

## Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau dari Jenis Kelamin, Rentang Usia, dan Urutan Kelahiran pada Remaja Muslim di Sidoarjo

Farra Dwi Susilo Wardhani<sup>1</sup>, Widyastuti<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia<sup>1</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia<sup>2</sup>

E-mail: [farradsw@gmail.com](mailto:farradsw@gmail.com)<sup>1</sup>, [wiwid@umsida.ac.id](mailto:wiwid@umsida.ac.id)<sup>2</sup>

Correspondent Author: Widyastuti, [wiwid@umsida.ac.id](mailto:wiwid@umsida.ac.id)

Doi: [10.31316/gcouns.v9i1.5253](https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.5253)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat regulasi emosi jika ditinjau dari faktor demografi jenis kelamin, rentang usia, dan urutan kelahiran. Responden dalam penelitian ini berjumlah 289 remaja yang disesuaikan kriteria oleh peneliti. Instrumen penelitian ini terdiri dari kuisioner demografi dan *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang telah diadaptasi dalam Bahasa Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif komparatif. Analisis hipotesis penelitian ini dilakukan menggunakan *software* JASP 0.16.1.0 dan didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan regulasi emosi remaja jika ditinjau dari rentang usia yang ditunjukkan pada nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Perbedaan regulasi emosi jika ditinjau dari perbedaan rentang usia remaja menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki perbedaan yang signifikan sedangkan jika ditinjau dari urutan kelahiran dan jenis kelamin tingkat regulasi emosi tidak memiliki perbedaan. Uji Anova menuliskan bahwa interaksi antar variabel demografi tidak signifikan yang ditunjukkan dengan nilai  $p > 0,01$  ( $p = 0,072$ )

**Kata kunci:** regulasi emosi, remaja muslim sidoarjo, jenis kelamin, rentang usia, urutan kelahiran

### Abstract

*This study aims to describe the level of emotion regulation when viewed from the demographic factors of gender, age range, and birth order. Respondents in this study amounted to 289 teenagers according to the criteria by the researchers. The research instrument consisted of a demographic questionnaire and an adapted Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) in Indonesian. This research uses a quantitative approach with a comparative descriptive method. Hypothesis analysis in this study was carried out using JASP 0.16.1.0 software and the results showed that there were differences in adolescent emotion regulation when viewed from the age range as indicated by a significance value of  $p < 0.001$ . Differences in emotion regulation when viewed from differences in the age range of adolescents indicate that there are significant differences in emotion regulation, whereas when viewed from birth order and gender the level of emotion regulation does not have differences. The ANOVA test writes that the interaction between demographic variables is not significant as indicated by the value of  $p > 0.01$  ( $p = 0.072$ ).*

**Keywords:** emotion regulation, sidoarjo muslim youth, gender, age range, birth order

### Info Artikel

Diterima Agustus 2023, disetujui Agustus 2024, diterbitkan Desember 2024



## PENDAHULUAN

Keluarga adalah lingkungan sosial paling dekat dengan individu sekaligus sebagai wadah bagi seorang anak dalam mempelajari berbagai hal dalam setiap pertumbuhannya baik secara fisik dan psikologis (Swastika & Prastuti, 2021). Merujuk pada definisi keluarga yang tercatat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) bahwa keluarga menjadi suatu hubungan kerabat yang sangat mendasar. Hubungan yang terbentuk secara bertahap antara suami dengan istri lalu berlanjut antara orang tua dan anak (Kartono, 1997; Swastika & Prastuti, 2021).

Peran orang tua dalam suatu keluarga memberikan perilaku dan cara bersikap yang spesifik pada seorang anak berdasarkan urutan kelahiran sehingga membantu suatu sifat pada seorang anak (Karina & Yohanes, 2019). Adler mengemukakan teori bahwa urutan kelahiran dalam suatu keluarga terbagi menjadi empat yakni sulung, anak tengah, bungsu, dan anak tunggal (Karina & Yohanes, 2019). Pada anak sulung memiliki sifat merawat dan melindungi, namun seringkali memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dan kurang mampu untuk bekerjasama. Urutan kelahiran anak tengah memiliki rasa berkecil hati dengan daya saing yang cukup tinggi. Anak bungsu cenderung memiliki sifat ambisi yang cukup realistis dan dilengkapi dengan kecenderungan sifat yang manja juga bergantung pada orang lain. Berbeda pada anak tunggal yang memiliki kematangan dalam kehidupan sosial namun seringkali muncul superior yang berlebih dan cara hidup yang dapat dinilai manja (Karina & Yohanes, 2019).

Tidak hanya itu, kualitas hubungan dalam suatu keluarga yang terjalin baik tentu juga memberikan pengaruh pada perkembangan anak dalam keluarga tersebut karena keluarga menjadi organisasi yang memegang peran sangat penting dan memiliki tanggung jawab besar pada kesejahteraan psikologis seorang anak dalam setiap tahapan perkembangannya (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019a, 2019b; S. T. Maharani & Nursalim, 2022; Santrock, 2018; Vienlentia, 2021). Salah satu tahapan perkembangan psikologis anak yakni perkembangan fase remaja. Fase remaja menjadi fase peralihan dalam perjalanan kehidupan manusia yang memisahkan antara fase anak-anak dan fase dewasa (Santrock, 2018). Fase tersebut juga akan terjadi perubahan pada kognitif, fisik, dan psikososial (Papalia, Diane E, 2014). Fase yang menjadi proses pergantian antara anak-anak dan dewasa ini juga merupakan fase yang di dalamnya terdapat tekanan dikarenakan jiwa yang dipenuhi oleh emosi, fase pergolakan yang dipenuhi dengan berubahnya suasana hati, psikososial, kognitif, dan juga sosial (Santrock, 2018). Secara global, fase remaja yakni individu dengan rentang usia 12 – 22 tahun (Fatmawaty, 2017a; Swastika & Prastuti, 2021). Usia 12 – 15 tahun tergolong dalam fase remaja awal, 16 – 18 tahun menjadi bagian remaja madya dan individu dengan rentang usia 19 – 22 tahun menjadi kelompok remaja akhir (Fatmawaty, 2017b).

