

Hubungan antara Parent Attachment dan Peer Attachment dengan Regulasi Emosi pada Remaja di SMK PGRI 1 Sidoarjo

Oleh:

Revany Anggia Lestari

Dosen Pembimbing:

Zaki Nur Fahmawati, M.Psi., Psikolog

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Januari, 2026



Pendahuluan

- Remaja sering mengalami ketidakstabilan emosi dan perubahan mood
- Regulasi emosi penting untuk kesehatan mental dan penyesuaian sosial
- Regulasi emosi dipengaruhi faktor relasional
- Parent attachment → rasa aman & kontrol emosi
- Peer attachment → dukungan sosial & empati
- Masih sedikit penelitian menguji dua attachment sekaligus
- Survei awal menunjukkan banyak siswa regulasi emosi kategori sedang–rendah

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

- Apakah terdapat hubungan antara parent attachment dengan regulasi emosi remaja?
- Apakah terdapat hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi remaja?

Metode

Pendekatan: Kuantitatif

non-eksperimental Desain: Korelasional

Populasi: 949 siswa SMK PGRI 1 Sidoarjo

Sampel: 255 siswa (stratified random sampling)

Instrumen:

- ERQ ($\alpha = 0,903$)
- IPPA Parent ($\alpha = 0,871$)
- IPPA-R Peer ($\alpha = 0,903$)

Analisis: Pearson Product Moment (SPSS)

Uji asumsi: normalitas & linearitas

Hasil

- Mayoritas regulasi emosi kategori sedang
- Data berdistribusi normal & linear
- Hasil Korelasi:
- Parent attachment $\leftrightarrow$ regulasi emosir = 0,694 ; $p < 0,01$
- Peer attachment $\leftrightarrow$ regulasi emosir = 0,669 ; $p < 0,01$
- ➡ Hubungan positif dan signifikan

Pembahasan

- Attachment orang tua → dasar keamanan emosional
- Komunikasi & kepercayaan orang tua meningkatkan kontrol emosi
- Teman sebaya → dukungan emosional & empati
- Remaja belajar regulasi emosi melalui relasi sosial
- Hasil sejalan dengan teori attachment & penelitian sebelumnya
- Regulasi emosi bersifat relasional, bukan individual semata

Temuan Penting Penelitian

- Kedua attachment berhubungan kuat dengan regulasi emosi
- Parent attachment sedikit lebih kuat pengaruhnya
- Attachment keluarga & teman bersifat saling melengkapi
- Model hubungan emosional → prediktor regulasi emosi remaja

Manfaat Penelitian

- Teoritis:
Memperkuat teori attachment & regulasi emosi remaja
- Praktis:
Rujukan bagi: orang tua, Guru, konselor sekolah
- Dasar program pelatihan regulasi emosi remaja
- Intervensi berbasis keluarga & peer support

Referensi

- [1].F. Syafi Amira dan E. Mastuti, "Hubungan antara Parent Attachment dengan Regulasi Emosi pada Remaja." [Daring]. Tersedia pada: <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- [2] C. B. Carvalho, M. Teixeira, R. Costa, F. Cordeiro, dan J. M. Cabral, "The Enhancing Role of Emotion Regulation in the Links between Early Positive Memories and Self-harm and Suicidal Ideation in Adolescence," *J Youth Adolesc*, vol. 52, no. 8, hlm. 1738–1752, Agu 2023, doi: 10.1007/s10964-023-01777-8.
- [3] L. Piccerillo dan S. Digennaro, "Adolescent Social Media Use and Emotional Intelligence: A Systematic Review," *Adolesc Res Rev*, vol. 10, no. 2, hlm. 201–218, Jun 2025, doi: 10.1007/s40894-024-00245-z.
- [4] M. S. Wylie, K. De France, dan T. Hollenstein, "Adolescents suppress emotional expression more with peers compared to parents and less when they feel close to others," *Int J Behav Dev*, vol. 47, no. 1, hlm. 1–8, Jan 2023, doi: 10.1177/01650254221132777.
- [5] D. P. Josua, E. Sunarti, dan D. Krisnatuti, "Internalisasi nilai keluarga dan regulasi emosi: Dapatkah membentuk perilaku sosial remaja?," *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, vol. 9, no. 1, hlm. 17–34, Jun 2020, doi: 10.30996/persona.v9i1.2801.
- [6] Lestari Putri Irena, "Pengaruh parent attachment dan peer attachment terhadap regulasi emosi di jabodetabek," *Reporitory.unej*, 2023.
- [7] N. Widyayanti, H. Arofah, A. Nur, A. Awali, S. Tinggi, dan P. Yogyakarta, "Regulasi emosi dan perilaku cyberbullying pada remaja awal," 2022.
- [8] W. Adiningrum, M. E. Wibowo, dan E. Purwanto, "The effects of adolescent-parent attachment, emotion regulation, and self-esteem on Problematic Internet Use (PIU) among Adolescents," *Jurnal Bimbingan Konseling*, vol. 11, no. 3, hlm. 253–260, 2022, [Daring]. Tersedia pada: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>
- [9] I. M. Luthfi dan D. Husni, "Peer Attachment dengan Regulasi Emosi Pada Santri," *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, vol. 1, no. 2, hlm. 110, Jun 2020, doi: 10.24014/pib.v1i2.9374.
- [10] A. Clarke, P. J. Meredith, dan T. A. Rose, "Exploring mentalization, trust, communication quality, and alienation in adolescents," *PLoS One*, vol. 15, no. 6, Jun 2020, doi: 10.1371/journal.pone.0234662.
- [11] R. Choirunissa, A. Ediaty, J. Soedarto, dan K. Undip Tembalang, "Hubungan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi pada siswa smk," 2020.
- [12] H. M. Eadeh, R. Bregux, dan M. A. Nikolas, "A meta-analytic review of emotion regulation focused psychosocial interventions for adolescents," 1 Desember 2021, Springer. doi: 10.1007/s10567-021-00362-4.
- [13] Mastuti, "Hubungan antara Parent Attachment dengan Regulasi Emosi pada Remaja." [Daring]. Tersedia pada: <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>

