

**HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH OTORITER DENGAN
KEMAMPUAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL**

SKRIPSI

**M I R Z A
NPM. 1831080279**



Program Studi : Psikologi Islam

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2023 M**

**HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH OTORITER DENGAN
KEMAMPUAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) Pada
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**

**Oleh:
M I R Z A
NPM. 1831080279**

Program Studi : Psikologi Islam

Pembimbing 1 : Abd. Qohar, M.Si

Pembimbing 2 : Mustamira Sofa Salsabila, S.Psi, M.Si

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2023 M**

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH OTORITER DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AWAL

Oleh:
MIRZA

Regulasi emosi merupakan suatu proses yang dilakukan seseorang untuk menghambat, memulai, memodifikasi, mengontrol, serta mengevaluasi emosi yang dimiliki sehingga mempengaruhi perilaku, perasaan serta respon fisiologis sebagai reaksi terhadap emosi yang dialami. Salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi adalah pola asuh otoriter. Pola asuh otoriter adalah pola asuh yang diterapkan orangtua dengan cara memberikan batasan, tuntutan, dan hukuman untuk anak agar senantiasa menuruti perintah-perintah orangtua tanpa mempertimbangkan pendapat dan keinginan anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pola asuh otoriter dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja awal.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan sampel sebanyak 70 siswa kelas 8 SMP yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala pola asuh otoriter ($\alpha = 0.851$) dan skala regulasi emosi ($\alpha = 0.883$). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *korelasi product moment* dengan bantuan *software JASP for windows*. Hasil penelitian menunjukkan nilai $r = -0,813$ dengan $p < 0,001$, artinya ada hubungan yang negatif signifikan antara pola asuh otoriter dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja awal dengan sumbangan efektif sebesar 66%.

Kata kunci : Regulasi Emosi, Pola Asuh Otoriter, Remaja awal.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN AUTHORITARIAN PARENTING WITH EMOTIONAL REGULATION TO EARLY ADOLESCENTS

By:
MIRZA

Emotion regulation is a process carried out by a person to inhibit, initiate, modify, control, and evaluate one's emotions so as to influence behavior, feelings and physiological responses as a reaction to the emotions experienced. One of the factors that affect an ability of emotional regulation is authoritarian parenting. Authoritarian parenting style is parenting style applied by parents by providing limits, demands, and punishments for children so that they always obey parental orders without considering the child's opinions and wishes. The aim of this study was to determine whether there is a relationship between authoritarian parenting and the ability of emotional regulation in early adolescents.

This study used quantitative research methods with a sample of 70 grade 8 students of SMP who were taken by a purposive sampling technique. Data collection techniques used the authoritarian parenting scale ($\alpha = 0.851$) and the emotional regulation scale ($\alpha = 0.883$). The data analysis technique used in this study is the product moment correlation analysis with the help of JASP for windows software. The results showed that the value of $r = -0.813$ with $p < 0.001$, meaning that there is a significant negative relationship between authoritarian parenting and the ability of emotional regulation in early adolescents with an effective contribution of 66%.

Key Words : *Emotional Regulation, Authoritarian Parenting, Early Adolescents.*

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : MIRZA
NPM : 1831080279
Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Dengan Kemampuan Regulasi Emosi Pada Remaja Awal” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, 24 Maret 2023
Menyatakan,



MIRZA
NPM. 1831080279



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat: Jl. Letkol.H. Endro Suratmin sukarama Bandar Lampung, Tlp.(0721)703289

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Dengan Kemampuan Regulasi Emosi Pada Remaja Awal

Nama : M I R Z A

NPM : 1831080279

Jurusan : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

MENYETUJUI

Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.

Pembimbing I

Pembimbing II

Abd. Qohar, M.Si

NIP. 19710312200501105

Mustamira Sofa Salsabila, S. Psi, M.Si

NIDN. 2021099002

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Psikologi Islam**

Drs. M. Nursalim Malay, M.Si

NIP. 1963010119990310



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat: Jl. Letkol.H. Endro Suratmin sukarama Bandar Lampung, Tlp.(0721)703289


PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Dengan Kemampuan Regulasi Emosi Pada Remaja Awal** disusun oleh **MIRZA, NPM: 1831080279** program studi Psikologi Islam. Telah di ujikan dalam sidang Munaqosyah di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua Sidang : Drs. H. M. Nursalim Malay, M.Si 

Sekretaris Sidang : Indah Dwi Cahya Izzati, M.Psi 

Penguji Utama : Annisa Fitriani, MA 

Penguji Pendamping I : Abd. Qohar, M.Si 

Penguji Pendamping II : Mustamira Sofa Salsabila, S.Psi, M.Si 

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama



Dr. Ahmad Isnaeni, MA
NIP.197403302000031001

MOTTO

لِلنَّاسِ أَنْفَعُهُمْ النَّاسُ خَيْرٌ

“Sebaik-Baiknya Manusia Adalah Yang Paling Bermanfaat
Bagi Manusia Lainnya”

