

Relationship Between Parent Child Attachment and Interpersonal Communication With Emosional Regulation in Junior High School Muhammadiyah 5 Tulangan

[Hubungan Antara Kelekatan Orang Tua – Anak dan Komunikasi Interpersonal dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan]

Annisa Nurdiana¹⁾, Hazim^{*,2)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: hazim@umsida.ac.id

Abstract. *The purpose of this research is to determine the relationship between parental attachment, interpersonal communication and emotional regulation. This research uses quantitative correlational methods for the relationship between parent-child attachment, interpersonal communication, and emotional regulation in Muhammadiyah 5 Tulangan Middle School students. Sample determination using Isacc and Michael tables with a level of 5% using simple random sampling techniques. The research population consisted of 359 students and the sample selected was 177 children. Research data collection used Armsden & Greenberg which was adapted by (Soimatul 2022) the Parent-Child Attachment scale with a reliability value of 0.770, the Interpersonal Communication scale used DeVito's theory which has been adapted by (Cahayantara 2021) with a reliability value of 0.814, and the Emotion Regulation scale used Thamson's theory. has been adapted by (Pamila 2021) with a reliability value of 0.814. The data analysis technique uses multiple correlation analysis and is calculated using the JASP program. The results of this study show $R=0.355$, $p\text{-value} < .001$ that Parent-Child Attachment has a significant relationship with Emotion Regulation. The research results show $R=0.295$, $p\text{-value} < .001$ that Interpersonal Communication has a significant relationship with Emotion Regulation.*

Keywords - Parent Child Attachment, Interpersonal Communication, Emotion Regulation

Abstrak. *Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kelekatan orang tua, komunikasi interpersonal dengan regulasi emosi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk hubungan antara kelekatan orang tua-anak, komunikasi interpersonal, dan regulasi emosi pada siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan. Penentuan Sampel menggunakan tabel Isacc dan Michael dengan taraf 5% menggunakan teknik simple random sampling. Populasi penelitian terdiri dari 359 siswa dan sampel dipilih sebanyak 177 anak.. Pengumpulan data penelitian menggunakan Teori Armsden & Greenberg yang telah diadaptasi oleh (Soimatul 2022) skala Kelekatan Orang tua – Anak dengan nilai reliabilitas sebesar 0,770, skala Komunikasi Interpersonal menggunakan Teori DeVito yang telah Diadaptasi oleh (Cahayantara 2021) dengan nilai reliabilitas sebesar 0,814, dan skala Regulasi Emosi menggunakan teori dari Thamson yang telah diadaptasi oleh (Pamila 2021) dengan nilai reliabilitas sebesar 0,814. Teknik analisis data menggunakan analisa korelasi berganda dan dihitung menggunakan bantuan program JASP. Hasil penelitian ini menunjukkan $R=0,355$, $p\text{-value} < .001$ bahwa Kelekatan Orang tua - Anak memiliki hubungan yang signifikan dengan Regulasi Emosi. Hasil Penelitian menunjukan $R=0,295$, $p\text{-value} < .001$ bahwa Komunikasi Interpersonal memiliki hubungan yang signifikan dengan Regulasi Emosi.*

Kata Kunci – Kelekatan Orang Tua Anak, Komunikasi Interpersonal, Regulasi Emosi

I. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa pada manusia. Sejumlah perubahan perkembangan terjadi pada masa remaja, antara lain perubahan biologis seperti perubahan fisik, perubahan kognitif yang mempengaruhi kecerdasan, dan perubahan sosio-emosional terkait regulasi emosi menurut Santrok dalam jurnal [1]. Remaja cenderung mudah berubah emosi dan sering terjadi peristiwa-peristiwa di luar kendalinya dan dapat menimbulkan akibat yang negatif menurut Sembiring & Tarigan 2022, [2]. Keluarga tidak hanya merupakan unit dasar masyarakat, tetapi juga merupakan tempat penting bagi perkembangan fisik dan mental anak. Dalam sebuah keluarga, proses pertumbuhan dan perkembangan dimulai ketika seseorang berinteraksi dengan keduaorang tuanya, mempelajari berbagai peristiwa, mengenali perbedaan, dan mengatasi pengaturan emosi jika terjadi konflik.

