

Pola Asuh Otoritatif dan Regulasi Emosi pada Remaja Akhir

Santa Andrea Dewinda Aritonang¹, Christiana Hari Soetjningsih²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,
Indonesia¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,
Indonesia²

E-mail: santaandreadewindaaritonang@gmail.com¹, soetji_25@yahoo.co.id²

Correspondent Author : Santa Andrea Dewinda Aritonang,

santaandreadewindaaritonang@gmail.com

Doi : [10.313116/gcouns.v8i2.5572](https://doi.org/10.313116/gcouns.v8i2.5572)

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola asuh otoritatif dan regulasi emosi remaja akhir. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Instrumen penelitian ini menggunakan skala *emotional regulation questionnaire* untuk mengukur regulasi emosi dan skala *parenting style questionnaire* (PSQ) untuk mengukur pola asuh otoritatif. Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 129 remaja akhir. Teknik analisis data yang digunakan yaitu korelasi product moment Spearman rho, dengan memperoleh koefisien korelasi sebesar $r = 0.105$ dengan nilai signifikansi $= 0.119$ ($p > 0.05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi. Makin tinggi pola asuh otoritatif maka makin tinggi regulasi emosi remaja akhir dan sebaliknya makin rendah pola asuh otoritatif maka makin rendah regulasi emosi remaja akhir. Sejauh ini dalam sudut penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pola asuh otoritatif sangat berdampak pada regulasi remaja akhir.

Kata kunci: pola asuh otoritatif, regulasi emosi, remaja akhir

Abstract

The aim of this research is to determine the relationship between authoritative parenting and emotional regulation in late adolescents. The type of research used in this research is quantitative research with a correlational design. This research instrument uses the emotional regulation questionnaire scale to measure emotional regulation and the parenting style questionnaire (PSQ) scale to measure authoritative parenting patterns. The participants involved in this research were 129 late adolescents. The data analysis technique used is Spearman rho product moment correlation, by obtaining a correlation coefficient of $r = 0.105$ with a significance value $= 0.119$ ($p > 0.05$), which means there is a significant positive relationship between authoritative parenting and emotional regulation. The higher the authoritative parenting style, the higher the emotional regulation of late adolescents and conversely, the lower the authoritative parenting pattern, the lower the emotional regulation of late adolescents. So far, from this research point of view, it can be concluded that authoritative parenting has a big impact on the regulation of late adolescents.

Keywords: authoritative parenting style, emotion regulation, late adolescence

Info Artikel

Diterima Agustus 2023, disetujui Januari 2024, diterbitkan April 2024



PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa perubahan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Santrock, 2012). Pada masa remaja dapat terjadi kondisi sulit dalam mengontrol emosinya. Oleh karena itu tugas perkembangan remaja yaitu remaja harus mampu mengendalikan emosi dan membuat strategi yang tepat untuk meregulasi emosinya (Astuti, Wasidi & Shintia, 2019). Menurut (Gross 2014) regulasi emosi merupakan cara yang dilaksanakan secara sadar ataupun tidak sadar untuk melindungi, mendukung, atau mengurangi satu atau lebih perspektif dari respon emosi yaitu pengalaman emosi atau watak. Manfaat regulasi emosi bagi remaja akhir yaitu dengan belajar mengendalikan dan mengontrol emosi negatif dan membentuk emosi positif (Fitri & Ikhwanisifa, 2015). Adapun berbagai faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu genetik, usia, religiusitas, pola asuh, budaya, tujuan yg dicapai oleh regulasi emosi dan kekerapan individu dalam meregulasi emosi (Gross, 2007; Fitri & Rakhmawati, 2013). Menurut Santrock (2014) remaja yang pola asuh orangtuanya otoritatif maka kemampuan regulasi emosinya baik. Berdasarkan hal tersebut, salah satu faktor yang akan diambil yaitu pola asuh, yaitu yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu pola asuh orang tua (Coon, 2005; Fitri & Rakhmawati, 2013). Menurut Gross (2014) mengatakan ada tiga aspek regulasi emosi yaitu *strategies to emotion regulation, engaging in goal directed behavior, control emotional responses, acceptance of emotional response (acceptance)*. (Hurlock, 1995; Asrori & Ali, 2015) batasan usia remaja akhir yaitu 12-18 tahun, terdapat tugas perkembangan remaja akhir yaitu sebagai berikut:

1. Meninggalkan sikap kekanak-kanakan dengan belajar bersikap dewasa
2. Menerima kenyataan perubahan fisik dalam bentuk badan
3. Mampu bergaul dengan orang sekitar
4. Menerima kemampuan diri sendiri tanpa perlu berkecil hati
5. Mendapat kebebasan secara emosional.