(HR. Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni. Dihasankan oleh al-Albani
di dalam Shahihul Jami’ no:3289)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Berkat rahmat dan hidayah-Nya, peneliti berhasil menyelesaikan skripsi yang sederhana ini. Sholawat serta salam selalu tucurahkan kepada baginda nabi besar Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabat-nya, semoga kita selaku umat-nya senantiasa mendapatkan syawaat-nya di hari kiamat kelak. Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah menghadirkan orang-orang yang berarti di sekeliling peneliti yang senantiasa memberikan bantuan, semangat dan doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya skripsi yang sederhana ini peneliti persembahkan untuk;

1. Untuk ayah peneliti Alm.Muhammad Ridho dan ibu peneliti Sunarti terima kasih atas cinta, kasih sayang dan doa kalian sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk kakak dan adik peneliti terima kasih atas semangat dan bantuan yang kalian berikan kepada peneliti sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
3. Untuk keponakan-keponakan peneliti yang selalu memberikan semangat dan menghibur peneliti ketika dalam keadaan sulit sehingga memotivasi peneliti untuk bangkit dan menyelesaikan skripsi ini.

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap MIRZA, dilahirkan di Teluk Betung pada tanggal 18 Juni 1999. Peneliti merupakan anak ke sembilan dari sepuluh bersaudara, putra dari pasangan Bapak Alm. Muhammad Ridho dan Ibu Sunarti. Alamat tempat tinggal di Jalan Teluk Ratai, Gang Cempaka 1, Kelurahan Kota Karang, Kecamatan Teluk Betung timur, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung. Berikut riwayat pendidikan peneliti:

1. MI Mathlaul Anwar Sinar Laut, lulus pada tahun 2012.
2. SMP Negeri Terbuka 15 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2015.
3. SMA Taman Siswa Teluk Betung, Lulus pada tahun 2018.

Setelah menamatkan pendidikan di SMA Taman Siswa Teluk Betung pada tahun 2018, peneliti terdaftar sebagai mahasiswa program studi S1 Psikologi Islam di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



KATA PENGANTAR

Assalamuallaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin puji syukur peneliti haturkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan segala kenikmatan, ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya sehingga peneliti berhasil menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Dalam proses penyelesaian skripsi, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangatlah dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh sebab itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Wan Jamaluddin Z, M. Ag., Ph. D.selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. Ahmad Isnaeni, MA selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Drs. H. M. Nursalim Malay, M.Si. selaku Ketua Prodi Psikologi Islam dan Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung yang senantiasa membantu dan tanggap terhadap kesulitan-kesulitan mahasiswa.
4. Bapak Abd. Qohar, M.Si selaku pembimbing 1 yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing serta memberikan arahan bagi peneliti selama menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Mustamira Sofa Salsabila, S.Psi, M.Si selaku pembimbing II yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing serta memberi motivasi dengan sabar dan penuh pengertian sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Intan Islamia, M.Sc. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan terkait perkuliahan.

7. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama serta keluarga besar Program Studi Psikologi Islam yang telah memberikan ilmu dan mengajarkan banyak hal yang bermanfaat, serta seluruh karyawan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah membantu proses administrasi dalam penelitian ini.
8. Ayahanda Alm. Muhammad Ridho dan Ibunda Sunarti yang telah berjuang sekuat tenaga baik lahir maupun batin demi pendidikan serta selalu memberikan semangat, motivasi, nasihat dan saran terbaik untuk peneliti.
9. Untuk Kakak-kakak dan adik yaitu Rozika, Ferlia, Nurdiana, Nik Ahmad Bakhtar, Rosita, Ibnu malkan, Lela Wati, Irfan arfandi, dan Imaidah Halimah yang telah membantu serta mengupayakan hal-hal yang terbaik untuk peneliti.
10. Terimakasih juga kepada Keponakan-keponakan yaitu Alesha Monica, Nur Avia, dan Muhammad Adnan Mubarak yang selalu menghibur peneliti.
11. Untuk Isda Jayanti yang selalu berusaha membantu dan menguatkan peneliti selama proses pengerjaan skripsi.
12. Untuk sahabat-sahabat terbaik, Nur Muhammad Royyan dan Moh Ali Rahman yang telah membantu dan memberi support kepada peneliti dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya akan menjadi pahala dan amal yang barokah serta mendapat kemudahan dari Allah SWT. Aamiin.

Wassalamualaiku warahmatullahi wabarakatuh

Bandar Lampung, 24 Maret 2023

MIRZA
NPM. 1831080279

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACK	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB.I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	10
BAB.II LANDASAN TEORI	
A. Regulasi Emosi	15
1. Pengertian Regulasi Emosi	15
2. Aspek-aspek Regulasi Emosi	16
3. Faktor-faktor Regulasi Emosi	17
4. Regulasi Emosi dalam Perspektif Islam	18
B. Pola Asuh Otoriter	20
1. Pengertian Pola Asuh Otoriter	20
2. Aspek-aspek Pola Asuh Otoriter	20
C. Masa Remaja	21
1. Pengertian Masa Remaja	21

2. Fase-fase Remaja	22
3. Tugas Perkembangan pada Remaja	22
D. Dinamika Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter dengan Kemampuan Regulasi Emosi pada Remaja Awal	23
E. Kerangka Berfikir	25
F. Hipotesis	26

