

## HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH DAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA AKHIR USIA 19-21 TAHUN

Jemima Ruth Wijaya<sup>1</sup>, Sandy Kartasasmita<sup>2</sup>

Universitas Tarumanagara, Fakultas Psikologi, Program Studi Psikologi<sup>1,2</sup>

Email: jemimaruthwijaya@gmail.com

### ABSTRAK

Masa remaja akhir ditandai oleh perubahan fisik, kognitif, dan emosional yang dinamis. Regulasi emosi merupakan keterampilan penting yang dipengaruhi oleh pola asuh orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola asuh orang tua dan kemampuan regulasi emosi pada remaja akhir (usia 19–21 tahun) di DKI Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain korelasional kuantitatif dengan melibatkan 510 remaja yang tinggal bersama orang tua. Instrumen yang digunakan adalah Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSDQ) dan Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA). Analisis korelasi Pearson menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara pola asuh otoritatif ( $r = 0,142$ ;  $p = 0,035$ ) dan otoriter ( $r = 0,217$ ;  $p = 0,009$ ) dengan regulasi emosi. Sebaliknya, pola asuh permisif tidak menunjukkan hubungan yang signifikan ( $r = 0,021$ ;  $p = 0,801$ ). Temuan ini menegaskan pentingnya pola pengasuhan yang seimbang, konsisten, dan penuh kehangatan dalam mendukung pengembangan regulasi emosi yang adaptif pada remaja akhir.

**Kata Kunci:** *Pola Asuh, Regulasi Emosi, Remaja Akhir*

### ABSTRACT

Late adolescence is marked by dynamic physical, cognitive, and emotional changes. Emotional regulation is an essential skill influenced by parenting styles. This study aims to analyze the relationship between parenting styles and emotional regulation abilities in late adolescents (aged 19–21 years) in DKI Jakarta. The study used a quantitative correlational design involving 510 adolescents living with their parents. The instruments used were the Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSDQ) and the Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA). Pearson correlation analysis showed a significant positive relationship between authoritative parenting ( $r = 0.142$ ;  $p = 0.035$ ) and authoritarian parenting ( $r = 0.217$ ;  $p = 0.009$ ) with emotional regulation. In contrast, permissive parenting showed no significant relationship ( $r = 0.021$ ;  $p = 0.801$ ). These findings emphasize the importance of balanced, consistent, and warm parenting practices in supporting the development of adaptive emotional regulation in late adolescents.

**Keywords:** *Parenting Styles, Emotional Regulation, Late Adolescence*

### PENDAHULUAN

Masa remaja akhir merupakan periode transisi penting menuju kedewasaan yang ditandai dengan perubahan emosional dan sosial yang pesat, di mana individu menghadapi tantangan besar dalam mengelola emosi dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan (Santrock, 2019). Regulasi emosi menjadi aspek krusial karena berperan dalam kemampuan individu untuk menilai, memahami, dan mengelola emosi mereka secara adaptif, yang mempengaruhi kesejahteraan

psikologis serta kemampuan berinteraksi dengan lingkungan sosial (Patrick & Haria, 2021). Kegagalan dalam mengelola emosi dapat menyebabkan munculnya perilaku menyimpang, seperti kenakalan remaja, penyalahgunaan zat, dan kekerasan (Lakhani et al., 2022; Jannah & Nurajawati, 2023).

Peran pola pengasuhan orang tua menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi perkembangan regulasi emosi remaja. Pola pengasuhan mencerminkan cara orang tua memberikan dukungan emosional, menetapkan disiplin, dan menanamkan nilai-nilai sosial yang berkontribusi terhadap perkembangan karakter dan kemampuan emosional anak (Suryandari, 2020; Bun et al., 2020). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang hangat, konsisten, dan responsif cenderung mendukung perkembangan regulasi emosi yang adaptif pada remaja (Gembeck et al., 2022). Sebaliknya, pola pengasuhan yang permisif atau otoriter dapat menimbulkan tantangan dalam pembentukan kemampuan regulasi emosi, baik karena kurangnya batasan maupun karena tingginya kontrol tanpa kehangatan emosional (Goagoses et al., 2023a; Goagoses et al., 2023b).