Pola asuh otoritatif adalah pola asuh orang tua yang memberikan kehangatan, sabar, komunikasi yang baik kepada anak, mampu memahami emosi atau perasaan anak dan membantu anak untuk mengatasi emosi anak (Gottman, Katz, & Hooven, 1997 dalam Mubarak, 2016). Pola asuh otoritatif merupakan pola asuh yang memberikan kenyamanan, kedamaian, menunjukkan kasih sayang, mengerti perasaan anak, membimbing dan peduli kepada anak (Robinson, Mandleco, Osleo dan Hart, 1995; Putri, 2015) Pola asuh otoritatif membuat remaja akhir akan meningkatkan regulasi emosi yang tinggi. Santrock (2014) mengemukakan orang tua dengan pola asuh otoritatif memberikan anak kebebasan akan tetapi tetap diberikan batasan dan menuntun tindakan anak dengan baik. Ada tiga aspek dari pola asuh otoritatif yakni *warmth and involvement, reasoning/induction, democratic participation, good natured/easy going* (Robinson, Mandleco, Osleo dan Hart, 1995; Fahiroh, Tairas & Retnowati, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara singkat kepada 10 orang remaja akhir Universitas Duta Wacana, pada tanggal 5 April 2023, ditemukan 7 subjek mengatakan bahwa mereka dapat mengontrol emosi mereka dengan baik dan positif dikarenakan remaja di asuh orang tua secara otoritatif. Remaja dapat meluapkan emosinya secara tepat dan benar disituasi tertekan karena orang tua remaja merupakan orang tua yang terbuka terhadap emosi anaknya, orang tua menekankan pengidentifikasian emosi sebelum meluapkannya, sehingga remaja paham emosi yang mereka rasakan dan bagaimana meluapkannya agar emosi tersebut teregulasi. Sementara itu, 3 subjek mengatakan bahwa mereka sulit dalam meregulasi emosi mereka karena mereka di didik orang tuasecara otoriter. Subjek mengatakan orang tua mereka menghalangi anaknya dalam menunjukkan emosi negatif



seperti menangis, marah, takut dan lain-lain. Jadi subjek tidak paham dengan emosi mereka sendiri dan akhirnya emosi mereka meledak sewaktu-waktu. Lalu pada tanggal 16 April 2023 dari hasil wawancara singkat terhadap remaja akhir dengan rentang usia 20-21 tahun, ditemukan 3 subjek mengatakan bahwa mereka mengontrol emosi dengan cara mengenali emosi yang mereka alami terlebih dahulu lalu mengekspresikan dan menerima emosi mereka dengan baik dikarenakan subjek juga diasuh orang tua secara otoritatif. Dan hal ini sejalan dengan Morris (2012), bahwa regulasi emosi anak-anak hingga remaja dipengaruhi oleh media belajar, orang tua dan perilaku karakteristik anak sendiri.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Widyaningsih (2015) menunjukkan ketika anak melakukan kesalahan, orang tua otoritatif tidak langsung memarahi anak tersebut akan tetapi mendengarkan apa yang terjadi pada anaknya. Hubungan positif pola asuh orang tua dalam meregulasi emosi tersebut akan kelak menjadi contoh buat anak dalam meregulasi emosinya. Hasil penelitian Haque (2013) menunjukkan anak yang tumbuh dalam pengasuhan otoritatif akan membantu anak mengatur emosi negatifnya dibanding anak yang tumbuh dalam pola asuh orangtua secara otoriter. Sehingga ada hubungan positif antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi remaja. Dan penelitian sebelumnya oleh Zahara (2017) menunjukkan hasil mengenai perbedaan regulasi emosi remaja dengan pola asuh otoriter, pola asuh otoriter dan pola asuh permisif yang remaja terima. Dilihat dari pola asuh otoritatif memberi dampak yang baik untuk meregulasi emosi pada remaja dibandingkan dengan pola asuh otoriter maupun pola asuh permisif. Selanjutnya hasil penelitian Indah (2020) memberikan hasil bahwa regulasi emosi mampu memberikan mediasi pada hubungan antara pola asuh otoritatif dengan perilaku prososial di media sosial. Dan penelitian sebelumnya Salwa (2021) menunjukkan bahwa hubungan positif antara pola asuh otoritatif dengan regulasi emosi pada tuna grahita.