BAB.III METODOLOGI PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian	27
B. Definisi Oprasional	27
1. Pola Asuh Otoriter	27
2. Regulasi Emosi	28
C. Subjek Penelitian	28
1. Populasi	28
2. Sampel	29
3. Teknik Sampling	29
D. Metode Pengumpulan Data	30
1. Skala Pola Asuh Otoriter	30
2. Skala Regulasi Emosi	31
E. Validitas dan Reliabilitas	33
1. Validitas	33
2. Reliabilitas	33
F. Metode Analisis Data	33

BAB.IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan Dan Persiapan Penelitian	35
1. Orientasi Kancan	35
2. Persiapan Penelitian	35
3. Pelaksanaan <i>Try Out</i>	37
4. Seleksi Aitem Dan Reliabilitas	37
5. Penyusunan Skala Penelitian	39
B. Pelaksanaan Penelitian	41
1. Penentuan Subjek Penelitian	41
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data	41

3. Skoring	41
C. Hasil Analisis Data Penelitian	42
1. Karakteristik Responden	42
2. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	43
3. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	44
4. Uji Asumsi	47
5. Uji Hipotesis	51
6. Sumbangan Efektif Variabel	51
D. Pembahasan	52

BAB. V PENUTUP

A. Kesimpulan	57
B. Rekomendasi	57

DAFTAR PUSTAKA	57
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	59
-----------------------	-----------



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Daftar Populasi Penelitian	29
Tabel 3.2	Skala Pola Asuh Otoriter	31
Tabel 3.3	Rancangan Skala Regulasi Emosi	32
Tabel 4.1	Distribusi Seleksi Aitem Skala Pola Asuh Otoriter ...	38
Tabel 4.2	Distribusi Seleksi Aitem Skala Regulasi Emosi	39
Tabel 4.3	Sebaran Aitem Baik Skala Pola Asuh Otoriter	40
Tabel 4.4	Sebaran Aitem Baik Skala Regulasi Emosi	40
Tabel 4.5	Sebaran Responden Berdasarkan Kategorisasi Jenis Kelamin	42
Tabel 4.6	Sebaran Responden Berdasarkan Kategorisasi Usia	43
Tabel 4.7	Deskripsi Data Statistik Penelitian	44
Tabel 4.8	Rumus Norma Kategorisasi Dalam Tiga Kategori	45
Tabel 4.9	Kategori Skor Variabel Regulasi Emosi	45
Tabel 4.10	Kategori Skor Variabel Pola Asuh Otoriter	46
Tabel 4.11	Rangkuman Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 4.12	Hasil Uji Hipotesis Variabel X Dan Y	51
Tabel 4.13	Sumbangan Efektif Variabel Independen	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Sebaran Responden Berdasarkan Kategorisasi Jenis Kelamin	42
Gambar 4.2 Diagram Sebaran Responden Berdasarkan Kategorisasi Usia	43
Gambar 4.3 Diagram Kategori Skor Variabel Regulasi Emosi ...	45
Gambar 4.4 Diagram Kategori Skor Variabel Pola Asuh Otoriter	46
Gambar 4.5 Visualisasi Uji Normalitas Variabel Regulasi Emosi	48
Gambar 4.6 Visualisasi Uji Normalitas Variabel Pola Asuh Otoriter	49
Gambar 4.7 Hasil Uji Linieritas Pola Asuh Otoriter Vs Regulasi Emosi	50



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Rancangan Skala Penelitian	63
Lampiran. 2 Distribusi Data Uji Coba	71
Lampiran. 3 Seleksi Aitem Dan Reliabilitas	75
Lampiran. 4 Skala Penelitian	79
Lampiran. 5 Tabulasi Data Penelitian	85
Lampiran. 6 Hasil Uji Asumsi	87
Lampiran. 7 Hasil Uji Hipotesis	93
Lampiran. 8 Hasil Sumbangan Efektif	95
Lampiran. 9 Bukti Penelitian	97
Lampiran. 10 Buku Pantau Skripsi	107
Lampiran. 11 Surat Izin Penelitian	111



BAB I

PEDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi dalam rentang kehidupan manusia dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang mana individu seringkali mengalami kebingungan dan krisis identitas serta diikuti dengan perilaku agresif, tidak stabil, sensitif, dan kegoyahan emosi (Santrock, 2012). Pada masa remaja, individu mulai mengalami beberapa perubahan yang mencakup perubahan fisik, emosi, dan perilaku sehingga seringkali muncul berbagai masalah dan konflik. Selain itu, berbagai perubahan yang dialami tersebut juga seringkali membuat remaja terlibat dalam kasus-kasus kekerasan seperti perkelahian atau tawuran (Putra, Nurzanti & Karimullah, 2019).

Hal ini dapat dilihat berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) yang menunjukkan bahwa terdapat 202 remaja berhadapan dengan hukum terkait kasus tawuran dalam kurun waktu 2017-2018 Menurut Thornburg (dalam Utami, 2021) membagi masa remaja menjadi tiga fase yang terdiri dari fase remaja awal yang berada pada rentang usia 13-14 tahun, fase remaja tengah yang berada pada rentang usia 15-18 tahun, dan fase remaja akhir yang berada pada rentang usia 19-21 tahun. Adapun dalam penelitian ini, peneliti berfokus pada remaja awal.