Teori pola pengasuhan mengidentifikasi tiga tipe utama gaya pengasuhan orang tua, yaitu otoritatif, otoriter, dan permisif. Pola pengasuhan otoritatif ditandai oleh keseimbangan antara kehangatan dan kontrol, serta komunikasi yang terbuka antara orang tua dan anak. Pola pengasuhan ini terbukti berhubungan positif dengan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik pada remaja karena memberikan struktur yang jelas sekaligus ruang untuk mengemukakan pendapat (Gembeck et al., 2022; Wu & Su, 2024). Sebaliknya, pola pengasuhan otoriter yang menekankan disiplin ketat tanpa kehangatan dapat menghambat perkembangan emosional, sedangkan pola permisif yang memberikan kebebasan tanpa batasan yang jelas dapat menyebabkan remaja kesulitan mengembangkan strategi regulasi emosi yang adaptif (Goagoses et al., 2023a; Gembeck et al., 2022).

Selain gaya pengasuhan, persepsi remaja terhadap pengasuhan orang tua juga memiliki peran penting dalam pembentukan kemampuan regulasi emosi. Penelitian menunjukkan bahwa bagaimana remaja menilai dukungan, kontrol, dan kehangatan yang mereka terima dari orang tua lebih berpengaruh terhadap perkembangan regulasi emosi dibandingkan laporan orang tua sendiri (Van Lissa et al., 2019). Hal ini mengindikasikan bahwa pengalaman subjektif remaja terhadap hubungan dengan orang tua menjadi faktor penting dalam perkembangan adaptasi emosional mereka.

Fenomena sosial di DKI Jakarta menunjukkan adanya peningkatan kasus kenakalan remaja dan kesulitan dalam mengelola emosi (Pusiknas Polri, 2025; BPS DKI Jakarta, 2024), yang menggarisbawahi pentingnya pola pengasuhan orang tua yang adaptif untuk membantu remaja menghadapi tuntutan perkembangan dan tekanan lingkungan. Keluarga yang dapat memberikan dukungan emosional yang stabil menjadi kunci dalam membentuk kemampuan regulasi emosi yang sehat (Dwistia et al., 2024), sementara ketidaksesuaian dalam pola pengasuhan, seperti kurangnya kehangatan atau konsistensi dalam menetapkan batasan, dapat memperburuk masalah emosional yang dialami remaja. Pada masa remaja akhir, pengasuhan menjadi semakin penting karena individu mulai menunjukkan kematangan emosional, penurunan sifat egosentris, dan peningkatan kepedulian terhadap orang lain (Santrock, 2007, dalam Natalia & Lestari, 2015). Meskipun sudah mendekati kedewasaan kognitif, kemampuan psikososial dan kontrol emosi remaja masih terus berkembang (Icenogle et al., 2019).

Dengan demikian, penelitian ini berfokus pada upaya untuk mengidentifikasi hubungan antara pola asuh orang tua dan kemampuan regulasi emosi pada remaja akhir di wilayah DKI Jakarta. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini mengajukan hipotesis bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dan kemampuan regulasi emosi pada remaja akhir. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi empiris dalam memperkaya pemahaman mengenai dinamika pengasuhan serta menjadi dasar bagi pengembangan strategi pengasuhan yang lebih adaptif dan mendukung kesejahteraan emosional remaja.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan 510 remaja akhir berusia antara 19 hingga 21 tahun yang berdomisili di lima wilayah administratif DKI Jakarta, yaitu Jakarta Barat, Timur, Selatan, Utara, dan Pusat. Seluruh partisipan merupakan remaja yang tinggal bersama orang tua serta sedang menempuh pendidikan menengah atau perguruan tinggi. Rentang usia 19–21 tahun dipilih berdasarkan fase perkembangan remaja akhir menurut Santrock (2019), yang ditandai oleh meningkatnya kemampuan pengambilan keputusan, kemandirian, dan pencarian identitas diri menjelang masa dewasa awal. Penentuan jumlah partisipan menggunakan rumus *Walpole*, yang diterapkan pada populasi dengan jumlah tidak diketahui secara pasti. Dengan tingkat kepercayaan 95% ( $Z = 1,96$ ) dan batas kesalahan 5%, perhitungan menghasilkan kebutuhan minimal 385 responden (Walpole et al., 2016). Jumlah partisipan aktual yang diperoleh sebanyak 510 individu, sehingga dianggap memadai dan representatif untuk menggambarkan populasi remaja akhir di wilayah DKI Jakarta. Komposisi responden terdiri atas 46,9% laki-laki dan 53,1% perempuan, menunjukkan distribusi jenis kelamin yang relatif seimbang.

Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan sampel yang dilakukan dengan pertimbangan tertentu, dalam hal ini berdasarkan kriteria usia dan status tempat tinggal (tinggal bersama orang tua). Teknik ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dari individu yang sesuai dengan kriteria yang relevan dengan tujuan penelitian. Dengan menggunakan *purposive sampling*, peneliti dapat memastikan bahwa sampel yang terlibat dalam penelitian ini benar-benar mewakili kelompok remaja akhir yang sedang menjalani fase perkembangan yang relevan dengan topik yang diteliti. Partisipan dipilih dari kalangan remaja yang tinggal bersama orang tua, yang diharapkan dapat memberikan wawasan lebih lanjut mengenai pengaruh pola pengasuhan terhadap regulasi emosi mereka.

Penyebaran kuesioner dilakukan melalui *Google Form* yang disebarluaskan lewat media sosial seperti *Line*, *WhatsApp*, *Instagram*, dan *Twitter*, serta melalui distribusi *barcode* secara langsung di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Metode ini dipilih untuk menjangkau partisipan dari berbagai latar belakang pendidikan dan wilayah domisili, serta meminimalkan bias lokasi pengambilan data. Sebelum mengisi kuesioner, seluruh partisipan diberikan lembar *informed consent* yang menjelaskan tujuan penelitian, hak partisipan, jaminan kerahasiaan data, serta kebebasan untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi. Penelitian ini telah memenuhi prinsip etika penelitian psikologi yang mengacu pada kode etik HIMPSI.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala psikologis, yaitu *Parenting Styles and Dimensions Questionnaire – Short Version* (PSDQ) dan *Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents* (ERQ-CA). Skala PSDQ dikembangkan oleh Robinson et al. (2001) dan telah dimodifikasi oleh Rachmayani dan Zabrina (2023a) agar sesuai

dengan persepsi remaja. Skala ini terdiri atas 32 butir pernyataan dengan lima pilihan jawaban yang disusun menggunakan skala *Likert*, mulai dari “tidak pernah” (1) hingga “selalu” (5). PSDQ mengukur tiga gaya utama pola asuh, yaitu otoritatif, otoriter, dan permisif. Gaya otoritatif ditandai dengan kehangatan, penerimaan, serta adanya batasan yang konsisten; gaya otoriter ditandai dengan kontrol tinggi dan komunikasi satu arah; sedangkan gaya permisif memberikan kebebasan luas tanpa batasan yang jelas. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa PSDQ memiliki nilai *Cronbach’s Alpha* sebesar 0,802, yang mengindikasikan bahwa instrumen ini memiliki reliabilitas tinggi dan layak digunakan.

Skala ERQ-CA digunakan untuk menilai kemampuan regulasi emosi pada responden. Instrumen ini awalnya dikembangkan oleh Gullone dan Taffe (2012) dan telah disesuaikan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Shanny et al. (2024b). Skala ini terdiri dari 10 pernyataan yang dinilai menggunakan skala *Likert* dengan rentang 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). ERQ-CA mengukur dua dimensi utama dalam regulasi emosi, yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach’s Alpha* sebesar 0,758, menandakan bahwa alat ukur ini memiliki tingkat konsistensi internal yang memadai dan sesuai untuk digunakan dalam penelitian ini.