Pada setiap tahapan perkembangan tentunya terdapat tugas perkembangan yang harus mampu diselesaikan oleh setiap individu termasuk yang tengah berada pada fase remaja. Adanya perubahan yang terjadi pada fase remaja ini yang mengakibatkan munculnya tugas agar mampu memiliki kemampuan dalam mengontrol diri dan juga mengendalikan emosi yang dimiliki terlebih ketika berada dalam suatu lingkungan yang baru (Karina & Yohanes, 2019). Hurlock (Josua et al., 2020; Karina & Yohanes, 2019) mengemukakan bahwa lingkungan yang baru tentu akan dibutuhkan kemampuan dalam menyesuaikan diri yang erat kaitannya dengan aspek emosi dan fase remaja. Remaja bertugas memiliki kesadaran dalam memahami sifat dasar emosi yang dimiliki dan diharuskan memiliki kemampuan menyusun rencana dalam mengelola emosi yang dimilikinya (Santrock, 2018; Sembiring & Tarigan, 2022). Kemampuan yang dapat



membantu remaja dalam menyusun rencana agar mampu mengenali dan mengontrol beragam perasaan, pikiran, dan juga tingkah laku agar mampu mencapai tujuan yang dikehendaki disebut dengan regulasi emosi (Gross, 1998).

Regulasi emosi menjadi suatu cara individu dalam mempengaruhi emosi yang mereka alami dan paling tidak terdapat dua cara dalam melakukan regulasi emosi yakni dengan penimbaan ulang kognitif dan penekanan ekspresi emosi secara sadar (Gross, 1998; Ratnasari & Suleeman, 2017). Regulasi emosi juga menjadi kemampuan individu dalam mengontrol perasaan untuk memunculkan reaksi oleh kognisi dan fisiologi (Swastika & Prastuti, 2021). Remaja yang memiliki kemampuan meregulasi emosi secara memadai akan tumbuh dan berkembang secara normal, memiliki prestasi akademik yang memadai dan terhindar dari stress serta mampu mengelola diri saat terjadi tekanan dalam pembelajaran hingga tingkat depresi juga kecemasan yang rendah (Annisya et al, 2022; Fabiana Meijon Fadul, 2019; Janah, 2015; Zyusifa & Affandi, 2021; Astuti, Dwi, Wasidi n,d). begitu sebaliknya apabila remaja dengan tingkat regulasi emosi yang rendah akan mengalami stress, tingkat resiliensi dan akademik yang rendah (Anggraini & Widyastuti, 2021; Sukmaningpraja & Santhoso, 2016). Penelitian lainnya menyebutkan dampak pada remaja dengan regulasi emosi yang rendah memicu perilaku agresif di lingkungan sekitarnya (Farichah et al., 2019).

Badan Pusat Statistika (BPS) Kabupaten Sidoarjo mencatat telah terjadi tindak kejahatan kriminalitas sebanyak 247.218 kasus pada tahun 2022 (bps.go.id, 2022). Tercatat 12 April 2022 terjadi tawuran oleh tiga remaja, 02 Juni 2022 terdapat kasus penganiayaan yang mana pelaku dan korban adalah pelajar SMP, dan 18 Juni 2022 tawuran remaja yang memakan korban dengan kondisi luka berat akibat tindak pembacokan oleh salah satu remaja yang terlibat (jatimnow, 2022; jatimsuara, 2022). Awal tahun 2023 di Sidoarjo tengah marak munculnya kelompok remaja gangster yang seringkali meresahkan masyarakat hingga banyak laporan kepolisian tinfak kriminalitas dengan pelaku remaja. Tercatat pada 23 Januari 2023 terjadi tawuran oleh dua kelompok gangster dan berujung pada pengeroyokan salah satu remaja yang terjebak di salah satu gang buntu (Pambudi, 2023). Berjarak dua purnama dari kejadian tawuran tersebut, beredar video sejumlah anggota gangster tengah melakukan konvoi di sepanjang jalan Sidoarjo pada tengah malam dan membawa senjata tajam (sajam) yang mana setelah ditelusuri para remaja berusia delapan belas hingga dua puluh tahun tersebut memiliki motif akan merealisasikan rencana tawuran dengan kelompok gangster lain (Astuti, 2023; Bidhumas Polda Jatim, 2023; Patoppol, 2023).

Kapolresta Sidoarjo Kombes Pol Kusumo Wahyu Bintoro menuturkan pada awal 2023 juga tercatat dalam arsip kepolisian bahwa sepuluh anggota gangster berusia lima belas hingga dua puluh tahun menjadi tersangka pengeroyokan remaja hingga tewas bahkan terdapat kejadian lain gangster diketahui tengah mengepung remaja wanita lalu mengeroyok remaja laki-laki menggunakan selang besi (Republik Jatim, 2023; Salman, 2023). Beberapa kejadian tersebut juga dibenarkan oleh Direktur Reserse Kriminal Umum Polsa yang menuturkan pada Maret 2022 bahwa penangkapan pelaku tindak kriminalitas diisi oleh remaja belasan tahun (Bidhumas Polda Jatim, 2023). (Humas Polda Jatim, 2023) menyatakan bahwa kenakalan remaja seperti penyalahgunaan obat terlarang, mengonsumsi alkohol, tawuran antar kelompok remaja hingga pergaulan bebas kerap terjadi. Hal tersebut menjadi salah satu latar belakang dilakukannya penelitian terkait regulasi emosi pada remaja di Sidoarjo.



