

Regulasi Emosi Pada Penerima Bansos PKH Di Kecamatan Muara Batu Aceh Utara

Emotion Regulation in Pkh Social Assistance Recipients in Muara Batu District, North Aceh

Midatu Aulia¹, Cut Ita Zahara², Rahmia Dewi³

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: cut.itazahara@unimal.ac.id

Abstract: *Bansos PKH is a program of providing conditional assistance to poor and vulnerable families and individuals who are registered in the integrated data of the program for handling the poor which is processed by the social welfare data and Information center. The purpose of this study was to find out the description of Emotion Regulation on Social Assistance recipients in Muara Batu District, North Aceh. This type of research uses a descriptive quantitative approach with univariate analysts which aims to describe the state of Emotion Regulation in social assistance recipients without making a comparison or linking it with other variables. Data obtained through a scale compiled by the researchers themselves. The research subjects totaled 298 beneficiaries of Pkh Social Assistance in Muara Batu District, consisting of 24 villages, by taking samples using a random sampling technique using a Likert scale measuring instrument. The data analysis used is the percentage of frequency distribution. Based on the results of the research data analysis, it was found that the emotional regulation of PKH Social Assistance recipients was low, meaning that individual recipients of PKH social assistance in responding to the problems contained in PKH are still unable to control their emotions properly and accept situations and conditions when there is a delay in disbursing PKH funds*

Keywords: *emotional regulation, Muara Batu sub-district, Social Assistance recipients*

Abstrak: Bansos PKH merupakan program pemberian bantuan bersyarat kepada keluarga dan seseorang miskin dan rentan yang terdaftar dalam data terpadu program penanganan fakir miskin yang diolah pusat data dan informasi kesejahteraan sosial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran Regulasi Emosi pada penerima Bansos Pkh di Kecamatan Muara Batu Aceh Utara. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan analisis univariat yang bertujuan untuk menggambarkan keadaan Regulasi Emosi pada penerima Bansos Pkh tanpa membuat suatu perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lainnya. Data yang diperoleh melalui skala yang disusun oleh peneliti sendiri. Subjek penelitian berjumlah 298 penerima BansosPKH di Kecamatan Muara batu yang terdiri dari 24 desa dengan pengambilan sampel menggunakan teknik snowball sampling dengan menggunakan alat ukur skala Jikert. Analisa data yang digunakan berupa persentase distribusi frekuensi. Berdasarkan hasil analisis data penelitian diperoleh hasil bahwa regulasi emosi pada penerima BansosPKH terlihat rendah, artinya individu penerima Bansos PKH dalam menyikapi permasalahan yang terdapat dalam Pkh masih belum bisa mengontrol emosi dengan baik serta menerima situasi dan kondisi saat terjadi keterlambatan pencairan dana PKH.

Kata kunci: Bansos Pkh, Kecamatan Muara Batu, Regulasi Emosi

Pendahuluan

Menurut BPSA (2022) di Aceh Utara tingkat kemiskinan pada bulan Maret Tahun 2020 sebesar (17,02 ribu jiwa) dan Maret 2021 (17,43 ribu jiwa), dimana Aceh Utara menjadi daerah paling banyak penduduk miskin diprovinsi Aceh dibandingkan dengan 22 kabupaten kota di Aceh lainnya. Dalam rangka percepatan penanggulangan penurunan angka kemiskinan sekaligus meningkatkan kesejahteraan sosial, pemerintah meluncurkan bansos sebagai salah satu wadah sebagai penanggulangan kemiskinan penduduk di Indonesia (BPS, 2020). Program bantuan sosial merupakan salah satu komponen program jaminan sosial yang menjadi bentuk realisasi tanggung jawab pemerintah pusat atau pemerintah daerah yang sangat peduli terhadap kondisi masyarakat miskin dan terlantar ditingkat bawah (Muga dkk, 2020).