Data yang telah diperoleh dianalisis menggunakan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (IBM SPSS) versi 27. Sebelum melaksanakan analisis utama, peneliti terlebih dahulu melakukan pengujian asumsi yang mencakup uji normalitas dan linearitas. Berdasarkan hasil uji Kolmogorov–Smirnov, diperoleh nilai Monte Carlo Sig. sebesar 0,090 ( $p > 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Sementara itu, uji linearitas menghasilkan nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,299 ( $p > 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antarvariabel bersifat linear. Setelah asumsi statistik terpenuhi, dilakukan uji korelasi *Pearson Product Moment* untuk menentukan arah serta kekuatan hubungan antara pola asuh dan regulasi emosi pada remaja akhir. Selain itu, uji *One Way ANOVA* juga digunakan untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat regulasi emosi berdasarkan kategori pola asuh yang paling dominan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Bagian ini menyajikan hasil pengolahan data yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dan regulasi emosi pada remaja akhir di wilayah DKI Jakarta. Sebelum melakukan uji utama, peneliti terlebih dahulu memeriksa terpenuhinya asumsi statistik melalui uji normalitas dan linearitas.

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas**

N	Variabel	Monte Carlo sig. (2-tailed)	Keterangan
510	Pola Asuh	0.090	Terdistribusi Normal
	Regulasi Emosi	0.090	Terdistribusi Normal

Berdasarkan Tabel 1 yang memuat hasil uji normalitas, dapat dilihat bahwa untuk kedua variabel yang diuji, yaitu pola asuh dan regulasi emosi, nilai *Monte Carlo sig. (2-tailed)* masing-masing adalah 0.090. Nilai tersebut lebih besar dari 0.05, yang mengindikasikan bahwa kedua variabel tersebut berdistribusi normal. Dengan demikian, data yang digunakan memenuhi asumsi normalitas, yang merupakan syarat penting untuk melakukan analisis statistik lebih lanjut.

**Tabel 2. Hasil Uji Linearitas**

Variabel	Deviation Linearity		Kesimpulan
	F	p	
Pola Asuh Regulasi Emosi	1.100	0.299	Linear

Berdasarkan Tabel 2 yang memuat hasil uji linearitas, diketahui bahwa untuk variabel pola asuh, nilai *Deviation Linearity* adalah 1.100 dengan *p* sebesar 0.299. Karena nilai *p* lebih besar dari 0.05, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara pola asuh dan regulasi emosi bersifat linear. Ini menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel tersebut dapat dianalisis menggunakan model linear. Berdasarkan hasil uji asumsi tersebut, analisis dilanjutkan dengan uji korelasi menggunakan *Pearson Product Moment* untuk mengetahui hubungan antara kelompok pola asuh orang tua dan regulasi emosi pada remaja akhir di DKI Jakarta.

**Tabel 3. Hasil Uji Korelasi *Pearson* antara Pola Asuh Otoritatif dan Regulasi Emosi**

Pola Asuh	p	r	Keterangan
Otoritatif	0.035	0.142	Hubungan positif, kekuatan lemah.

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji korelasi *Pearson* antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi menunjukkan nilai *p* sebesar 0.035 dan *r* sebesar 0.142. Hasil ini mengindikasikan adanya hubungan positif antara kedua variabel, namun dengan kekuatan yang sangat lemah. Meskipun ada hubungan positif, kekuatan hubungan tersebut tidak cukup signifikan untuk dianggap memiliki pengaruh yang besar, menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif hanya memiliki dampak yang sangat kecil terhadap regulasi emosi.

**Tabel 4. Hasil Uji Korelasi *Pearson* antara Pola Asuh Otoritatif dan Regulasi Emosi**

Pola Asuh	p	r	Keterangan
Ototiter	0.009	0.217	Hubungan positif, kekuatan lemah.