Referensi

- [14] Rahayu. S, "Hubungan kelekatan teman sebaya dengan regulasi emosi pada remaja panti asuhan di kota lhokseumawe," 2025.
- [15] N. D. Kustanto dan R. N. Khoirunnisa, "Hubungan Antara Peer Attachment Dengan Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir," 2022.
- [16] A. , & K. F. A. Putriningsih, "Proceedings of 3 rd International Conference on Psychological Studies (ICPsyche) 2022," 2022. [Daring]. Tersedia pada: <https://proceeding.internationaljournallabs.com/index.php/picis/index>
- [17] D. Deaura dan P. Meva, "Peran Parent Attachment dan Peer Attachment dalam Regulasi Emosi Pada Remaja," 2024.
- [18] N. Khalisha, N. Hermatasyah, dan P. Rahayu, "Pengaruh peer attachment terhadap self-esteem siswa melalui implementasi bimbingan klasikal di smp islam nurul ikhlas" jurnal of islamic education guidance and counseling, vol. 5, no. 1, hlm. 11–20, 2024.
- [19] N. Baiduri, B. N. Baiduri, dan E. Widyorini, "Regulasi Emosi Sebagai Mediator Antara Insecure Attachmen Perilaku Agresif Regulasi Emosi Sebagai Mediator Antara Insecure Attachment dan Perilaku Agresif Pada Remaja," 2023, doi: 10.24014/jp.v14i2.20065.
- [20] R. Lathifah, D. Novita Siswanti, dan E. Sufartianinsih Jafar, "Hubungan antara Kelekatan Teman Sebaya dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswa di Fase Emerging Adulthood," Jurnal Cendekia Ilmiah, vol. 3, no. 6, 2024.
- [21] Hidayati Afini, "Pengaruh self-regulated learning, peer attachment, peer attachmnet dan stres akademik terhadap quality of school life siswa sma,smk, ma kota tanggerang selatan," 2020.
- [22] Prof.DR. Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta, 2013.
- [23] I. Maufiroh, "Hubungan regulasi emosi siswa dengan Stres Akademik Siswa di SMK YP 17-1 Malang," 2024.
- [24] Z. Samita, "Hubungan intensitas komunikasi dan kelekatan orang tua-anak dengan kecerdasan emosional remaja akhir di smk x yogyakarta," 2021.
- [25] S. Zhou, Y. Wu, dan X. Xu, "Linking Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression to Mindfulness: A Three-Level Meta-Analysis," Int J Environ Res Public Health, vol. 20, no. 2, hlm. 1241, Jan 2023, doi: 10.3390/ijerph20021241.
- [26] M. Rafli dan M. Yunanto, "Pengaruh Kualitas Layanan, Pengalaman Nasabah Terhadap Kepuasan Nasabah dan Dampaknya pada Loyalitas Nasabah Pengguna Mobile Banking Livin Mandiri," Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia, vol. 9, no. 5, hlm. 3182–3198, Mei 2024, doi: 10.36418/syntax-literate.v9i5.15331.