Regulasi emosi merupakan serangkaian keterampilan yang dimiliki seseorang untuk memantau, mengenali, dan menilai emosinya guna mencapai tujuan tertentu Menurut Thamson [3]. Regulasi emosi melibatkan berbagai strategi yang dapat dilakukan baik secara sadar maupun tidak sadar untuk mengelola dan meningkatkan perasaan, mengelola, dan menurunkan respon emosional Menurut Gross & John [4]. Emosi negatif seperti stres, depresi, kesedihan, kemarahan, kekecewaan, dan keputusan memang tidak bisa sepenuhnya dihindari. Untuk menghadapi berbagai situasi stres dan mengurangi dampak psikologis yang negatif, remaja perlu belajar mengelola emosinya. Regulasi emosi ini bukan dimaksudkan untuk mencegah remaja merasakan berbagai emosi tersebut, melainkan untuk mengatur intensitas dan ekspresinya supaya tidak menimbulkan dampak negatif bagi diri sendiri maupun orang lain.

Remaja yang belum memahami emosi dan peristiwa yang dialaminya akan kesulitan mengubah emosinya ketika menghadapi masalah yang dihadapinya. [5]. Dampak negatif dari kurangnya kemampuan remaja dalam meregulasi emosinya terbawa hingga ke sekolah, dimana anak merasa tidak mau mengikuti proses pembelajaran dan akan melanggar peraturan sekolah. [2]. Menurut Thompson aspek aspek regulasi emosi yakni : memonitor emosi, mengevaluasi emosi dan memodifikasi emosi. Semakin tinggi skor total yang didapatkan akan semakin tinggi pula regulasi emosi, begitu juga sebaliknya [18]

Dari segi kualitas hubungan, kelekatan dengan orang tua memegang peranan penting dalam perkembangan moral remaja. Kelekatan merupakan komponen kunci dalam perkembangan emosional, sosial, dan kognitif anak [7]. Menurut Utami dan & Pratiwi 2021 Kelekatan adalah kecenderungan manusia untuk membentuk hubungan yang kuat dan penuh kasih sayang dengan orang lain, sering kali diungkapkan melalui ikatan emosional melalui interaksi dengan orang-orang penting dalam hidup kita, seperti orang tua. Kelekatan merupakan bentuk ikatan emosional yang membangun rasa aman dalam hubungan yang ada dan mengungkapkan ikatan kasih sayang yang mendalam [7]. Menurut Armsden dan Greenberg 2009 berlandaskan teori dari John Bowlby. Hubungan kelekatan orangtua pada anak ada tiga aspek yaitu a.) Trust (Kepercayaan), b.) Communication (Komunikasi), dan c.) Alienation (Pengasingan) [19]

Regulasi emosi bisa dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor biologis, psikologis, usia, budaya, agama, dan lingkungan keluarga. Selain itu, faktor-faktor seperti pola asuh, komunikasi dengan orang tua, dan pengaruh kurangnya dukungan dari orang-orang di sekitar dapat membuat anak sulit merespons dan mengatur keadaan emosinya sendiri sehingga mengurangi kemampuannya dalam mengatur emosinya. [2]. Komunikasi interpersonal berpusat pada kualitas komunikasi yang terjalin antar individu [8]. Menurut Hidayat 2017 Komunikasi interpersonal adalah kegiatan pertukaran pesan dan kesan antara dua orang atau lebih berdasarkan perasaan saling pengertian, saling menghormati, dan cinta. [9]. Hubungan interpersonal yang efektif meliputi keterbukaan, empati, sikap suportif, sikap positif, dan kesetaraan sehingga membuat remaja merasa dihargai dan menumbuhkan kematangan emosi. [3].

Ketika orang tua memperhatikan kemampuan dan keberanian anak dalam mengambil keputusan, mereka dapat secara efektif menjalin hubungan komunikasi dalam keluarga. Komunikasi yang intensif antara orang tua dan anak sangat berkontribusi terhadap efektivitas hubungan psikologis dan menghindari hal yang bersifat sepihak dalam pengasuhan. menurut Tri Endang Jatmikowati [10]. Menurut DeVito Aspek-aspek kemampuan komunikasi interpersonal, yaitu: a.) Keterbukaan, b.) Empati, c.) Sikap Suportif d.) Sikap Positif, e.) Kesetaraan [20].