Karena pentingnya regulasi emosi khususnya bagi remaja, maka banyak peneliti mencoba untuk menggali konsep regulasi emosi yang dikaitkan dengan berbagai variabel psikologi seperti *self-compassion*, efikasi diri, dukungan sosial, dan kedekatan antara orang tua dengan anak karena keluarga menjadi lingkungan sosial terdekat yang memberi pengaruh sangat besar terhadap perkembangan remaja (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019a; Karina & Yohanes, 2019; S. T. Maharani & Nursalim, 2022; Santrock, 2018; Vienlentina, 2021). Penelitian lain juga menggali konsep regulasi emosi yang dikaitkan berdasarkan faktor demografi seperti kedekatan dengan orang tua, jenis kelamin, urutan kelahiran, rentang usia, dan hubungan interpersonal (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019a; Mulyana et al., 2020; Ratnasari & Suleeman, 2017; Swastika & Prastuti, 2021; Yolanda & Wismanto, 2017).

Pada lingkungan sosial seringkali perempuan memiliki tingkat lebih tinggi dalam mencari perlindungan dari orang di sekitarnya agar mampu meregulasi emosi yang dimilikinya sedangkan pada laki-laki cenderung mengalihkan hal tersebut pada aktivitas fisik hal tersebut dikarenakan emosi yang dimiliki antara laki-laki dan perempuan berkaitan erat dengan peran sosial yang disandangnya (Yolanda & Wismanto, 2017). Perbedaan lainnya juga terlihat pada perempuan yang dianggap lebih mudah dalam mengidentifikasi emosi yang dirasakan secara verbal maupun melalui ekspresi namun laki-laki cenderung menggunakan kemampuan yang dimiliki secara fisik dalam mengungkapkan perasaannya (Mulyana et al., 2020).

Penelitian ini menggabungkan antara adaptasi alat ukur *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) serta identifikasi regulasi emosi terutama pada remaja muslim secara bersamaan yang jarang dilakukan. Pada penelitian sebelumnya kebanyakan peneliti hanya mengaitkan regulasi emosi dengan jenis kelamin dengan rentang usia atau melihat perbedaan regulasi emosi jika ditinjau dari jenis kelamin dan urutan kelahiran. Oleh karenanya, tujuan dilakukannya penelitian ini yakni peneliti mengidentifikasi kecenderungan regulasi emosi yang dimiliki oleh remaja muslim Sidoarjo jika digabungkan pada ketiga jenis kelamin, rentang usia, dan urutan kelahiran yang mana penelitian serupa belum pernah dilakukan pada responden remaja Sidoarjo sehingga hasil penelitian ini menjadi kebaruan informasi dalam bidang psikologi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif komparatif. Metode kuantitatif deskriptif komparatif adalah metode penelitian di mana peneliti akan melakukan perbandingan antar variabel menggunakan data yang telah diperoleh untuk dipaparkan dalam bentuk angka (Mulyana et al., 2020).

Untuk mendapatkan sampel, peneliti menggunakan teknik non-probability sampling dengan metode purposive sampling yakni suatu teknik dalam melakukan pengambilan sampel yang didasarkan pada pertimbangan tertentu oleh peneliti (S. Maharani & Bernard, 2018). Subyek dalam penelitian berjumlah 289 responden yang mana hal tersebut disesuaikan dengan teori (Azwar, 2017; Gurnita & Suwarti, 2020) yang menyatakan bahwa responden penelitian psikologi kuantitatif setidaknya sejumlah 250 responden. Seluruh responden tersebut telah memenuhi beberapa kriteria yang telah disusun oleh peneliti, seperti: (1) remaja laki-laki atau perempuan yang beragama Islam dengan rentang usia enam belas hingga dua puluh dua tahun; (2) tempat lahir dan berdomisili di Sidoarjo; (3) remaja dengan urutan kelahiran sebagai anak tunggal, anak sulung, anak tengah, atau anak bungsu; (4) remaja yang tengah menempuh pendidikan baik Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), mahasiswa/i



perguruan tinggi, atau sudah bekerja; (5) status perkawinan pada remaja akhir yakni belum menikah.

Variabel Y pada penelitian yakni Regulasi emosi. Regulasi emosi adalah suatu proses yang dialami individu mengenai waktu, bagaimana kondisi yang dialami oleh individu dalam mengekspresikan emosi tersebut. Regulasi emosi sendiri juga berkaitan dengan emosi yang terdapat pada alam bawah sadar (Gross, 1998). Gross (1998) menjelaskan bahwa regulasi emosi terdiri dari dua aspek yakni Reappraisal Cognitive atau penilaian ulang kognitif dan aspek *Expression Suppression* atau penekanan ekspresif. Regulasi emosi diukur dengan menggunakan *Emotion Regulation Questtionnaire* (ERQ) yang diadaptasi oleh peneliti ke dalam Bahasa Indonesia dari grand theory Gross (1998). Skala Regulasi Emosi ini terdiri dari sepuluh aitem dengan dilengkapi tujuh pilihan jawaban yang meliputi dua aspek regulasi emosi yakni *Reappraisal Cognitive* dan *Expressive Suppression*. Salah satu contoh aitem yang menjadi bagianj dari aspek Reappraisal Cognitive seperti, “Saya mengendalikan emosi saya dengan mengubah cara saya berpikir tentang situasi yang saya hadapi.” Sebagai salah satu contoh lain aitem pada aspek regulasi emosi Epressive Suppression yakni “Saya menyimpan emosi saya untuk diri saya sendiri.”

Peneliti melakukan uji reliabilitas menggunakan rumus alpha cronbach pada software JASP versi 0.16.1.0 dan mendapatkan hasil reliabilitas sebesar 0, 775 dan tergolong dalam skala yang sangat bagus.

**Tabel 1.**  
Uji Reliabilitas

<b>Cronbach's <math>\alpha</math></b>	
<b>Putaran 1</b>	<b>Putaran 2</b>
0.671	0.775

Pada uji tersebut juga didapatkan skot item-rest correlation yang bergerak dari 0,261 hingga 0,629 dan hal tersebut menunjukkan bahwa skala regulasi emosi layak untuk digunakan sebagai instrument dalam penelitian ini.