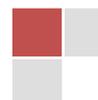
Penelitian ini akan mengaitkan pola asuh otoritatif dengan regulasi emosi. Oleh karena itu judul penelitian ini yaitu hubungan antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi pada remaja akhir.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional, untuk menguji hubungan antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi remaja. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel pola asuh otoritatif (X) dan variabel regulasi emosi (Y). Partisipan diperoleh berdasarkan jumlah 129 yang mengisi skala yang diedarkan secara daring melalui *google form* dengan kriteria berusia 18-21 tahun dan dari berbagai latar belakang pendidikan remaja. Teknik sampling yang digunakan yaitu *accidental sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berjumlah 37 item untuk masing-masing variabel dan tiap variabel menggunakan 4 alternatif jawaban. Analisis data untuk uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *product moment spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, peneliti menyebar data dengan menyebar kuesioner di seluruh Indonesia. Dengan latar belakang partisipan berusia 18-21 tahun (Steinberg, 2013), latar belakang pendidikan, domisili beserta partisipan yang diasuh oleh ayah atau ibu. Faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu genetik, usia, religiusitas, pola asuh, budaya, tujuan yg dicapai oleh regulasi emosi dan kekerapan individu dalam meregulasi emosi



(Gross, 2007; Fitri & Rakhmawati, 2013). Langkah-langkah pengambilan data dengan menyebarkan *link* kuesioner melalui sosial media, sekolah, gereja dan teman kuliah.

Tabel 1.

Hasil Statistik Deskriptif dari Pola Asuh Otoritatif dan Regulasi Emosi

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Total PAO	129	69.12	11.023	36	96
Total RE	129	22.02	3.789	14	32

Berikutnya melaporkan hasil kategorisasi pola asuh otoritatif dan regulasi emosi

a. Kategorisasi Pola Asuh Otoritatif

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar (99.2%) partisipan memiliki pola asuh otoritatif pada kategori sedang sebanyak 129 orang.

Tabel 2.

Kategorisasi Pola Asuh Otoritatif

Kategori	Interval	N	Persentase
Tinggi	$x \geq 96$	0	0%
Sedang	$37 \leq x < 96$	128	99.2%
Rendah	$x \leq 36$	1	0.77%
Total		129	100 %
Mean:69.12		Minimum: 36	
St.dev:11.023		Maximum:96	

b. Kategorisasi Regulasi Emosi

Berdasarkan tabel 3 sebagian besar (100%) partisipan memiliki regulasi emosi pada kategori sedang sebanyak 129 orang.

Tabel 3.

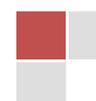
Kategorisasi Regulasi Emosi

Kategori	Interval	N	Presentase
Tinggi	$x \geq 32$	0	0%
Sedang	$15 \leq x < 32$	129	100%
Rendah	$x \leq 14$	0	0%
Total		129	100%
Mean:22.02		Minimum: 14	
St.dev:3.789		Maximum: 32	

Hasil uji asumsi

a. Uji Normalitas

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui untuk pola asuh otoritatif menunjukkan KS-Z sebesar 0.068 dengan nilai sign = 0.020 ($p < 0.05$) sedangkan pada regulasi emosi sebesar 0.095 dengan nilai sign = 0.007 ($p < 0.05$). Dapat disimpulkan data kedua berdistribusi tidak normal.



Tabel 4.

Hasil Uji Normalitas

KS-Z	KS-Z	Sig. Keterangan
Pola Asuh Otoritatif	0,068	0,020 p<0,05 → tidak normal
Regulasi Emosi	0,095	0,007 p<0,05 → tidak normal

b. Uji Linearitas

Berdasarkan tabel 5 hasil F beda = 0.821 dan nilai signifikansi sebesar 0,763 ($p > 0.05$) maka dapat disimpulkan bahwa antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi memiliki hubungan linear.

Tabel 5.