Salah satu program bantuan sosial yaitu Bansos PKH (Dinas Sosial Madiun, 2020). Kemudian Lestari dan Talkah (2022) menjelaskan Program Keluarga Harapan (PKH) merupakan program pemberian bantuan bersyarat kepada keluarga dan seseorang miskin dan rentan yang terdaftar dalam data terpadu program penanganan fakir miskin yang diolah oleh pusat data dan

informasi kesejahteraan sosial dan ditetapkan sebagai keluarga penerima manfaat PKH (Pemensos RI Nomor 1 Tahun 2018 pasal 1 Tentang Program Keluarga Harapan).

Kriteria penerima bantuan Bansos PKH yaitu dari keluarga miskin atau pra sejahtera, memiliki anggota keluarga dengan kriteria ibu hamil/menyusui, memiliki anak berusia 0 sampai 6 tahun, memiliki anak dengan kategori pendidikan SD, SMP, SMA, memiliki keluarga lanjut usia minimal 60 tahun, serta penyandang disabilitas diutamakan yang berat (Pamungkas, 2022). Manfaat PKH yaitu suatu akses dalam pemanfaatan pelayanan sosial dasar kesehatan, pendidikan, pangan dan gizi (Pertwi dkk, 2019). Salah satu Kabupaten yang melaksanakan program Bansos PKH adalah Kabupaten Aceh Utara di Kecamatan Muara Batu. Dimana penerapan program tersebut bertujuan untuk mengurangi kemiskinan dengan mendistribusikan kemakmuran untuk melindungi daerah setempat dan masyarakat dari bahaya sosial yang mungkin terjadi dan mengupayakan bantuan pemerintah yang bersahabat untuk kesejahteraan sosial yang lebih tinggi (Kemensos, 2020).

Permasalahan yang terjadi di Kecamatan Muara Batu terkait pemberian

dana yaitu keterlambatan pencairan dana, dana tidak tepat sasaran serta terdapat sebagian masyarakat yang sudah lama tidak mendapatkan bantuan sudah 1 tahun dikarenakan data yang tidak valid sedangkan tahap sebelumnya masih mendapatkan dana tersebut, hal ini dapat menimbulkan emosi dari individu dalam menyelesaikan permasalahan terkait Bansos PKH, serta cara individu menyikapi dan meregulasikan emosi akan berbeda, hal ini akan dilihat dari bagaimana cara setiap individu meregulasikan emosi dengan masalah yang sedang dihadapi.

Hal ini sejalan dengan Yusuf dan Kristiana (2017) menjelaskan bahwa seseorang dengan regulasi emosi yang baik akan mampu berperilaku dengan benar dan menguntungkan dirinya sendiri dan orang lain, sedangkan seseorang dengan regulasi emosi yang rendah akan memunculkan dampak negatif dari ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi karena kurang memahami emosi yang dirasakan dan memahami kejadian yang dialami sehingga menyebabkan kesulitan memodifikasi emosi untuk penyelesaian masalah yang dihadapi.

Studi awal yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan menyebarkan kuesioner terhadap 30 ibu penerima Bansos PKH di Kecamatan Muara Batu Aceh Utara terkait dengan regulasi emosi,

berdasarkan hasil penyebaran tersebut di dapatkan bahwa terdapat 2 indikator dari aspek regulasi emosi yang cenderung rendah dibandingkan dengan indikator yang lain, yaitu pada indikator mampu mengontrol emosi yang dirasakan dan respon emosi yang ditampilkan dengan persentase yang menjawab iya 53% sedangkan yang menjawab tidak 47%. Kemudian indikator dapat menerima peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dengan persentase yang menjawab iya 55% sedangkan yang menjawab tidak 45%. Berdasarkan hasil pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa kecukupan dana bantuan sosial terhadap masyarakat, serta dapat/ tidak dapatnya bantuan tersebut terpenuhi dapat dilihat dari gambaran regulasi emosi pada setiap individu yang bersangkutan. Oleh karena itu hal ini yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait "Gambaran Regulasi Emosi Pada Penerima Bansos-PKH Di Kecamatan Muara Batu Aceh Utara.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Kemudian penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif. . Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik non probability

sampling yang dilakukan dengan menggunakan teknik snowball sampling, Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 1.317. Sampel yang ambil dihitung menggunakan rumus Isaac dan Michael. Penelitian ini menggunakan

penyebaran kuesioner. Adapun alat ukur yang digunakan yaitu skala regulasi emosi yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan 4 aspek yang di kembangkan oleh Gross (2014).