**Tabel 2.**  
Uji Validitas

<b>Item</b>	<b>Item-rest correlation</b>
1.	0.261
2.	0.293
3.	0.376
5.	0.345
6.	0.250
7.	0.465
8.	0.463
9.	0.311
10.	0.376
<b>aitem &gt; 0.25</b>	

Penelitian ini mengaitkan regulasi emosi dengan tiga variabel X yakni jenis kelamin, rentang usia, dan urutan kelahiran yang diukur menggunakan kuisioner demografi meliputi nama, tempat tanggal lahir, domisili tempat tinggal saat ini, jenis



kelamin, usia, urutan kelahiran, jumlah saudara kandung, pendidikan terakhir, status pekerjaan, dan status pernikahan. Jenis kelamin erat kaitannya dengan karakter yang mendefinisikan fungsi individu secara biologis di antara laki-laki dan perempuan. Peran yang dimiliki oleh laki-laki dan perempuan seringkali didesain oleh lingkungan sosial sekitarnya, juga budaya, agama bahkan norma yang berlaku (Karina dan Herdiyanto, 2019).

**Tabel 3.**  
Tabel Distribusi Demografi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-Laki	149	52%
Perempuan	140	48%
<b>Total</b>	<b>289</b>	

Responden yang sesuai dengan kriteria peneliti didominasi oleh remaja berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 149 responden atau sebesar 52% dari total keseluruhan responden. Tidak jauh berbeda sebanyak 140 remaja berjenis kelamin perempuan menjadi responden penelitian.

**Tabel 4.**  
Tabel Distribusi Demografi Rentang Usia

Rentang Usia	Jumlah	Presentase
Remaja Madya	195	67%
Remaja Akhir	94	33%
<b>Total</b>	<b>289</b>	

Remaja yang menjadi responden terbagi menjadi responden penelitian terbagi menjadi dua yakni remaja madya dengan rentang usia enam belas hingga delapan belas tahun dan remaja akhir berusia sembilan belas hingga dua puluh dua tahun. Berdasarkan hasil perhitungan software Microsoft excel peneliti mengetahui bahwa terdapat perbedaan jumlah antara dua kelompok tersebut yang lebih didominasi oleh kelompok remaja madya dengan jumlah 195 (67%) dari total responden sedangkan 94 (33%) responden lainnya yakni kelompok remaja akhir.

Edford (Karina & Herdiyanto, 2019) menjelaskan bahwa urutan kelahiran yakni suatu posisi seorang anak dalam keluarga yang didasarkan pada waktu kelahiran. Anak sulung yakni anak dengan waktu kelahiran pertama dalam suatu keluarga. Anak tengah yaitu anak dalam suatu keluarga dengan posisi kelahiran berada di antara anak sulung dan anak bungsu, pada anak bungsu didefinisikan sebagai posisi anak yang waktu kelahirannya menjadi yang terakhir dan tidak memiliki saudara kandung setelahnya. Urutan kelahiran anak tunggal yakni seorang anak dalam suatu keluarga yang terlahir dengan tidak memiliki kakak dan/atau adik.



**Tabel 5.**  
Tabel Distribusi Demografi Rentang Usia

Urutan Kelahiran	Jumlah	Presentase
Pertama	99	34%
Tengah	70	24%
Terakhir	96	33%
Tunggal	24	8%
<b>Total</b>	<b>289</b>	

Distribusi demografi pada urutan kelahiran tentunya terbagi menjadi empat bagian yakni anak pertama, anak tengah, anak terakhir, dan anak tunggal. Jumlah responden paling banyak yakni anak pertama dan anak tunggal dengan masing-masing berjumlah 99 (34%) dan 96 (33%). Sesuai urutannya, anak tengah juga berada pada urutan tengah untuk jumlah responden yakni 70 atau setara dengan 24% dari total responden. Sedangkan responden anak tunggal memiliki jumlah responden yang sangat jauh berbeda yakni hanya 24 (8%) saja.

Peneliti melakukan beberapa proses dalam usaha mengumpulkan data penelitian. Peneliti menyebarkan instrument penelitian berbentuk link dengan menggunakan salah satu perangkat google yaitu googleform dan pada link tersebut telah diisi oleh seratus sepuluh responden penelitian yang telah memenuhi kriteria. Proses selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti yakni dengan menyebarkan instrument penelitian berbentuk printout pada dua sekolah swasta di Sidoarjo dengan jarak lokasi yang berjauhan antara sekolah satu dengan lainnya. Peneliti menyebarkan sebanyak lima puluh eksemplar instrument penelitian pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) "A" yang telah disesuaikan dengan kriteria subyek penelitian. Peneliti kemudian membagikan seratus empat puluh eksemplar pada siswa-siswi Sekolah Menengah Atas (SMA) "B" dan hanya seratus dua puluh sembilan responden yang memenuhi kriteria sebagai subyek penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji asumsi pada suatu penelitian kuantitatif dilakukan dengan dua uji yakni uji normalitas dan uji homogenitas dan peneliti melakukan uji asumsi menggunakan software versi 0.16.1.0. Uji normalitas dilakukan dengan tujuan agar peneliti mengetahui data yang didapatkan bersifat normal atau tidak sebelum dilakukan uji hipotesis karena uji hipotesis dapat dilakukan apabila data telah bersifat normal (Nansi & Utami, 2016). Uji homogenitas sendiri berfungsi untuk mengecek data penelitian yang telah diperoleh memiliki varians yang sama atau justru berbeda (Mulyana et al, 2020).