Adapun tugas-tugas perkembangan pada masa remaja menurut Hurlock (2011) meliputi kemampuan remaja dalam mencapai hubungan yang baru dan lebih matang dengan teman sebaya,

mencapai peran sosial pria dan wanita, mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, dan yang paling penting adalah remaja harus mampu mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang dewasa. Pada fase remaja awal, individu diharapkan mampu mengembangkan tugas-tugas perkembangan yang dikemukakan diatas, khususnya mampu mencapai kemandirian emosional. Tercapainya kemandirian emosional ini penting bagi remaja awal dalam rangka mempersiapkan diri menuju masa dewasa (Husna & Wungu, 2018).

Remaja awal yang tidak mampu mengembangkan kemandirian emosional cenderung gegabah dalam mengambil keputusan yang terkadang sangat ekstrim (Agustriyana & Suwanto, 2017). Hal inilah yang kemudian membuat seseorang yang masuk pada fase remaja awal seringkali kesulitan dalam mengendalikan dan mengelola emosinya. Oleh karena itu, remaja awal dituntut memiliki kemampuan untuk dapat mengendalikan, mengelola serta mengontrol emosi yang mereka rasakan atau yang biasa disebut dengan istilah regulasi emosi. Remaja awal yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung mampu mengenali serta mengelola emosi negatif seperti kemarahan, kekecewaan, kesedihan, kebencian, dan dendam, sehingga tidak meluapkan emosinya begitu saja dan lebih memilih menahan serta mengendalikan emosi yang sedang dirasakan (Astuti, Wasida & Sinthia, 2019).

Menurut Gross (2015) regulasi emosi diartikan sebagai suatu proses yang dilakukan individu guna mengatur, menghambat, atau mengungkapkan emosi yang dimiliki sehingga individu tersebut dapat menghadapi situasi tertentu. Pada dasarnya, remaja awal dituntut

memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik, salah satunya untuk meredam emosi yang seringkali meledak-ledak akibat banyaknya tekanan dan masalah yang dihadapi (Yusuf & Kristiana, 2017). Menurut Yusuf dan Kristiana (2017) remaja awal yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik akan mampu mengenali bentuk emosi yang sedang dirasakan serta cenderung memunculkan perilaku yang positif dan menguntungkan bagi diri remaja itu sendiri juga orang lain. Remaja awal yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik cenderung mampu mengatasi berbagai masalah dalam kehidupannya (Yusuf & Kristiana, 2017). Selain itu, kemampuan regulasi emosi yang dimiliki juga bisa menjadi bekal bagi remaja awal dalam menjalani kehidupannya dimasa yang akan datang (Lubis, Elita & Afriyanti, 2017).

Penerapan regulasi emosi yang baik seringkali diperlihatkan oleh remaja awal antara lain melalui perilaku bersabar, berfikir positif, saling menghargai, tidak putus asa, memaafkan, optimistis dan lain sebagainya (Wulandari & Khusumadewi, 2021). Sedangkan rendahnya kemampuan remaja awal dalam meregulasi emosinya berpotensi memunculkan dampak serta perilaku yang buruk sehingga remaja awal cenderung mudah mengalami stress dan terlibat pertikaian (Yusuf & Kristiana, 2017). Bahkan tidak jarang remaja awal dengan regulasi emosi yang rendah cenderung kesulitan dalam memodifikasi emosi serta menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi (Lubis et al., 2017).

Penerapan kemampuan regulasi emosi yang buruk seringkali diperlihatkan oleh remaja awal antara lain melalui perilaku negatif seperti balas dendam, perkelahian, sulit memaafkan, berprilaku agresif

dan lain sebagainya (Astuti et al., 2019). Kemampuan regulasi emosi tidak hanya ditulis dalam literatur buku, artikel, jurnal, atau media lainnya. Namun didalam Al-Quran juga telah dijelaskan mengenai regulasi emosi. Sebagaimana yang tercantum dalam QS.Ali-Imran ayat 134;

الَّذِينَ يُفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَبِيمِ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٣٤﴾

Artinya:

“Orang-orang yang bertakwa yaitu mereka yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang lain, Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan” (134).

Menurut Shihab (2002) dalam Tafsir Al-Misbah, ayat diatas mengandung pesan agar manusia senantiasa bertakwa kepada Allah SWT dengan selalu berusaha menahan amarahnya serta memaafkan kesalahan orang lain. Lebih lanjut, menahan amarah dan memaafkan kesalahan orang lain merupakan indikator terkait regulasi emosi. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Gross (2015) yang menjelaskan bahwa salah satu indikator regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh emosi negatif termasuk didalamnya menahan amarah dan memaafkan kesalahan orang lain.