Hasil

Regulasi emosi pada ibu penerima bansos PKH di kecamatan muara batu aceh utara diketahui mean empirik regulasi emosi berjumlah 97,07 dan standar devasinya berjumlah 15,405. Sehingga, dibuat hasil pada tabel kategorisasi yang memberikan gambaran tingkat regulasi emosi sebagai berikut.

Table1. Regulasi Emosi pada Penerima Bansos PKH di Kecamatan Muara Batu Aceh Utara

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > M + 2$	Tinggi	144	38,3%
$X < M - 2$	Rendah	164	55,0%
	Missing	20	6,7%
	Total	298	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, dapat dilihat bahwa regulasi emosi pada penerima Bansos PKH yang memiliki kategori tinggi sebanyak 114 orang (38,3%), dan terdapat 164 orang (55,0%) dikategori rendah. Dengan demikian maka dapat diketahui bahwa mayoritas subjek penelitian tergolong memiliki tingkat Regulasi Emosi yang rendah.

Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian, regulasi emosi pada penerima Bansos PKH dengan kategori tinggi berjumlah 114 (38,3%) sedangkan kategori rendah yaitu 164 (55,0%), jadi dapat disimpulkan bahwa pada sampel penelitian ini regulasi emosi pada penerima Bansos-Pkh sebagian besar memiliki kategori rendah, artinya penerima Bansos-Pkh sulit untuk

meredakan amarah saat mengetahui masalah keterlambatan dalam pencairan dana Pkh, serta kurangnya kemampuan dalam meregulasikan emosi dengan baik sehingga saat terdapat keluhan terkait Pkh lebih menunjukkan emosi secara negatif. Yusuf dan Kristiana (2017) menjelaskan bahwa seseorang dengan regulasi emosi yang rendah akan memunculkan dampak negatif dari ketidakmampuan dalam

mengendalikan emosi karena kurang memahami emosi yang dirasakan serta memahami kejadian yang dialaminya.

Kemudian berdasarkan hasil tabel kategorisasi aspek, persentase dengan nilai tinggi terdapat pada aspek *Engaging in goal directed behavior* dengan berjumlah 129(43,3%) sedangkan persentase kategori rendah terdapat pada aspek *control emotional responses* berjumlah 24(8,1%).

Menurut Gross (2007) individu yang melakukan regulasi emosi, tanpa sadar dengan cepat mengalihkan perhatiannya dari situasi yang berpotensi mengganggu, berdasarkan kategori dengan persentase tinggi, yaitu aspek *Engaging in Goal Directed Behavior*, yaitu kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakan sehingga dapat tetap berfikir positif (Gross, 2007), hal ini yang diterapkan oleh sebagian besar individu penerima Pkh dengan mengalihkan perhatian ke hal-hal yang dapat menghilangkan emosi yang negatif sehingga ketika mengetahui kendala dalam penyaluran dana individu dapat meredakan emosinya serta dapat melakukan aktivitas seperti biasanya.

Selanjutnya, aspek dengan nilai persentase rendah yaitu *Control*

Emotional Respon. Grats dan Roemer (2008) menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan dalam penerimaan emosi, mengendalikan tingkah laku yang implusif, dan membuat strategi guna untuk mengatur emosi, namun dari hasil persentase yang rendah dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian dari individu penerima PKH memiliki kontrol emosi yang kurang baik sehingga saat mengetahui kabar keterlambatan dana dalam Pkh membuat individu marah dan tidak menerima jika sebagian dari warga sudah mengambil bantuan sedangkan mereka masih harus menunggu tahap berikutnya.