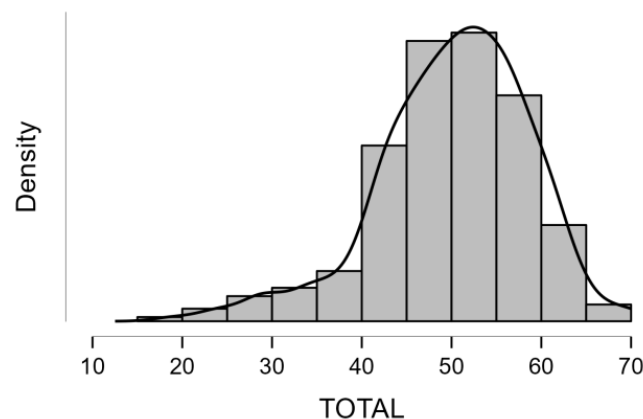


**Tabel 6.**  
Hasil Uji Asumsi (deskriptif)

Descriptive Statistics	Regulasi Emosi
Valid	289
Missing	11
Mean	50.187
Std. Deviation	8.498
Skewness	-0.698
Kurtosis	0.935
Minimum	19.000
Maximum	70.000

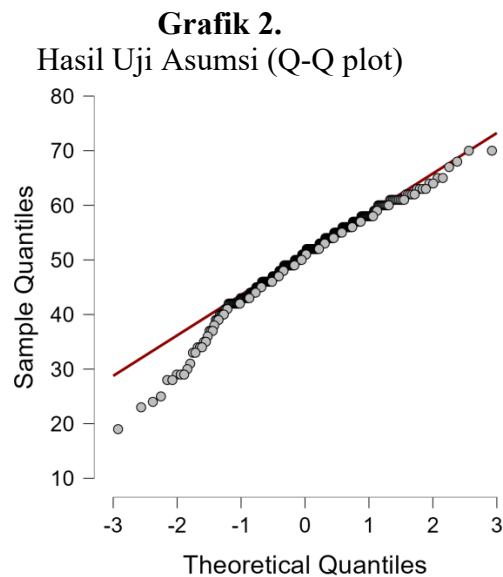
Setelah peneliti melakukan uji asumsi menggunakan *software* JASP 0.16.1.0 didapatkan hasil bahwa data penelitian bersifat normal. Dikearenakan jumlah subyek penelitian lebih dari seratus responden sehingga uji asumsi memperhatikan nilai skewness dan kurtosis dan data penelitian bersifat normal diketahui dari nilai Skewness (-0.698) dan Kurtosis (0.935) yang bergerak dalam rentang antara -1.96 hingga 1.96 sehingga data dapat dikatakan bersifat normal (Azwar, 2017). Selain melihat dari penjelasan secara deskriptif berbentuk tabel, peneliti juga melihat dari grafik plot dan didapatkan hasil sebagai berikut.

**Grafik 1.**  
Hasil Uji Asumsi (*Distribusi Plot*)



Grafik plot menunjukkan hasil serupa dengan analisa deskriptif yakni data penelitian bersifat normal. Hal tersebut ditunjukkan dengan grafik paling banyak berada pada nilai mean (50) sedangkan pada nilai yang lain jumlah grafik lebih sedikit (Saifuddin, 2012). Peneliti melanjutkan untuk melakukan uji hipotesis dikarenakan data penelitian yang telah bersifat normal. Peneliti juga melakukan analisa menggunakan grafik Q-Q Plot dan hasilnya didapatkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Hasil uji tersebut diketahui dari bentuk grafik Q-Q Plot yang menunjukkan bahwa pada nilai mean (50) banyak titik yang mendekati garis. Berikut grafik hasil uji asumsi Q-Q Plot





Peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan analisa two way anova yang mana nantinya akan menjelaskan perbedaan tingkat regulasi emosi remaja pada variabel demografi yakni jenis kelamin, rentang usia remaja madya dan remaja akhir. Peneliti menggunakan software JASP versi 0.16.1.0 untuk mengetahui perbedaan tingkat regulasi emosi sekaligus mengetahui interaksi pada setiap variabel.

**Tabel 7.**  
Tabel Uji Hipotesis *Two Way* Anova

Cases	F	p	VS-MPR*	$\eta^2_p$
Rentang Usia	14.724	< .001	271.037	0.051
Jenis Kelamin	0.798	0.373	1.000	0.003
Urutan Kelahiran	0.363	0.779	1.000	0.004
Rentang Usia * Jenis Kelamin	0.193	0.660	1.000	7,08E-01
Rentang Usia * Urutan Kelahiran	2.436	0.065	2.070	0.026
Jenis Kelamin * Urutan Kelahiran	0.586	0.625	1.000	0.006
Rentang Usia * Jenis Kelamin * Urutan Kelahiran	2.355	0.072	1.938	0.025

Hasil uji analisa dua jalur anova menunjukkan bahwa regulasi emosi pada rentang usia remaja madya dan remaja akhir memiliki nilai signifikansi  $p < .001$  yang mana hal tersebut menunjukkan adanya perbedaan tingkat regulasi emosi pada kelompok remaja madya dengan remaja akhir. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang membuktikan bahwa regulasi emosi yang diidentifikasi pada kelompok remaja juga memiliki perbedaan terlebih pada kelompok remaja madya dan remaja akhir (Sembiring & Tarigan, 2022; Swastika & Prastuti, 2021). Penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa remaja akhir memiliki tingkat regulasi emosi lebih tinggi jika dibandingkan dengan remaja madya dan hal tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya pada perkembangan psikologis remaja dari mulai remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir. Pada



penelitian sebelumnya juga diketahui bahwa adanya peningkatan regulasi emosi pada setiap tahapan perkembangannya (Swastika & Prastuti, 2021).

Uji analisa selanjutnya yakni mengetahui tingkat regulasi emosi pada variabel jenis kelamin dan peneliti mendapatkan hasil bahwa faktor demografi pada remaja muslim Sidoarjo tidak memiliki perbedaan regulasi emosi dan hal tersebut diketahui dari nilai signifikansi  $p > 0.05$  ( $p = 0.373$ ). Tentu temuan ini berbanding terbalik dengan hipotesis peneliti dan hasil analisa tersebut juga berbanding terbalik dengan penelitian sebelumnya yang membuktikan bahwa regulasi emosi memiliki perbedaan pada individu laki-laki dan perempuan (Ratnasari & Suleeman, 2017). Namun hasil yang didapatkan oleh peneliti sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Swastika & Prastuti, 2021) yang juga menunjukkan bahwa remaja laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan tingkat. Temuan ini menjadi temuan baru pasalnya pada penelitian sebelumnya disebutkan bahwa variabel demografi jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kemampuan regulasi emosi individu (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019a; Mulyana et al., 2020; Ratnasari & Suleeman, 2017).