Gross (2015) menjelaskan bahwa terdapat empat aspek dalam menentukan kemampuan regulasi emosi seseorang yang mana terdiri dari kemampuan strategi regulasi emosi, kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif, kemampuan mengontrol emosi, serta

kemampuan menerima respon emosi. Gross (2015) mengemukakan terdapat faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang yang terdiri dari kelekatan, temperamen individu, genetik, dan pola pengasuhan. Adapun faktor yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah pola asuh orangtua. Jahja (2011) mengemukakan bahwa bentuk pola asuh yang diberikan orangtua merupakan dasar bagi remaja dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi. Lebih lanjut, menurut Pradipta, Mulyadi dan Rahman (2021) pola asuh yang diterapkan orangtua pada anaknya dalam kehidupan sehari-hari menjadi salah satu faktor penting dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi.

Menurut Baumrind (1991) pola asuh orangtua merupakan cara orangtua dalam mengasuh dan mendidik anaknya melalui interaksi yang terjadi antara anak dan orangtua dalam lingkungan keluarga yang berpengaruh terhadap kepribadian anak. Pola asuh terbagi menjadi empat jenis yang terdiri dari pola asuh otoritatif (*Authoritative*), pola asuh otoriter (*Authoritarian*), pola asuh memanjakan (*Permissive*) dan pola asuh yang lalai (*Neglectful*) (Baumrind, 1991). Adapun dalam penelitian ini berfokus pada pola asuh otoriter.

Menurut Baumrind (1991) pola asuh otoriter adalah jenis pola pengasuhan yang memberikan batasan, tuntutan, dan hukuman untuk anak agar senantiasa menuruti perintah-perintah orangtua. Pola pengasuhan ini cenderung menetapkan standar mutlak disertai ancaman-ancaman yang harus ditaati oleh anak semata-mata untuk mendapatkan ketaatan dan kepatuhan anak (Bun, Taib & Ummah, 2020). Lebih lanjut, melalui pola asuh otoriter orangtua memaksa anak agar menuruti seluruh perintahnya tanpa mempertimbangkan

keinginan dan perasaan anak (Handayani, Ardianti & Kuryanto, 2021). Pola asuh otoriter yang diterapkan orangtua diduga akan berdampak bagi kemampuan regulasi emosi pada remaja awal. Orangtua yang menerapkan pola asuh otoriter akan membuat remaja cenderung kesulitan dalam mengelola atau meregulasi emosinya yang diindikasikan dengan munculnya perasaan mudah tersinggung, tidak bahagia, takut, stress, mudah marah, dan berperilaku agresif (Hidayati, 2014).

Menurut Baumrind (1991) terdapat beberapa aspek terkait pola asuh otoriter yang terdiri dari kontrol orangtua, kasih sayang, dan komunikasi antara anak dengan orangtua. Adapun faktor yang mempengaruhi pola asuh otoriter menurut Hurlock (2011) adalah kepribadian orangtua, keyakinan orangtua, usia orangtua, pendidikan orangtua, jenis kelamin orangtua, status ekonomi, jenis kelamin anak, usia anak, dan situasi. Menurut Rukmini (2019) dampak pola asuh otoriter pada remaja awal dapat berupa munculnya perilaku agresif, tidak percaya diri, kurang memiliki motivasi, takut dalam berpendapat, dan adanya sifat egoisme. Hal tersebut sejalan dengan hasil wawancara awal yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 18 April 2022 terhadap 2 siswa/siswi dan seorang guru di SMPN 15 Bandar Lampung serta orangtua dari 2 siswa/siswi yang bersangkutan sebagai berikut:

Siswa RR (14) mengaku bahwa dirinya sering berkelahi, mudah marah, dan seringkali berkata kasar kepada orang lain. Hal ini dikuatkan oleh E (29) selaku guru BK di SMPN 15 Bandar Lampung yang mengatakan bahwa siswa RR seringkali berkata kasar dan berkelahi dengan siswa lain serta memiliki perilaku yang mudah

marah dan cenderung agresif kepada siswa lain maupun beberapa guru. Selain itu, wawancara dilakukan kepada S (39) selaku orangtua/ibu dari siswa RR yang mana S mengatakan bahwa ia seringkali menghukum RR dengan cara memukul atau memarahi dengan kata-kata kasar apabila RR melakukan suatu kesalahan. Selain itu, S juga mengaku jarang bahkan tidak pernah memeluk dan mencium siswa RR sebagai bentuk kasih sayangnya.

Hal berbeda dikemukakan oleh siswi MR (13) yang mengaku bahwa dirinya mudah marah, sulit memaafkan kesalahan orang lain, terkadang tidak bahagia karena mengalami beberapa masalah di dalam kehidupannya dan takut mengalami kegagalan. Hal ini dikuatkan oleh E (29) selaku guru BK di SMPN 15 Bandar Lampung yang mengatakan bahwa siswi MR pernah bercerita bahwa dirinya mudah sekali marah pada saudara maupun teman-temannya dan sulit memaafkan orang yang pernah melukainya. Selain itu, wawancara dilakukan kepada F (42) selaku orangtua/ibu dari siswi MR yang mana F mengatakan bahwa ia beberapa kali memarahi siswi MR dengan kata-kata yang cukup kasar apabila MR melakukan kesalahan. F juga mengaku bahwa dirinya menuntut siswi MR untuk mendapat ranking 5 besar di sekolahnya dan melarangnya untuk mengikuti banyak ekstrakurikuler. Meskipun begitu F mengaku bahwa dirinya beberapa kali masih sering mencium siswi MR dan tidak pernah memukul ataupun melukai siswi MR secara fisik. Berdasarkan hasil wawancara awal tersebut, apabila dikaitkan dengan aspek-aspek terkait regulasi emosi maka perilaku-perilaku yang dimunculkan oleh siswa RR dan siswi MR diduga disebabkan atas kurangnya kemampuan regulasi emosi pada diri mereka. Selain itu, perlakuan

orangtua dari siswa RR maupun siswi MR diduga karena adanya indikasi pola asuh otoriter.