Selanjutnya berdasarkan kategori usia, nilai persentase tinggi terdapat pada usia dewasa Madya dengan jumlah 60 (38,5%), dimana dalam tahapan usia dewasa madya individu akan melalui masa pemantapan untuk melatih diri dan terus belajar dari masalah yang dihadapinya, serta pembelajaran tersebut sudah menjadi bagian dari kehidupannya (Nofriza, 2020). Hal ini diperkuat oleh pendapat Gross (2014) menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia individu maka semakin baik pula regulasi emosinya.

Selanjutnya ditinjau dari jumlah tanggungan dalam keluarga, subjek dalam penelitian ini memiliki (1-6) jumlah

tanggung dalam keluarga. Dimana hasil persentase dengan jumlah tanggungan keluarga 2 orang memiliki tingkat persentase paling mendominasi dengan jumlah 32 (42,7%), sedangkan persentasi rendah terdapat pada jumlah tanggungan keluarga 6 orang berjumlah 12 (41,4%). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa hipotesis diterima, artinya terdapat pengaruh positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga terhadap regulasi emosi dimana semakin tinggi skor keberfungsian keluarga maka semakin tinggi pula skor regulasi emosi.

Untuk memperkuat hasil penelitian yang sedang diteliti, Menurut Adiana & Karmini (2012) menyatakan bahwa semakin sedikit anggota keluarga akan semakin sedikit pula kebutuhan yang harus terpenuhi, sebaliknya semakin banyak jumlah anggota keluarga maka akan semakin banyak kebutuhan yang harus di penuhi. Keberfungsian keluarga menjadi faktor terpenting yang cukup mempengaruhi emosional antara anggota keluarga (Saptari, 2022).

Selanjutnya ditinjau dari pendidikan terakhir para penerima Bansos-Pkh, berdasarkan hasil persentase menunjukkan bahwa persentase pada

tingkat SMP memiliki regulasi emosi tinggi 50 (42,7%) dengan persentase rendah berjumlah 58 (49,6%), sedangkan jumlah persentasi rendah terdapat pada pendidikan SD dengan jumlah persentase tinggi 28 (31,5%) dan persentase rendah berjumlah 52 (58,4%). Hal ini dikaitkan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Laksono & Wimbo (2012) yang meneliti tentang Hubungan Antara Kematangan Emosional Wanita Paruh Baya(dewsa madya) dan Tingkat Pendidikan, penelitian sebelumnya berbeda dengan penelitianyang sedang saya teliti dan merujuk pada kematangan regulasi emosi pada dewasa madya, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita di usia dewasa madya lebih matang secara emosional biasanya berasal dari tingkat pendidikan yang lebih tinggi, sebaliknya wanita di usia dewasa madya kurang matang secara emosional rata-rata pmemiliki tingkat pendidikan terakhir yang lebih rendah.

Akan tetapi hasil penelitian menunjukkan hasil regulasi tinggi terdapat pada tingkat pendidikan SMP dimana diperkuat oleh pernyataan Becker (1964) perkembangan kematangan emosionalpada diri seseorang akan secara alami muncul dengan bertambahnya usia individu,

artinya kematangan emosional pada diri individu dipengaruhi pada tingkat pertumbuhan masing-masing individu serta kematangan fisiologis dari masing-masing individu, sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor diluar dari pertambahan usia pada diri individu seperti tingkat pendidikan kecil kemungkinan memengaruhi emosi pada individu.

Penjelasan Becker ini diperkuat oleh penelitian yang diteliti oleh Darti (2003), yang menyimpulkan bahwa perempuan/ibu-ibu yang telah bergabung dalam kelompok pengajian secara rutin di Depok memiliki tingkatan ketahanan emosional /meregulasikan emosi yang lebih tinggi serta tingkatan paling dominan pendidikan terakhir subjek yaitu SMP/ sederajat.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan bahwa penerima bansos PKH yang ada di kecamatan muara batu aceh utara tergolong dalam kategori rendah hal ini berarti penerima bansos PKH tidak mengalami regulasi emosi.

