. Penelitian ini juga dapat menjadi salah satu sarana untuk meningkatkan kesadaran pada orang tua, anak dan masyarakat pada umumnya agar mampu memahami strategi regulasi emosi pada remaja kembar yang mengalami *sibling rivalry*. Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan yang sudah dijelaskan sebelumnya, peneliti ingin mengetahui bagaimana strategi regulasi emosi pada remaja kembar saat mengalami *sibling rivalry* ?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana strategi regulasi emosi pada remaja kembar yang mengalami *sibling rivalry* dan faktor apa saja yang dapat mempengaruhi *sibling rivalry* pada remaja kembar.

C. Manfaat Penelitian

a. Manfaat secara teoritis

memberikan kontribusi bagi pengembangan psikologi pada umumnya dan psikologi klinis pada khususnya tentang Bagaimana Strategi Regulasi Emosi pada Remaja Kembar Yang Mengalami *Sibling Rivalry*.

b. Manfaat praktisnya

memberikan masukan kepada orang tua dan remaja kembar untuk lebih mengetahui tentang Faktor-faktor Apa saja yang mempengaruhi *sibling rivalry* Pada Remaja Kembar dan Strategi Regulasi Emosi pada Remaja Kembar Yang Mengalami *Sibling Rivalry*.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan tema serupa pernah dilakukan oleh Ni Kadek Ady Maytri Wulandary dan Hamidah (2017). Penelitian tersebut berjudul “Strategi Regulasi Emosi pada Remaja Kembar Identik yang Mengalami *Sibling Rivalry*”.

Penelitian ini tidak dilakukan pada remaja kembar pada umumnya, tetapi yang membedakan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah jika subjek pada penelitian sebelumnya ialah remaja kembar yang berusia 19-20 tahun, sedangkan dalam penelitian ini ialah remaja kembar dengan usia 14 tahun. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada orang tua dan remaja kembar untuk lebih mengetahui tentang faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *sibling rivalry* pada remaja kembar dan strategi regulasi emosi apa saja yang dapat dilakukan pada remaja kembar yang mengalami *sibling rivalry*.