Peneliti juga melakukan uji analisa pada faktor demografi urutan kelahiran dan didapatkan hasil nilai signifikansi  $p = 0.779$  yang mana hal tersebut mengartikan bahwa tidak terdapat perbedaan regulasi emosi jika ditinjau dari urutan kelahiran. Pada hasil perhitungan uji analisa variabel urutan kelahiran menolak hipotesis peneliti karena hasil signifikansi  $p > 0.05$ . Hasil uji yang didapatkan oleh peneliti dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti adanya ketimpangan jumlah remaja pada setiap kelompok urutan kelahiran dikarenakan jumlah responden didominasi pada urutan kelahiran anak sulung dan bungsu sehingga terdapat perbedaan jumlah yang signifikan jika dibandingkan pada kelompok anak tengah serta anak tunggal. Penelitian ini dapat menjadi implikasi bagi peneliti selanjutnya agar memperhatikan pada seimbangannya jumlah responden yang menjadi subyek peneliti.

Penelitian ini juga menguji interaksi antar variabel *dependent* jika dikaitkan dengan regulasi emosi. Uji dua jalur anova menunjukkan nilai signifikansi  $p = 0.660$  pada interaksi antara rentang usia dan jenis kelamin sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat interaksi yang signifikan antar dua variabel tersebut sehingga uji analisa tersebut berseberangan dengan hipotesis peneliti. Regulasi emosi pada kelompok remaja madya berada di rentang usia pelajar tingkat atas sedangkan remaja akhir berada pada rentang usia pekerja atau mahasiswa perguruan tinggi dan tentu kondisi sosial seperti pergaulan juga menjadi bagian dinamika di dalamnya. Lingkungan sosial remaja laki-laki cenderung pada lingkungan yang berkaitan dengan aktivitas fisik sedangkan pada remaja perempuan cenderung pada kelompok belajar atau kelompok pertemanan dengan kegemaran yang sama (Mulyana et al., 2020).

Interaksi antara variabel demografi rentang usia dan urutan kelahiran menunjukkan nilai  $p = 0.065$  dan nilai tersebut mendekati signifikansi 0.05. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa terdapat interaksi regulasi emosi antara variabel dengan rentang usia dan urutan kelahiran namun tidak signifikan. Urutan kelahiran pada suatu keluarga tentu akan mempengaruhi pola asuh dan cara mempersepsikan terkait pola asuh orang tua (Karina & Yohanes, 2019). Jika dikaitkan pada perkembangan sosio-emosi pada rentang usia remaja tentu akan berpengaruh dalam mempersepsikan dan merespon tentang lingkungan sosial keluarga karena remaja akhir akan lebih mampu bersikap secara dewasa jika dibandingkan dengan remaja madya (Papalia, Diane E, 2014). Kemampuan remaja dalam memberikan respon atas situasi lingkungan sosialnya menjadi bagian dalam kemampuan regulasi emosi.



Analisa dua jalur anova juga turut menjabarkan hasil interaksi regulasi pada rentang usia, jenis kelamin, dan urutan kelahiran. Peneliti mendapatkan bahwa terdapat interaksi antar ketinggian melainkan tidak secara signifikan yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi  $p = 0.072$ . Temuan ini sejalan dengan hipotesis peneliti meski hasil tidak signifikan dan hal tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk pada jumlah responden pada setiap kriteria variabel tidak seimbang.

Penelitian yang dilakukan pada kelompok remaja muslim di Sidoarjo ini berkontribusi dengan hasil temuan baru karena menggabungkan variabel regulasi emosi dengan tiga variabel demografi seperti rentang usia, jenis kelamin, dan urutan kelahiran yang mana hal tersebut belum pernah dilakukan pada penelitian sebelumnya. Penelitian sebelumnya mengidentifikasi regulasi emosi remaja yang dikaitkan pada jenis kelamin dengan rentang usia atau jenis kelamin dengan urutan kelahiran. Sehingga penelitian ini dapat menjadi kebaruan dalam perkembangan ilmu psikologi terlebih pada psikologi perkembangan remaja, psikologi sosial atau psikologi klinis. Penelitian yang mengkaji terkait regulasi emosi dan dikaitkan pada variabel demografi pada remaja Sidoarjo terbilang masih terbatas, sehingga penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi berbagai kalangan seperti individu remaja, para orang tua, serta praktisi pendidikan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan dalam pengaplikasiannya. Penyebaran instrumen penelitian yang dilakukan di kedua sekolah dilakukan pada saat para siswa sedang melaksanakan Ujian Akhir Semester (UAS) sehingga hal tersebut diasumsikan mempengaruhi tingkat fokus remaja pada saat melakukan pengisian instrumen penelitian. Kriteria yang disusun oleh peneliti juga menjadi salah satu keterbatasan dalam penelitian karena peneliti sempat mengalami kesulitan untuk mengumpulkan responden yang sesuai. Hanya responden yang telah sesuai dengan kriteria yang diperkenankan mengisi instrumen penelitian sehingga hal tersebut menjadi faktor jangka waktu penyelesaian penelitian. Terbatasnya responden juga berkaitan dengan ketimpangan jumlah responden di setiap kelompoknya. Pada variabel rentang usia, peneliti tidak melibatkan individu dengan rentang usia remaja awal. Kelompok responden remaja madya memiliki jumlah yang jauh lebih banyak dibandingkan dengan remaja akhir sehingga ketimpangan tersebut tentu mempengaruhi hasil uji analisa oleh peneliti. Sejalan dengan jumlah responden, pada kelompok urutan kelahiran juga mengalami ketimpangan jumlah yang signifikan. Subyek penelitian didominasi oleh remaja dengan urutan kelahiran anak sulung dan bungsu sedangkan pada responden anak tengah jauh lebih sedikit. Responden anak tunggal juga memiliki jumlah yang sangat jauh berbeda dari ketiga kelompok urutan kelahiran lainnya.

Penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat menjadi implikasi bagi peneliti selanjutnya yakni dengan membagikan instrumen penelitian secara meluruh di setiap kelompok remaja yang sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan sebagai penunjang data penelitian. Seimbangnya jumlah responden pada setiap kelompok tentu akan mendapatkan hasil uji analisa lebih sesuai sehingga tidak bias dikarenakan ketimpangan jumlah responden. Pada variabel regulasi emosi juga terdapat faktor lain yang juga dapat diidentifikasi dalam penelitian selanjutnya sehingga dapat menjadi rujukan bagi para pembaca terkait faktor lain yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi oleh remaja. Implikasi pada penelitian selanjutnya yang juga menggunakan regulasi emosi sebagai topik utama penelitian dapat dikaitkan dengan proses individu dalam melakukan regulasi emosi karena tentu dengan adanya pembaruan ilmu dapat menjadi informasi bagi setiap individu dalam upaya mengelola emosi yang dimiliki. Upaya peningkatan regulasi emosi dengan berbagai metode seperti pemberian psikoedukasi atau pelatihan juga dapat



menjadi salah satu bentuk implikasi pada penelitian selanjutnya dan hal tersebut penting untuk menjadi informasi terutama bagi para remaja yang tengah memiliki perkembangan sosio-emosi yang signifikan. Strategi bagi individu dalam melakukan regulasi emosi juga menjadi pembaruan ilmu yang penting untuk dikaji.

## KESIMPULAN

Perbedaan regulasi emosi secara signifikan terlihat pada perbedaan rentang usia remaja yakni rentang usia remaja madya dan remaja akhir ( $p < .001$ ) sehingga hipotesis peneliti diterima dan hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya. Sedangkan regulasi emosi pada perbedaan jenis kelamin dan urutan kelahiran tidak terdapat perbedaan yang ditunjukkan dengan besar nilai signifikansi jenis kelamin  $p = 0.373$  dan urutan kelahiran  $p = 0.779$  sehingga hipotesis peneliti tidak diterima. Disesuaikan dengan hasil uji dua jalur anova oleh peneliti juga mendapatkan hasil bahwa interaksi yang dikaitkan pada setiap variabel menunjukkan tidak adanya interaksi karena nilai signifikansi  $p > 0.01$ . Interaksi antara variabel rentang usia dan jenis kelamin mendapatkan hasil  $p = 0.660$ . Dilanjutkan pada variabel rentang usia dengan urutan kelahiran menunjukkan signifikansi  $p = 0.065$  yang mana hal tersebut menunjukkan interaksi tidak signifikan. Pada interaksi jenis kelamin dan urutan kelahiran menunjukkan skor  $p$  sebesar 0.625 dan memiliki makna bahwa tidak terdapat interaksi antara jenis kelamin dengan urutan kelahiran pada regulasi emosi remaja. Untuk uji hipotesis tingkat regulasi emosi yang mengidentifikasi interaksi variabel rentang usia, jenis kelamin, dan urutan kelahiran menunjukkan bahwa interaksi ketiganya tidak signifikan ( $\text{sig } p = 0.072$ ).

Kontribusi peneliti menjadi pembaruan informasi terkait topik regulasi emosi remaja di Sidoarjo. Keterbatasan dalam penelitian tentunya menjadi media rujukan peneliti selanjutnya dalam melakukan implikasi penelitian dengan topik yang lebih relevan pada kondisi remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, A., & Widyastuti. (2021). The relationship between emotion regulation and academic stress in class xii high school students. *Acdemia Open*, 6, 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.2618>
- Astuti, R. S. (2023). Memutus rantai kekerasan remaja yang kian merajalela di “Brang Wetan.” *Kompas.Id*. <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/03/19/memutus-rantai-kekerasan-remaja-yang-kian-merajalela-di-brang-wetan-1%0A>
- Azwar, S. (2017). *METODE PENELITIAN PSIKOLOGI (Edisi II)*. PUSTAKA PELAJAR.
- Bidhumas Polda Jatim. (2023). Antisipasi kenakalan remaja Tim Ops Bina Kusuma Semeru 2023 Polda Jatim lakukan penyuluhan ke pelajar. *Tribatanews.Tanjungperak.Jatim.Go.Id*. <https://tribatanews.sidoarjo.jatim.polri.go.id/03/03/2023/antisipasi-kenakalan-remaja-tim-ops-bina-kusuma-semeru-2023-polda-jatim-lakukan-penyuluhan-kepada-pelajar/%0A>
- bps.go.id. (2022). Kriminalitas - Jumlah Kejahatan yang Dilaporkan Menurut Kepolisian Resort di Provinsi Jawa Timur, 2019-2022.
- Farichah, I. N., Habsy, B. A., & Suroso, D. H. (2019). Konseling kelompok rasional emotif perilaku dalam membantu mengatasi regulasi emosi siswa smp, efektifkah? *Jurnal Pendidikan*, 04(01), 25–32. <https://doi.org/10.26740/jp.v4n1.p25—32>
- Fatmawaty, R. (2017a). Memahami psikologi remaja. *Jurnal Reforma*, 6(1), 55–65.