Hubungan antara cara anak meregulasi emosinya dipengaruhi oleh dukungan yang diberikan oleh orang tua serta tingkat kelekatan emosional antara mereka. Saat hubungan kelekatan terbentuk selama masa remaja, hal ini mempengaruhi pembentukan persahabatan anak. Persahabatan tersebut diperkuat oleh kepercayaan, penerimaan, dan komunikasi yang intens antara orang tua dan anak. Akibatnya, anak merasakan ketergantungan, keamanan, dan kenyamanan yang berperan penting dalam perkembangannya. [1]. Dengan komunikasi yang terbuka, akan timbul sikap saling memahami dan menghargai di dalam keluarga. Orang tua perlu membangun hubungan komunikasi yang baik dengan anak-anak mereka agar dapat mendukung perkembangan serta kesejahteraan emosional dan sosial anak-anak tersebut. Menurut Samudra et al., 2022 Komunikasi ini dapat melibatkan ekspresi emosi baik dalam situasi positif maupun negatif, yang akan memberikan anak-anak rasa nyaman dan aman [2]. Menurut Groz 2007 Ada faktor dalam diri dan luar diri yang memengaruhi bagaimana seseorang mengatur emosinya. Faktor dalam diri meliputi temperamen, yang merupakan sifat bawaan yang terlihat sejak lahir dan berpengaruh sepanjang hidup. Sistem saraf dan fisik juga termasuk faktor dalam diri karena keduanya membantu dalam mengatur emosi. Sementara itu, faktor luar diri mencakup cara orang tua mendidik dan hubungan kelekatan antar individu yang juga berpengaruh terhadap regulasi emosi. [12].

Perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian sebelumnya dengan judul “Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Remaja Orang Tua Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMK” adalah terdapat pada populasinya. Pada penelitian sebelumnya yang menjadi populasi adalah siswa SMKN 5 Semarang sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan dengan populasi Siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan dan peneliti akan menambahkan variabel pola kelekatan orang tua sebagai tambahan variabel X1 dan komunikasi interpersonal sebagai variabel X2. Persamaan dari kedua penelitian ini adalah meneliti variabel Y dan X yang sama yaitu regulasi emosi dan komunikasi interpersonal. Penelitian yang dilakukan oleh Choirunnisa Dkk [3] yaitu Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Remaja Orang Tua dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMKN 5 Semarang menyatakan bahwa siswa sebanyak 151 siswa (68,5%) dari 220 siswa. memiliki kemampuan dalam memonitor emosi, mengevaluasi emosi, dan memodifikasi emosi.

Hasil Survey Awal variabel Y (Regulasi Emosi) pada siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan Berdasarkan hasil survei awal pada 25 Siswa mengenai variabel regulasi emosi dengan aspek - aspek yang digunakan untuk menilai kemampuan regulasi emosi seseorang, berikut adalah kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil pertanyaan yang diajukan: Memonitor Emosi: Mayoritas responden (87,5%) menyatakan bahwa mereka berusaha untuk mengambil pelajaran dari pengalaman saat melakukan hal yang mengecewakan, menunjukkan kemampuan untuk mengontrol dan mengelola respon emosi secara adaptif. Mengevaluasi Emosi: Sebagian besar responden (62,5%) mengindikasikan bahwa mereka akan menggunakan strategi mengunjungi tempat seperti pantai, gunung, atau mendengarkan musik untuk menenangkan diri saat pikiran sedang kacau. Memodifikasi Emosi: Semua responden (72,2%) menyatakan keyakinan bahwa mereka dapat menyelesaikan masalah seberat apapun yang mereka hadapi, menunjukkan keterlibatan dalam perilaku yang bertujuan dalam menghadapi tantangan. Berdasarkan survey awal pada siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan menunjukkan pola regulasi emosi yang mencakup tantangan dalam penerimaan dan pengaturan emosi, namun juga menunjukkan kurangnya dalam mengelola respon emosi mereka.

Penentuan variabel kelekatan orang tua-anak dan komunikasi interpersonal dalam penelitian ini dikarenakan kelekatan adalah ikatan emosional yang erat diantara dua orang [13]. Berdasarkan teori kelekatan yang diperkenalkan oleh John Bowlby dan dikembangkan oleh Mary Ainsworth, Hubungan erat dengan orang tua berpengaruh besar pada perkembangan emosional dan sosial anak. Anak yang terikat erat dengan orang tua cenderung merasa lebih aman secara emosional dan membangun hubungan sosial yang lebih baik. [13]. Menurut Lestari komunikasi Komunikasi dalam keluarga sangat penting untuk perkembangan anak karena membantu mereka belajar cara bersosialisasi dan mengatur emosi, baik di dalam keluarga maupun di luar. Pentingnya komunikasi ini semakin bertambah ketika anak memasuki masa remaja. Pada saat ini, anak sering kali memiliki pendapat yang berbeda dengan orang tua dan mencoba untuk menantang otoritas mereka. Oleh karena itu, komunikasi memainkan peran kunci dalam mengatasi perbedaan persepsi yang muncul dalam hubungan antara orang tua dan anak remaja. [3]

Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) merilis data kejadian bullying di sekolah pada tahun 2023. Tercatat 23 insiden intimidasi dari Januari hingga September. Dari 23 kasus tersebut, 50% terjadi di SMP, 23% di SD, 13,5% di SMA, dan 13,5% di SMK. Berdasarkan kasus tersebut sebagian besar remaja kehilangan kendali atas emosi mereka akibat kurangnya pembelajaran sosial dan emosional pada jenjang SMP [14].

Berdasarkan analisis yang telah dipaparkan terkait komunikasi orang tua yakni pentingnya kelekatan orang tua – anak dan komunikasi interpersonal orang tua dan remaja dan peneliti ingin menyelidiki hubungan antara komunikasi interpersonal dan regulasi emosi pada siswa SMP, yang berperan dalam pemahaman emosi yang mempengaruhi pengelolaan emosi individu. Berdasarkan permasalahan yang di rumuskan diatas, maka pertanyaan yang muncul dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. (1) Apakah ada hubungan antara kelekatan orang tua – anak dengan regulasi emosi regulasi emosi pada anak SMP Muhammadiyah 5 Tulangan, Apakah ada hubungan antara komunikasi interpersonal dengan regulasi emosi pada anak SMP Muhammadiyah 5 Tulangan. (2) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan positif antara kelekatan orang tua – anak dengan regulasi emosi pada siswa smp, dan untuk mengetahui apakah ada hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan regulasi emosi.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional untuk mengidentifikasi sejauh mana variasi dari variabel berhubungan dengan variabel lain berdasarkan koefisien korelasi. Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel, variabel independen (X1) yaitu Kelekatan Orangtua – Anak variabel independen (X2) yaitu Komunikasi interpersonal dan variabel dependen (Y) yaitu Regulasi Emosi.

Peneliti menggunakan teknik probabilitas sampling dengan metode simple random sampling dalam menentukan sampel penelitian. Teknik ini dilakukan dengan cara memilih anggota sampel secara acak dari populasi. [17]. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan yang berjumlah 359 siswa. Penelitian ini menggunakan taraf 5 % yang dikembangkan oleh Issac dan Michael untuk menentukan jumlah sampel, dan sampel penelitian ini siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan yang berjumlah 177 Siswa.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa 3 skala psikologi untuk mengidentifikasi hubungan antara Kelekatan orang tua – anak dan Komunikasi Interpersonal terhadap regulasi emosi pada siswa SMP. Untuk mengukur Regulasi Emosi menggunakan adaptasi dari Thamson dalam penelitian (Pamila 2021) yaitu: a.) memonitor emosi, b.) mengevaluasi emosi dan c.) memodifikasi emosi. Skala Regulasi Emosi yang terdiri dari 36 aitem yang telah diuji reabilitasnya menggunakan Cronbach Alpha menghasilkan nilai sebesar 0.814 dan nilai validitasnya berkisar antara 0.324 hingga 0.605. Skala Pola Kelekatan Orang Tua – Anak komunikasi adaptasi Amrden dan Greenberg (dalam penelitian Shoimatul 2022) a.) communication, b.) kepercayaan(trust), dan c.) keterasingan (alienation). Terdiri dari 28 aitem yang telah diuji reabilitasnya menggunakan Cronbach Alpha yang menghasilkan nilai sebesar 0.770 dan nilai validitasnya berkisar 0.344 hingga 0.562. Skala Komunikasi Interpersonal adaptasi Devito (dalam penelitian Chayantara 2021) , yaitu: a.) Keterbukaan, b.) Empati, c.) Sikap Suportif d.) Sikap Positif, e.) Kesetaraan. Terdiri dari 20 aitem yang telah diuji reabilitasnya menggunakan Cronbach Alpha yang menghasilkan nilai sebesar 0.814 dan nilai validitasnya berkisar 0.309 hingga 0.621.