Hasil Uji Linearitas

	F beda	Sig.Keterangan
Deviation from linearity	.821	.763 p>0,05 → linear

Uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Spearman's Rho. Berdasarkan Tabel 4, hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,105 dengan nilai signifikansi =0.119 ($p > 0.05$) yang berarti hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif signifikan antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi. Makin tinggi pola asuh otoritatif maka semakin tinggi juga regulasi emosi dan sebaliknya jika pola asuh otoritatif rendah maka regulasi emosi juga semakin rendah. Hipotesis dalam penelitian ini ditolak. Besarnya sumbangan efektif pola asuh otoritatif terhadap regulasi emosi sebesar 32.4% .

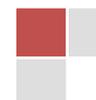
Tabel 6.

Uji Korelasi

Correlations

		Total PAO	Total RE
Spearman's rho	Total_PAO	Correlation	1.000
		Coefficient	.105
		Sig. (1-tailed)	.
		N	129
Total_RE	Total_RE	Correlation	.105
		Coefficient	1.000
		Sig. (1-tailed)	.119
		N	129

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi, yang berarti makin tinggi pola asuh otoritatif maka makin tinggi regulasi emosi remaja akhir dan sebaliknya makin rendah dan sebaliknya makin rendah pola asuh otoritatif maka makin rendah regulasi emosi remaja akhir. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian dari Salwa (2021) menunjukkan bahwa hubungan positif antara pola asuh otoritatif dengan regulasi emosi pada tuna grahita. Dari 129 responden, partisipan pada skala pola asuh otoritatif berada di kategori sedang (99,2%) dan kategori rendah (0,77%). Sebagian besar partisipan dengan pola asuh otoritatif menunjukkan indikator *warmth and involvement, reasoning/induction, democratic participation, good natured/easy going* sedangkan partisipan pada skala regulasi emosi berada dikategori sedang (100%) dengan indikator *strategies to emotion*



regulation, engaging in goal directed behavior, control emotional responses, acceptance of emotional response (acceptance).

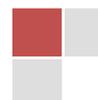
Bila sumbangan pola asuh otoritatif terhadap regulasi emosi sebesar 32.4%, yang berarti masih ada lain sebesar 0.676% yang memengaruhi regulasi emosi antara lain genetik, usia, religiusitas dan pola asuh.

KESIMPULAN

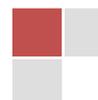
Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi. Makin tinggi pola asuh otoritatif maka makin tinggi regulasi emosi, dan sebaliknya makin rendah pola asuh otoritatif maka makin rendah regulasi emosi. Pola asuh otoritatif memberi sumbangan sebesar 32.4% terhadap regulasi emosi. Pola asuh otoritatif sebagian besar partisipan ada pada kategori sedang 99.2 % dan regulasi emosi sebagian besar partisipan pada kategori sedang juga 100 %. Sejauh ini dalam sudut penelitian ini dapat dilihat bahwa pola asuh otoritatif sangat berdampak pada regulasi remaja akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., Asrori. (2011). *Psikologi Remaja-Perkembangan Peserta Didik*. Cetakan Ketujuh. Jakarta. Bumi Aksara
- Anggraini, Laili, N. O., & Dinie, R. D. (2018). Hubungan dengan regulasi emosi dengan intensi agresivitas verbal instrumental pada suku batak di ikatan mahasiswa sumatera utara Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(3), 270-278.
- Amalia, D. M., & Zainuddin, K. (2021). Strategi regulasi emosi pada remaja yang memiliki orangtua overprotective. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(2), 27-43. <https://ojs.unm.ac.id/jtm/article/view/27-43/12794>
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Berk, L. E. (2012). *Development Through The Lifespan Dari Prenatal Sampai Remaja, Transisi Menjelang Dewasa*. Pustaka Pelajar.
- Coon, D. (2005). *Psychology a Journey*. Thomson Wadsworth.
- Damariatna, K. D. (2020). Regulasi emosi, lama pasien menjalani terapi, dan penerimaan diri atas penyakit kronis pada pasien hemodialisa. *Acta Psychologia*, 2(1), 1-14. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.34112>
- Endaryani, V. S., Yuniardi, M. S., & Syakarofath, N. A. (2020). Pelatihan antecedent-focused & response-focused untuk meningkatkan regulasi emosi pada remajapanti asuhan. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 6 (1), 18. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.55232>
- Efendi, A. M. (2013). Hubungan antara konsep diri dan pola asuh orang tua dengan konformitas santri. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 14(1), 1-8.
- Fitriani, Y., & Alsa, A. (2015). Relaksasi autogenik untuk meningkatkan regulasi emosi pada siswa SMP. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology*, 1(3), 149-162.
- Fitri, S. Y. R., & Windy, R. (2013). Strategi regulasi emosi kognitif dan pola asuh orangtua pada anak yang menjalani kemoterapi. *Jurnal Keperawatan Padjajaran*, 1(3), 196-204.
- Fahiroh, S. A., Tairas, M. M. W., & Retnowati, S. (2019). Vandation of parenting styles and dimensions questionnaire (PSDQ) on adolescents. *Jurnal Education, Health and Community Psychology*, 8(2), 177-195.
- Gross, J. (2008). *Emotion Regulation*. In M. Lewis & J. M. Jones, *Handbook Of Emotions* (3rd ed., pp. 497-512). The Guilford Press.



- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2006). Emotion Regulation: Conceptual Foundation. In J. J. Gross (6th ed). Handbook of emotion regulation. The Guilford Press.
- Gross, James J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. The Guilford Press
- Haque, M. A. U., & Riaz, M. N. (2013). Parenting styles as predictors of emotion regulation among adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 28(1), 85-105.
- Hendriana, A. A., & Hendriani, W. (2015). Regulasi emosi pada wanita dewasa awal yang ditolak cintanya (studi kasus pada cinta tak terbalas). *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 4(1), 57–62.
- Hurlock, E. B. (2004). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Erlangga.
- Muna, S. M. (2021). Hubungan pola asuh otoritatif dengan regulasi emosi pada anak tuna grahita di SLB Purna Yuda Bhakti Surabaya. (Skripsi, Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah). http://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id/465/1/Salwa%20M.M_S1-KEP_1710099_Skripsi.pdf
- Mubarok, P. P. (2016). Program pengasuhan positif untuk meningkatkan keterampilan mindful parenting orangtua remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 35-50.
- Nansi, D., & Utami, F. T. (2016). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku disiplin santri madrasah aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 2(1), 16-28.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Olds, S. W. (2008). Human Development (psikologi perkembangan). Prenada Media Group.
- Purnama, L. H. (2018). Hubungan antara pola asuh otoritatif orangtua dan kecerdasan emosional pada remaja pertengahan. (Skripsi thesis, Universitas Sanata Dharma).
- Putri, A. W. (2016). Hubungan antara pola asuh authoritative dengan konsep diri remaja akhir. (Tugas akhir, Universitas Kristen Satya Wacana).
- Radde, H. A., Nurahmah., Nurhikmah., Saudi, A. N. A. (2021) Uji validitas kontrak dari emotion regulation questionnaire versi bahasa indonesia dengan menggunakan confirmatory factor analysis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2), 152-160.
- Robinson, C. C., Mandlco, B., Olsen, S. F., & Hart, C. H. (1995). Parenting practices: development of a new measure. *Psychological Reports*, 77(3), 819-830.
- Santrock, J. W. (2007). Remaja (11th ed.). Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. W. (2014). Adolescence (14th ed.). McGraw-Hil Education.
- Sari, K. Y. A., Novera (2012). Perbedaan tingkat regulasi emosi anak yang memasuki sekolah berdasarkan pola asuh. Skripsi, thesis, Sanata Dharma University.
- Sari, N. I., & Restu, Y. S. (2020). Pengasuhan otoritatif, dukungan teman sebaya dan regulasi emosi dengan perilaku prososial remaja di media sosial. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 49. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i1.8168>
- Sugianto, A. V (2014). Pola asuh otoritatif dan self-esteem sebagai prediktor kemandirian mahasiswa yang tinggal di rumah kost di Salatiga. (Tugas Akhir, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana).
- Sutejo, S. V. H. (2018). Hubungan antara pola asuh otoritatif orang tua dengan kompetensi sosial pada anak usia 9 sampai 11 tahun. (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma).
- Utami, A. C. N., & Santoso, T. R. (2021). Pola asuh orang tua dan kenakalan remaja. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4(1), 1–15.



- Widyaningsih, W. (2019). Pengaruh pola asuh otoritatif terhadap regulasi emosi dan konformitas kelompok sebaya dalam aktivitas kelas. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 5(10), 1-7.
- Zahara, F. (2017). Pengendalian emosi ditinjau dari pola asuh orangtua pada siswa usia remaja di SMA Utama Medan. *94.Kognisi Jurnal*, 1(2), 2528–4495.