- <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>
- Fatmawaty, R. (2017b). Memahami psikologi remaja. *Jurnal Reforma*, 6(2), 55–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation : an integrative review. *Educational Publishing Foundation*, 2(3), 271–299. [https://doi.org/1089-2680/98/\\$3.00](https://doi.org/1089-2680/98/$3.00)
- Gurnita, W. N., & Suwarti. (2020). Studi deskriptif kuantitatif tentang pola kelekatan remaja dengan teman sebaya pada peserta didik di SLTP Negeri 1 Ayah, Kebumen. *PSYCHO IDEA*, 11(2), 28–34. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30595/psychoidea.v11i2.511>
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih. (2019a). Regulasi emosi pada remaja laki-laki dna perempuan. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 18(1), 87–95. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/marwah.v18i1.6525>
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih. (2019b). Self-compassion dan regulasi emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 148–156. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/jp.v15i2.7740>
- Humas Polda Jatim. (2023). Polresta Sidoarjo berhasil amankan dua pemuda bersajam yang viral di medsos. *Tribatanews.Tanjungperak.Jatim.Go.Id*. <http://tribatanews.tanjungperak.jatim.polri.go.id/15/03/2023/polresta-sidoarjo-berhasil-amankan-dua-pemuda-bersajam-yang-viral-di-medsos/%0A>
- jatimnow. (2022). Pembacok kaki remaja hingga nyaris putus saat tawuran di Surabaya diamankan. <https://jatimnow.com/baca-46438-pembacok-kaki-remaja-hingga-nyaris-putus-saat-tawuran-di-surabaya-diamankan>
- jatimsuara. (2022, April). Lagi-lagi tawuran makan korban di Jakarta saat bulan ramadan. <https://news.detik.com/berita/d-6649561/lagi-lagi-tawuran-makan-korban-di-jakarta-saat-bulan-ramadan>
- Josua, D. P., Sunarti, E., & Krisnatuti, D. (2020). Internalisasi nilai keluarga dan regulasi emosi: dapatkah membentuk perilaku sosial remaja? *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 17–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/persona.v9i1.2801>
- Karina, N. K. G., & Yohanes, K. H. (2019). Perbedaan regulasi diri ditinjau dari urutan kelahiran dan jenis kelamin remaja Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 79–88. <https://doi.org/26544024>
- Kartono, K. (1997). *Patologi sosial*. Rajawali Press.
- Maharani, S., & Bernard, M. (2018). Analisis hubungan resiliensi matematik terhadap kemampuan pemecahan masalah siswa pada materi lingkaran. *Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif*, 1(5), 819–826. <https://doi.org/https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/45339>
- Maharani, S. T., & Nursalim, M. (2022). Hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi individu terhadap kemampuan resiliensi peserta didik di SMP Negeri 10 Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 13(1), 705–714. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/45339>
- Mulyana, O. P., Izzati, U. A., Budiani, M. S., Dewi, N. W. S. P., Fantazilu, I. F., & Anggraeni, D. W. (2020). Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin mahasiswa pada pandemi Covid-19. *Psisula : Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 238–250. <https://doi.org/2715-002X>
- Pambudi, L. (2023). Terjebak di gang buntu, anggota gengster asal Sidoarjo dibacok 6 remaja. [Suryamalang.Com](https://www.suryamalang.com).



- <https://suryamalang.tribunnews.com/2023/01/23/terjebak-di-gang-buntu-anggota-gangster-asal-sidoarjo-dibacok-6-remaja%0A>
- Papalia, Diane E, R. D. F. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia* (12th ed.). Salemba Humanika.
- [http://elib.upiypk.ac.id/opac/index.php?p=show\\_detail&id=85](http://elib.upiypk.ac.id/opac/index.php?p=show_detail&id=85)
- Patoppol, B. (2023). Viral video kelompok perusuh Wonoayu, Bupati Sidoarjo minta semua pihak intensifkan pembinaan. *Suarasurabaya.Net*.  
<https://www.suarasurabaya.net/kelanakota/2023/viral-video-kelompok-perusuh-wonoayu-bupati-sidoarjo-minta-semua-pihak-intensifkan-pembinaan/%0A>
- Ratnasari, S., & Suleeman, J. (2017). Perbedaan regulasi emosi perempuan dan laki-laki di perguruan tinggi. 15(01), 35–46. <https://doi.org/10.7454/jps.2017.4>
- Republik Jatim. (2023). Gengster Sidoarjo berulah lagi, kali ini pukuli remaja Jemundo Taman pakai gir, selang besi serta gunakan sajam. *Republikjatim.Com*.  
<https://republikjatim.com/baca/gangster-sidoarjo-berulah-lagi-kali-ini-pukuli-remaja-jemundo-taman-pakai-gir-selang-besi-serta-gunakan-sajam%0A>
- Saifuddin, A. (2012). Reliabilitas dan Validitas. PUSTAKA PELAJAR.  
<https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/566/419>
- Salman, G. (2023). 10 anggota gengster di Sidoarjo jadi tersangka pengeroyokan remaja hingga tewas. *Surabaya.Kompas.Com*.  
<https://amp.kompas.com/surabaya/read/2023/05/25/172539978/10-anggota-gangster-di-sidoarjo-jadi-tersangka-pengeroyokan-remaja-hingga%0A%0A>
- Santrock, J. W. (2018). *LIFE-SPAN DEVELOPMENT* (13th ed.).
- Sembiring, M., & Tarigan, T. (2022). Hubungan regulasi emosi dengan resiliensi akademik siswa SMA Seminari Menengah Pematangsiantar. *JURNAL PENELITIAN PENDIDIKAN AGAMA KATOLIK*, 2(2), 131–147.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.52110/jppak.v2i2.56>
- Sukmaningpraja, A., & Santhoso, F. H. (2016). Peran regulasi emosi terhadap resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis semi militer. *GADJAH MADA JOURNAL OF PSYCHOLOGY*, 2(3), 184–191.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.22146/gamajop.36944>
- Swastika, G. M., & Prastuti, E. (2021). Perbedaan regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin dan rentang usia pada remaja dengan orangtua bercerai. *Psikologika*, 26(1), 19–34. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art2>
- Vienlencia, R. (2021). Peran dukungan sosial keluarga terhadap regulasi emosi anak dalam belajar. *Satya-Sastraharing*, 5(2), 35–46.  
<https://ejournal.iahntp.ac.id/index.php/Satya-Sastraharing>
- Yolanda, W. G., & Wismanto, Y. B. (2017). Perbedaan religulasi emosi dan jenis kelamin pada mahasiswa yang bersuku Batak dan Jawa. *Psikodimensia*, 16(1), 72–80.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.24167/psiko.v16i1.948>