Ketiga skala menggunakan model penskalaan likert yaitu skala yang berisi pernyataan favorable dan unfavorable disertai dengan empat pilihan yakni setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan juga sangat tidak setuju (STS). Kemudian diberikan skor pernyataan *favorable* adalah STS = 1, TS = 2, S = 3, SS = 4 dan skor pernyataan *unfavorable* adalah STS = 4, TS = 3, S = 2, SS = 1. Analisis data menggunakan korelasi Product Moment dan dihitung menggunakan bantuan program JASP.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Berdasarkan pengujian prasyarat analisis yang dilakukan meliputi uji normalitas dan linearitas, serta uji hipotesis. Uji normalitas dan linearitas dilakukan untuk menentukan apakah data yang dianalisis memiliki distribusi normal atau tidak. Sedangkan uji hipotesis dilakukan untuk menentukan apakah pernyataan hipotesis yang ditentukan akan diterima atau ditolak berdasarkan hasil analisis. Berikut hasil akan dijabarkan hasil uji normalitas dan linear pada tabel:

Tabel 1. Uji Normalitas

Shapiro-Wilk Test for Multivariate Normality	
Shapiro-Wilk	p
0.980	0.012

Sumber: JASP

Berdasarkan tabel 1 menunjukan terdapat hasil uji normalitas diatas dapat diketahui bahwasannya ketiga variabel pada penelitian ini memiliki nilai *p-value* sebesar <0.012 ($\text{sig} > 0,05$) dan nilai Signifikan sebesar 0.980. Maka hasil Uji Normalitas berdistribusi tidak normal karena *p-value* $0,012 < 0,05$. Selanjutnya peneliti melakukan uji linieritas menggunakan teknik ANOVA pada program JASP.

Tabel 2. Uji Linieritas

ANOVA						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	1601.582	2	800.791	15.660	< .001
	Residual	8897.853	174	51.137		
	Total	10499.435	176			

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan uji linieritas pada variabel *Kelekatan orang tua - anak* (X_1), dan Komunikasi Interpersonal (X_2) dengan Regulasi Emosi (Y) dapat diketahui dimana $F = 15,600$ dan $p\text{-value} < .001$ yang artinya memiliki hubungan linier.

Uji Hipotesis

Tabel 3. *Spearman's Correlations*

Spearman's Correlations							
			n	Spearman's rho	p	Effect size (Fisher's z)	SE Effect size
Regulasi Emosi	-	Komunikasi Interpersonal	177	0.295	< .001	0.304	0.077
Regulasi Emosi	-	Kelekatan Orang Tua - Anak	177	0.355	< .001	0.371	0.078

Berdasarkan hasil uji hipotesis tabel 3 menggunakan *Spearman's rho* sebagai alternatif koefisien Korelasi *Pearson's* ketika data hasilnya tidak normal atau dari salah satunya tidak kontinu. Serta dengan melihat tabel besaran efek diatas untuk mengetahui kategori koefisien korelasinya mulai dari sangat kecil hingga besar. Maka berdasarkan tabel diatas dapat diketahui hasil uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa variabel *Komunikasi Interpersonal* (X_2) dengan *Regulasi Emosi* (Y) memiliki nilai signifikansi sebesar 0.295 yang artinya data interpretasi termasuk dalam kategori korelasi besar, $p\text{-value} < .001$ bernilai lebih rendah dari $< 0,05$, sehingga dapat dinyatakan terdapat positif hubungan yang antara variabel *Komunikasi Interpersonal* dengan *School Wellbeing*. Sedangkan variabel hasil uji hipotesis kedua *Kelekatan Orang tua - Anak* (X_1) dengan *Regulasi Emosi* (Y) memiliki nilai signifikansi 0.355 yang artinya data interpretasi termasuk dalam kategori korelasi diatas sedang, $p\text{-value} < .001$ bernilai lebih rendah dari $< 0,05$. Sehingga dapat dinyatakan terdapat hubungan positif antara variabel *Kelekatan Orang Tua Anak* dengan *Regulasi Emosi*.

Tabel 4. Besaran efek terlihat pada koefisien korelasi:

Uji	Penghitungan	Sangat kecil	Kecil	Sedang	Besar
Korelasi	Koefisien korelasi (r)	<0,1	0,1	0,3	0,5
	Spearman's ρ	<0,1	0,1	0,3	0,5
	Kendall's τ	<0,1	0,1	0,3	0,5
Regresi majemuk	Koefisien korelasi majemuk (R)	<0,1	0,1	0,3	0,5