Saran

Bagi penerima bansos PKH yang memiliki tingkat Regulasi Emosi yang tinggi disarankan agar dapat mempertahankan cara mengontrol emosi serta mengelola emosi dengan regulasi emosi rendah dapat mengembangkan diri untuk memiliki kesadaran emosi yang harusnya ditampilkan agar tidak salah dalam mengambil keputusan.

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema yang sama diharapkan untuk mengambil metode lainnya seperti kualitatif agar lebih mendetail dalam menggali permasalahan terkait regulasi emosi, dan jika ingin mengambil metode kuantitatif sebaiknya dengan pendekatan penelitian seperti eksperimen agar dapat memberikan treatment pelatihan yang terkait dengan tahapan *regulasi emosi* agar lebih mendetail untuk mendalami tahapan *regulasi emosi*. Peneliti sebaiknya melihat waktu luang agar dalam proses pengisian kuesioner individu penerima Bansos-Pkh lebih fokus dan tidak terganggu pikiran dengan hal lain.

Referensi

- Adiana, P. P. E., & Karmini, N. L. (2012). *Pengaruh Pendapatan, Jumlah Anggota Keluarga, dan Pendidikan Terhadap Pola Konsumsi Rumah Tangga Miskin di Kecamatan Gianyar*. *Ekonomi Pembangunan*, 39–48.
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Persentase Rencana Anggaran Untuk Belanja Fungsi Perlindungan Sosial Pemerintah Pusat (Persen)*. bps.go.id. https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data/0000/data/1611/sdgs_10/3
- Badan Pusat Statistik Provinsi Aceh. (2022). *Persentase Penduduk Miskin 2020-2022*. aceh.bps.go.id. <https://aceh.bps.go.id/indicator/23/42/1/persentase-penduduk-miskin.html>
- Becker, G. 1964. *Human Capital*. New York, Columbia: University Press. Coon D. (2005). *Psychology a journey* (2nd ed.). USA: Thomson Wadsworth.
- Darti. (2003). *Sikap Terhadap Perkawinan Pada Wanita Ditinjau dari Persepsi terhadap Pengembangan Karier*. Skripsi (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata, Semarang.
- Gross, J. J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*. New York: The Guilford Press
- Muga, M. P. L., Kiak, N. T., & Maak, C. S. (2021). Dampak Penyaluran Bantuan Sosial Tunai Pandemi Covid-19 (Studi Kasus di Kelurahan Sikumana – Kota Kupang). *OECOMICUS Journal of Economics*, 5(2), 105–112. <https://doi.org/10.15642/oje.2021.5.2.105-112>
- Nofriza, F. (2020). Mempersiapkan Diri Memasuki Dewasa Awal. 22 Agustus. <https://fkip.uhamka.ac.id/gallery-kegiatan/wacana/mempersiapkan-diri-memasuki-dewasaawal/>
- Pamungkas, B. (2022). *Syarat Penerima PKH 2022 Beserta Besaran Dana Bantuannya*. depok.pikiran-rakyat.com. <https://depok.pikiran-rakyat.com/ekonomi/pr-093881370/syarat-penerima-pkh-2022-beserta-besaran-dana-bantuannya>
- Pertiwi, I. P., Ferdinandus, F., & Limantara, A. D. (2019). Sistem Pendukung Keputusan Penerima Program Keluarga Harapan (PKH) Menggunakan Metode Simple Additive Weighting. *Jurnal Teknik Informatika, Sistem Informasi, dan Ilmu Komputer*, 8(2), 182–195. <https://doi.org/10.47047/ct.v8i2.46>
- Saptari, Riza Tries (2022) *Keberfungsian Keluarga Dan Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Self-Injury Pada Remaja*. Undergraduate (S1) thesis, Universitas Muhammadiyah Malang
- Yusuf, P. M., & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Memaafkan pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Empati*, 7(3), 98–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2017.19737>