Menurut Bandura (1997) kemampuan regulasi emosi tidak bisa didapat secara tiba-tiba melainkan diperlukan pengajaran dari orangtua melalui pola asuh yang diterapkan. Lebih lanjut, Hetherington (dalam Josefanny & Sanjaya, 2021) mengatakan bahwa kemampuan pengendalian emosi atau regulasi emosi remaja cenderung akan menjadi efektif apabila orangtua mampu menjalin hubungan yang baik melalui pola asuh yang diterapkan kepada anaknya. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Josefanny dan Sanjaya (2021) juga menunjukkan bahwa mayoritas remaja yang memiliki regulasi emosi yang rendah dan berperilaku negatif dilatarbelakangi oleh keluarga yang menerapkan pola asuh yang kurang sesuai, salah satunya melalui pola asuh otoriter

Oleh karenanya, penelitian terkait hubungan antara pola asuh otoriter dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja awal ini penting untuk diteliti. Hal tersebut mengingat pentingnya penerapan regulasi emosi serta pemilihan pola asuh yang tepat bagi remaja awal.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara pola asuh otoriter dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja awal ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pola asuh otoriter dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja awal.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap keilmuan psikologi Perkembangan khususnya yang berkaitan dengan tema regulasi emosi, pola asuh otoriter dan remaja awal.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi remaja awal, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dalam menerapkan kemampuan regulasi emosi yang baik.
- b. Bagi instansi pendidikan, penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan rujukan dalam mengedukasi siswa-siswi (remaja awal) mengenai pentingnya penerapan regulasi emosi.
- c. Bagi orangtua, penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi untuk melakukan evaluasi terhadap pola asuh yang diterapkan dalam keluarga.
- d. Bagi profesional, penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi untuk meningkatkan pelayanan psikologi terhadap klien.
- e. Bagi penelitian selanjutnya, Sebagai bahan tambahan referensi dalam menggali secara lebih mendalam mengenai hubungan antara pola asuh otoriter dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja awal.

E. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Terkait dengan akan diadakannya penelitian mengenai hubungan antara pola asuh otoriter dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja awal maka peneliti menyampaikan penelitian-penelitian terdahulu yang dianggap relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Adapun penelitian-penelitian terdahulu yang relevan tersebut diantaranya sebagai berikut;

1. Jurnal penelitian Haryono et al. (2018)

Penelitian berjudul Pengaruh Pola Asuh Orangtua Terhadap Kemandirian dan Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. Sampel terdiri dari 26 siswa di TK Santa Maria 3 Malang yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pola asuh orangtua dengan kemampuan regulasi emosi pada anak usia dini.

Perbedaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas, dimana penelitian diatas memilih pola asuh orangtua sedangkan penelitian yang akan dilakukan memilih pola asuh otoriter sebagai variabel bebas. Dalam penelitian diatas subjek yang dipilih adalah anak usia dini sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan memilih remaja awal sebagai subjek penelitian. Adapun persamaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat dimana keduanya memilih regulasi emosi sebagai variabel terikat.

2. Jurnal penelitian Josefanny dan Sanjaya (2021)

Penelitian berjudul Regulasi Emosi *Cognitive Reappraisal* Remaja *Broken Home* Ditinjau Dari Pola Asuh Otoriter Dan Kualitas Persahabatan. Sampel terdiri dari 100 remaja broken home berusia 12-24 tahun di Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara pola asuh otoriter dengan regulasi emosi *cognitive reappraisal* pada remaja *broken home*.

Perbedaan antara penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas, dimana penelitian di atas menambahkan kualitas persahabatan sebagai variabel bebas. Dalam penelitian di atas subjek yang dipilih adalah remaja *broken home* sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan memilih remaja awal sebagai subjek penelitian. Adapun persamaan antara penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat dimana keduanya memilih regulasi emosi sebagai variabel terikat.

3. Penelitian skripsi Muna (2021)

Penelitian berjudul Hubungan Pola Asuh Orangtua Dengan Regulasi Emosi Pada Anak Tuna Grahita di SLB Purna Yuda Bhakti Surabaya. Sampel terdiri dari 32 orangtua dari anak tuna grahita di SLB Purna Yuda Bhakti Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orangtua dengan kemampuan regulasi emosi pada anak tuna grahita.

Perbedaan antara penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas, dimana penelitian

diatas memilih pola asuh orangtua sedangkan penelitian yang akan dilakukan memilih pola asuh otoriter sebagai variabel bebas. Dalam penelitian diatas subjek yang dipilih adalah anak tuna grahita sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan memilih remaja awal sebagai subjek penelitian. Adapun persamaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat dimana keduanya memilih regulasi emosi sebagai variabel terikat.