Berdasarkan tabel 4 Besaran Efek diatas digunakan untuk menunjukan kategori koefisien korelasinya mulai dari sangat kecil hingga besar. Maka berdasarkan tabel diatas dapat diketahui hasil Besaran Efek pada uji hipotesis pertama yang menunjukkan bahwa variabel *Kelekatan Orang tua - Anak* (X_1) dengan *Regulasi Emosi* (Y) termasuk kedalam kategori korelasi sedang. Sedangkan variabel hasil uji hipotesis kedua *Komunikasi Interpersonal* (X_2) dengan *Regulasi Emosi* (Y) termasuk kedalam kategori korelasi diatas sedang.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis pertama yang dilakukan menggunakan teknik analisa data korelasi *Product Moment* dengan diperoleh skor ($r = 0,295$, $p\text{-value} < 0,001$) yang menunjukkan bahwa yang menunjukkan bahwa *Komunikasi Interpersonal* berkorelasi besar memiliki hubungan dengan *Regulasi Emosi* Pada Siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan. Maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lin Una Uci bahwa variabel *Komunikasi Interpersonal* dan *Regulasi Emosi* memiliki hubungan dimana semakin tinggi tingkat komunikasi interpersonalnya, maka semakin tinggi pula regulasi emosi siswa tersebut. Sebaliknya, jika tingkat komunikasi interpersonal siswa rendah, maka tingkat regulasi emosi juga akan menurun. Berdasarkan penelitian Nindita & Nawangsary (2022), empati dalam komunikasi orang tua dapat berhubungan positif dengan keterbukaan remaja, serta membantu orang tua menghindarkan anak dari perilaku nakal dan depresi. Selain itu, orang tua juga memiliki peran dalam memberikan kontrol melalui nasihat kepada anak. [2]

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, komunikasi interpersonal yang tergolong dalam kategori tinggi menunjukkan bahwa siswa SMP 5 Muhammadiyah Tulangan memiliki interaksi yang efisien dengan orangtuanya. Hubungan antara anak dan orangtua berfungsi sebagai sumber emosional dan intelektual bagi anak. Komunikasi interpersonal yang efektif antara remaja dan orangtua memerlukan adanya keterbukaan, empati, dukungan, sikap yang konstruktif, serta prinsip kesetaraan. Menurut (Hurlock, 2014) Remaja yang sanggup mengungkapkan permasalahan dan perasaannya kepada orangtua akan mampu mencapai kedewasaan emosional, begitu pula sebaliknya, orangtua yang mampu memberikan perhatian serta bantuan dalam membantu remaja mengatasi permasalahannya memegang peranan vital dalam mendukung proses perkembangan kedewasaan emosional mereka. [3] Menurut (Adryanzah, 2023) Regulasi emosi dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, usia, budaya, religiusitas, dan keluarga. Pola pengasuhan, komunikasi orang tua, dan lingkungan yang kurang mendukung dapat menghambat kemampuan anak mengelola emosi. [2]

Kurangnya komunikasi interpersonal yang efektif antara anak dan orang tua menjadi salah satu faktor penyebab regulasi emosi remaja yang kurang baik. Menurut Clark dan Shields (2021) Mengungkapkan bahwa salah satu alasan seseorang memiliki regulasi emosi yang buruk adalah akibat dari komunikasi interpersonal yang tidak baik pada individu tersebut. [20]. Komunikasi antara remaja dan orang tua dapat dianggap efektif jika penerima pesan dapat menafsirkan pesan yang disampaikan sesuai dengan maksud pengirim. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi memainkan peran penting dalam menentukan keberhasilan komunikasi. Menurut Willis (2021) Keluarga adalah unit sosial terkecil yang berperan penting dalam tumbuh kembang anak, serta menjadi lingkungan terdekat yang memengaruhi pembentukan kepribadian anak. Selain itu, kondisi lingkungan juga memiliki dampak besar pada perkembangan anak.. [20].

Selanjutnya pada hipotesis kedua variabel Kelekatan orang tua – anak juga memiliki hubungan dengan *Regulasi Emosi* yang ditunjukkan dengan skor ($r = 0,355$, $p\text{-value} = 0,001$) yang menunjukkan bahwa Kelekatan Orang Tua – Anak berkorelasi dan memiliki hubungan dengan *Regulasi Emosi* Pada Siswa SMP Muhammadiyah 5 Tulangan. Maka hipotesis dalam penelitian ini diterima dimana terdapat hubungan positif antara kedua variabel. Hal ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi Kelekatan Orang Tua - Anak maka semakin tinggi pula *Regulasi Emosi* dan jika Kelekatan Orang Tua – Anak Rendah maka akan rendah juga *Regulasi Emosinya*. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Shintia (2022) Variabel kelekatan orang tua dan kecerdasan emosional memiliki hubungan yang positif dan searah. Artinya, jika kelekatan orang tua (X) meningkat, kecerdasan emosional (Y) juga akan meningkat. Sebaliknya, jika kelekatan orang tua (X) menurun, kecerdasan emosional akan mengalami penurunan [7].

Dalam penelitian ini, hubungan kelekatan antara orang tua dengan anak dianggap sebagai faktor penting dalam meningkatkan regulasi emosi. Peran orang tua sangat vital dalam perkembangan emosional remaja, karena mereka bertanggung jawab dalam mengelola keluarga dan membangun hubungan yang sehat dengan anak-anak mereka. Pada masa remaja, kebutuhan untuk menyesuaikan diri secara emosional sangat penting. Oleh karena itu, untuk melakukan penyesuaian emosional, remaja memerlukan kecerdasan emosional. [7]. Anak yang memiliki hubungan yang erat dengan ibunya cenderung lebih peka terhadap emosinya, memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai perasaan yang dialami, serta dapat mengembangkan kemampuan untuk mengatur emosi dengan lebih efektif di lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, anak yang memiliki hubungan yang kurang baik dengan ibunya, di mana ibu kurang sensitif dan tidak konsisten dalam merespons perasaan anak, sering kali merasa tidak nyaman saat membicarakan kesulitan emosional yang dialami. Anak-anak ini juga cenderung memiliki pemahaman yang terbatas tentang emosi dan kesulitan dalam mengatur emosi mereka. [21].

Pada penelitian ini tidak ada peneliti yang melakukan penelitian yang sama akan tetapi melakukan penelitian secara terpisah dengan dikaitkan variabel X1 dengan X2 terdapat 2 variabel yang mempengaruhi *Regulasi Emosi*. Penelitian ini memiliki keterbatasan dimana saat melakukan sebar kuisioner penelitian terdapat beberapa siswa yang

tidak membawa hp sehingga harus mengkonfirmasi agar terisi dan mendapatkan data sesuai dengan sampel yang sesuai. Penelitian ini menunjukkan keterbaruan tetapi belum ada, fokus pada variabel meskipun ada 2 variabel lainnya yang memiliki hubungan dengan regulasi emosi, tidak menganalisis aspek dari Regulasi emosi yang menunjukkan adanya positif hanya tertera pada jurnal rujukan saja.

IV. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil uji hipotesis pertama Kelekatan orang tua – Anak memiliki hubungan positif dengan Regulasi emosi yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar 0.355, $p\text{-value} < .001$. Pada hasil uji hipotesis kedua bahwa variabel Komunikasi Interpersonal juga memiliki hubungan positif dengan Regulasi emosi yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar 0.295, $p\text{-value} < .001$. Saran yang diberikan kepada siswa yaitu agar mampu meningkatkan *regulasi emosi* dengan cara mempererat hubungan dengan orang tuanya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan apresiasi dan ucapan terima kasih kepada seluruh responden mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (UMSIDA) yang telah berkenan memberikan data serta meluangkan waktunya untuk membantu peneliti dalam kelancaran penelitian.