4. Penelitian skripsi Setiani (2021)

Penelitian berjudul Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Dan Stress Akademik Terhadap Regulasi Emosi Pada Siswa SMA 10 Kota Semarang. Sampel terdiri dari 248 siswa SMA 10 kota Semarang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh otoriter dan stress akademik dengan regulasi emosi pada siswa SMA 10 kota Semarang.

Perbedaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas, dimana penelitian diatas menambahkan satu variabel bebas lain yaitu stress akademik, sedangkan penelitian yang akan dilakukan hanya memilih pola asuh otoriter saja sebagai variabel bebas. Dalam penelitian diatas teknik pengambilan sampel yang dipilih adalah *cluster random sampling* sedangkan sampel penelitian yang akan dilakukan diambil dengan menggunakan *purposive sampling*. Adapun persamaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang

akan dilakukan terletak pada variabel terikat dimana keduanya memilih regulasi emosi sebagai variabel terikat.

5. Penelitian skripsi Alfarina (2022)

Penelitian berjudul Regulasi Emosi Ditinjau Dari pola asuh permisif dan Intensitas Penggunaan Aplikasi Tik Tok Pada Remaja Di SMAN 1 Buay Bahuga. Sampel terdiri dari 62 siswa kelas XI di SMAN 1 Buay Bahuga yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif signifikan antara pola asuh permisif dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja.

Perbedaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas, dimana penelitian diatas memilih pola asuh permisif sedangkan penelitian yang akan dilakukan memilih pola asuh otoriter sebagai variabel bebas. Dalam penelitian diatas subjek yang dipilih adalah remaja sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan memilih spesifik remaja awal sebagai subjek penelitian. Adapun persamaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat dimana keduanya memilih regulasi emosi sebagai variabel terikat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara pola asuh otoriter dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja awal. Hal ini diketahui dari nilai koefisien korelasi $R_{xy} = -0,813$ dengan taraf signifikan $p=0,001$ ($p<0.01$) dan sumbangan efektif (SE) sebesar 66%. Artinya semakin rendah tingkat pola asuh otoriter maka semakin tinggi tingkat regulasi emosi pada remaja awal. Sebaliknya, semakin tinggi tingkat pola asuh otoriter maka semakin rendah tingkat regulasi emosi pada remaja awal.

B. Rekomendasi

Adapun beberapa saran atau rekomendasi yang dapat peneliti sampaikan terkait penelitian ini adalah sebagai berikut;

1. Bagi Remaja Awal

Saran yang dapat peneliti sampaikan kepada remaja awal yaitu remaja diharapkan dapat terus berusaha meningkatkan dan menerapkan kemampuan regulasi emosi yang baik dengan cara senantiasa bersabar, berperilaku positif, saling menghargai, tidak putus asa, optimistis, dan saling memaafkan sehingga terhindar dari perilaku negatif dan dapat menghadapi permasalahan atau situasi sulit yang sering dialami dimasa remaja.

2. Bagi Instansi Pendidikan / Sekolah

Saran yang dapat peneliti sampaikan kepada pihak sekolah yaitu sekolah diharapkan dapat melibatkan peran konselor atau

psikolog selaku ahli dalam menangani siswa siswi yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang buruk Sehingga siswa lebih mampu dalam menerapkan kemampuan regulasi emosi yang baik.

3. Bagi Orangtua

Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan kepada orangtua yaitu orangtua diharapkan dapat menghindari penerapan pola asuh otoriter dan memilih penerapan pola asuh yang lebih demokratis sehingga menunjang remaja dalam menerapkan kemampuan regulasi emosi yang baik dan menghindarkan anak dari perilaku-perilaku negatif akibat regulasi emosi yang rendah.

1. Penelitian selanjutnya

Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan kepada penelitian selanjutnya yaitu diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terkait variabel regulasi emosi dengan menambahkan variabel lain selain variabel pola asuh otoriter yang diteliti dalam penelitian ini seperti variabel pola asuh permisif, pola asuh demokrasi, religiusitas, jenis kelamin, usia, dan pengalaman traumatik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustriyana, N. A., & Suwanto, I. (2017). *Fully human being* pada remaja sebagai pencapaian perkembangan identitas. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 2(1), 9–11.
- Alfarina, J. (2022). *Regulasi emosi ditinjau dari pola asuh permisif dan intensitas penggunaan aplikasi tik tok pada remaja di SMAN 1 Buay Bahuga*. UIN Raden Intan Lampung.
- Ameske, F. V., Wulandari, R. W., Nasution, L. R., Handayani, E. S., Sari, ria setia, Reswani, A., Purnamasari, R., Khaidir, Diarfah, A. D., & Tafonao, I. (2021). *Teori dan aplikasi psikologi perkembangan*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Astuti, D., Wasida, & Sinthia, R. (2019). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku memaafkan pada siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Ilmiah BK*, 2(1), 1–10.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas* (4th ed.). Pustaka Belajar.
- Bandura, A. (1997). *The exercise of control*. Freeman & Company.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescent*, 11, 56–95.
- Bryant, M. L. (2015). *Handbook on emotional regulation. processes, cognitive effects and social consequences*. Nova Science.
- Bun, Y., Taib, B., & Ummah, D. M. (2020). Analisis pola asuh otoriter orang tua terhadap perkembangan moral anak. *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 3(1), 128–137. <https://doi.org/10.33387/cp.v2i1.2090>
- Diana, R. R. (2015). Pengendalian emosi menurut Psikologi Islam. *Unisia*, 37(82), 41–47. <https://doi.org/10.20885/unisia.vol.37.iss82.art5>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: current status and future

- prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Handayani, F., Ardianti, S. D., & Kuryanto, M. S. (2021). Korelasi pola asuh otoriter terhadap hasil belajar pada kelas V SD 4 Piji Dawe Kudus. *Jurnal Prasasti Ilmu*, 1(1), 25–30.
<https://doi.org/10.24176/jpi.v1i1.6074>
- Haryono, S. E., Anggraini, H., & Muntomimah, S.-. (2018). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap kemandirian dan kemampuan regulasi emosi anak usia dini. *Jurnal Warna : Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 3(1), 1–10.
<https://doi.org/10.24903/jw.v3i1.204>
- Hidayati, N. I. (2014). Pola asuh otoriter orang tua, kecerdasan emosi, dan kemandirian anak SD. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i01.364>
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- Husna, A. N., & Wungu, E. (2018). Kemandirian emosional pada remaja awal: studi di SMPN 1 Margaasih Kabupaten Bandung. *JPSP: Jurnal Psikologi Sains dan Profesi*, 2(3), 222–228.
<https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i3.21599>
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan* (1st ed.). Kencana.
- Josefanny, & Sanjaya, E. L. (2021). Regulasi emosi *cognitive reappraisal* remaja *broken home* ditinjau dari pola asuh otoriter dan kualitas persahabatan. *Indonesian Journal Of Guidance And Counseling*, 10(2), 67–80.
<https://doi.org/10.15294/ijgc.v10i2.49845>
- Kamaluddin, A. (2022). *Kontribusi regulasi emosi Qur'ani dalam membentuk perilaku Positif*. Cipta Media Nusantara.
- Lally, M., & Valentine, S. (2019). *Life-span development: a psychological perspective* (2nd ed.). Creative Commons.
<http://dept.clcillinois.edu/psy/LifespanDevelopment.pdf>
- Lubis, A., Elita, Y., & Afriyati, V. (2017). Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama meningkatkan regulasi emosi pada siswa SMA di Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah BK*, 1(1), 43–51.

- Magdalena, E. M. (2017). *Hubungan pola asuh otoriter dengan intensi perilaku agresi remaja pengguna media sosial*. universitas sanata dharma.
- Malay, N. (2022). *Belajar mudah dan praktis, analisis data dengan SPSS dan JASP*. CV. Madani Jaya.
- Muna, S. M. (2021). *Hubungan pola asuh orangtua dengan regulasi emosi pada anak tuna grahita di SLB Purna Yuda Bhakti Surabaya*. Tekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development* (11th ed.). Mc Graw Hill.
- Pradipta, D., Mulyadi, S., & Rahman, T. (2021). Pola asuh orang tua terhadap kecerdasan emosional anak usia dini. *Jurnal Paud Agapedia*, 5(2), 211–218. <https://doi.org/10.17509/jpa.v4i1.27206>
- Putra, J. S., Nursanti, A., & Karimulloh. (2019). Pelatihan regulasi emosi untuk remaja harapan mulya kemayoran. *Jurnal Terapan Abdimas*, 4(2), 142–147. <https://doi.org/10.25273/jta.v4i2.4802>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The resilience factor, 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. three rivers press.
- Rukmini, G. A. (2019). *Dampak pola asuh orangtua yang otoriter terhadap psikologis remaja di kelurahan Solo kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang*. UIN Aluddin Makassar.
- Santrock, J. W. (2007). *Child development* (11th ed.). Mc Graw Hill.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development* (13th ed.). Mc Graw Hill.
- Setiani, Z. V. R. (2021). *Hubungan antara pola asuh otoriter dan stress akademik terhadap regulasi emosi pada siswa SMA X kota Semarang*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-mishbah pesan, kesan, dan keserasian Al-Quran* (2nd ed.). Lentera Abadi.
- Skuse, D., Bruce, H., Dowdney, L., & Mrazek, D. (2011). *Child*

psychology and psychiatry. Wiley Blackwell.
<https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>

Sudaryono. (2019). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan mix method* (2nd ed.). Rajawali Pers.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif dan R&D*. Alfabeta.

Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation : two sides of the developing coin. *The International Society for Reserch on Emotional*, 3(1). <https://doi.org/10.1177/1754073910380969>

Utami, A. H. (2021). Media baru dan anak muda: perubahan bentuk media dalam interaksi keluarga. *Jurnal Perpustakaan Universitas Airlangga*, 11(1), 8–18.

Wulandari, S. D. S., & Khusumadewi, A. (2021). Kesabaran dalam regulasi emosi pada santri di SMA Al Muqoddasah. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2), 109–126.

Yusuf, P. M., & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Empati*, 7(3), 98–104.