REFERENSI

- [1] D. A. Lestari and Y. W. Satwika, "Hubungan Antara Peer Attachment dengan Regulasi Emosi pada Siswa Kelas VIII di SMPN 28 Surabaya," *Character J. Penelit. Psikologi.*, vol. 5, no. 2, pp. 1–6, 2018, [Online]. Available: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/24586/22501>
- [2] I. A. I. G. H. S. Sanik Waras, "Hubungan Parenting dan Komunikasi Orang Tua Dengan Regulasi Emosi Remaja pada Siswa Kelas Xi Ips Di Sman 1 Gending," *J. Ilmu Kesehat.*, vol. 2, pp. 89–97, 2023.
- [3] R. Choirunissa and A. Ediaty, "Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Remaja-Orangtua Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa Smk," *J. EMPATI*, vol. 7, no. 3, pp. 1068–1075, 2020, doi: 10.14710/empati.2018.21856.
- [4] S. Oktaviani and A. R. Sundari, "Keterkaitan antara keberfungsian keluarga dan peer attachment dengan regulasi emosi," *J. Univ. Persada Indones. Y.A.I.*, 2022.
- [5] S. M. Nabilah and F. N. R. Hadiyati, "Hubungan Antara Kelekatan Pada Ibu Dan Regulasi Emosi Remaja Pada Siswa Kelas X Dan Xi Sma Boarding School," *J. EMPATI*, vol. 10, no. 5, pp. 305–309, 2022, doi: 10.14710/empati.2021.32931.
- [6] H. Hasmarlin and H. Hirmaningsih, "Self-Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja," *J. Psikol.*, vol. 15, no. 2, p. 148, 2019, doi: 10.24014/jp.v15i2.7740.
- [7] A. S. Windiarti and S. W. Yohana, "Hubungan Antara Kelekatan Orang Tua Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 3, no. 1, pp. 1689–1699, 2021, [Online]. Available: <http://journal.unilak.ac.id/index.php/JIEB/article/view/3845%0Ahttp://dspace.uc.ac.id/handle/123456789/12> 88
- [8] D. Dewirahmadanirwati, "Peranan Komunikasi Interpersonal Dilingkungan Keluarga Dalam Membentuk Pola Komunikasi Anak Dengan Lingkungan Sosialnya," *J. Ilm. Pendidik. Scholast.*, vol. 3, no. 3, pp. 31–37, 2019, doi: 10.36057/jips.v3i3.381.
- [9] Y. Yasni, "Komunikasi Interpersonal Remaja dan Orang Tua Selama Pandemi Covid-19 di Kecamatan Koto Vii Sijunjung," *Al-Qalb J. Psikol. Islam*, vol. 12, no. 2, pp. 118–132, 2021.
- [10] H. Lufipah, Bayu Pamungkas, Mulki Pasha Haikal, Trismalia Putri Siregar, and Prudensia Ira Pingga, "Komunikasi Interpersonal Antar Orang Tua Dan Anak," *KAMPRET J.*, vol. 1, no. 2, pp. 24–31, 2022, [Online]. Available: www.plus62.isha.or.id/index.php/kampret

- [11] E. J. Purba and Y. Indriana, "Kemampuan Komunikasi Interpersonal Ditinjau Dari Identitas Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro," *Empati*, vol. 2, no. 4, pp. 168–176, 2013.
- [12] F. S. Amira and E. Mastuti, "Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Hubungan antara Parent Attachment dengan Regulasi Emosi pada Remaja," *Bul. Ris. Psikol. dan Kesehat. Ment.*, vol. 1, no. 1, pp. 837–843, 2021, [Online]. Available: <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- [13] Cenceng, "Perilaku Kelekatan Pada Anak Usia Dini (Perspektif John Bowlby)," *Lentera*, vol. IXX, no. 2, pp. 141–153, 2015, [Online]. Available: https://en.wikipedia.org/wiki/John_Bowlby.
- [14] I. R. Uci and S. I. Savira, "Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dengan Regulasi Emosi pada Siswa di SMP X Surabaya," *Character J. Penelit. Psikol.*, vol. 6, no. 2, pp. 1–7, 2019.
- [15] P. H. Natasya, S. W. P. S, and D. Chrisnatalia, "Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Regulasi Diri Remaja Akhir," *J. Ilm. Psikol. Manasa*, vol. 12, no. 2, p. 6, 2020, [Online]. Available: <https://talenta.usu.ac.id/politeia/article/view/3955>
- [16] R. Siti, "Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif (Pendekatan Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif)," *PANCAWAHANA J. Stud. Islam*, vol. 16, no. 1, pp. 1–13, 2021.
- [17] N. Suriani, Risnita, and M. S. Jailani, "Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan," *J. IHSAN J. Pendidik. Islam*, vol. 1, no. 2, pp. 24–36, 2023, doi: 10.61104/ihsan.v1i2.55.
- [18] F. Pamila Miftaql Fiqria, "Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Self Injury pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang Pharmacogn". *Mag.*, vol. 75, no. 17, pp. 399–405, 2021.
- [19] A. Alfiah Zahratul, "Hubungan Kekuatan Karakter Dan Kelekatan Orangtua Dengan Kenakalan Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Pekanbaru Mag.", vol. 75, no. 17, pp. 399–405, 2021.
- [20] F. Cahyantara, "Pengaruh Komunikasi Interpersonal Orang Tua Terhadap Kenakalan Remaja Siswa SMAN 1 Sumber Pucung" Title, p. 6, 2021.
- [21] N. Isti and D. R. Desiningrum, "DAN REGULASI EMOSI SISWA KELAS X SMA NEGERI 3 SALATIGA," vol. 7, no. Nomor 3, pp. 127–133, 2017.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.