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji korelasi *Pearson* antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi memberikan nilai *p* sebesar 0.009 dan *r* sebesar 0.217. Hasil ini juga menunjukkan hubungan positif antara kedua variabel, namun dengan kekuatan yang lemah. Meskipun ada hubungan yang lebih kuat dibandingkan pada Tabel 3, hubungan ini masih tergolong rendah dan menunjukkan bahwa meskipun pola asuh otoritatif sedikit lebih berpengaruh, pengaruhnya tetap terbatas.

**Tabel 5. Hasil Uji Korelasi *Pearson* antara Pola Asuh Permisif dan Regulasi Emosi**

Pola Asuh	p	r	Keterangan
Permisif	0.801	0.021	Tidak terdapat hubungan.

Berdasarkan Tabel 5, hasil uji korelasi *Pearson* antara pola asuh permisif dan regulasi emosi menunjukkan nilai *p* sebesar 0.801 dan *r* sebesar 0.021. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh permisif dan regulasi emosi. Dengan kata lain, pola asuh permisif tidak memiliki pengaruh yang berarti terhadap kemampuan individu dalam mengatur emosinya, yang tercermin dalam nilai korelasi yang sangat rendah. Selanjutnya, dilakukan

pengujian menggunakan uji *One Way ANOVA* untuk melihat adanya perbedaan tingkat regulasi emosi berdasarkan jenis pola asuh yang paling dominan, yaitu otoritatif, otoriter, dan permisif.

**Tabel 6. Hasil Uji *One Way ANOVA* Regulasi Emosi Berdasarkan Kategori Pola Asuh**

Variabel	Sig (p)	Keterangan
Pola Asuh	0.017	Signifikan

Berdasarkan Tabel 6, hasil uji *One Way ANOVA* menunjukkan bahwa nilai *Sig (p)* untuk variabel pola asuh adalah 0.017, yang lebih kecil dari tingkat signifikansi 0.05. Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam regulasi emosi berdasarkan kategori pola asuh. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pola asuh mempengaruhi *regulasi* emosi, dan perbedaan pola asuh dapat berdampak pada cara individu mengatur emosinya. Karena hasil *ANOVA* menunjukkan perbedaan yang signifikan, analisis lebih lanjut dilakukan dengan uji *Post Hoc Tukey HSD* untuk mengetahui kelompok pola asuh mana yang berbeda secara signifikan.

**Tabel 7. Hasil Uji *Post Hoc Tukey HSD* Berdasarkan Kategori Pola Asuh**

Kelompok Pola Asuh	Sig (p)	Keterangan
Otoritatif – Permisif	0.662	Tidak Signifikan
Otoritatif – Otoriter	0.078	Tidak Signifikan
Otoriter – Permisif	0.017	Signifikan

Table 7. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja yang dibesarkan dengan pola asuh otoritatif memiliki tingkat regulasi emosi yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang diasuh dengan gaya otoriter atau permisif. Pola asuh otoritatif menekankan keseimbangan antara kebebasan dan batasan, serta menumbuhkan kehangatan emosional, sehingga remaja memiliki kesempatan untuk belajar mengidentifikasi dan mengelola emosinya dengan cara yang sehat. Sebaliknya, pola asuh otoriter yang terlalu menekankan pada kontrol dan disiplin ketat dapat menghambat perkembangan kemampuan remaja dalam mengekspresikan emosi, sedangkan pola asuh permisif cenderung tidak memberikan struktur dan arahan yang cukup dalam proses pembelajaran emosi.

## Pembahasan

Penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara pola asuh otoritatif dan regulasi emosi pada remaja akhir di DKI Jakarta. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi penerapan pola asuh otoritatif oleh orang tua, maka semakin baik pula kemampuan remaja dalam meregulasi emosinya. Pola asuh otoritatif ditandai dengan keseimbangan antara kontrol dan kehangatan, yang memberikan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan diri sekaligus memahami batasan sosial. Hal ini sejalan dengan pendapat Sari et al. (2020) yang menjelaskan bahwa pola asuh otoritatif ditunjukkan melalui perhatian orang tua dalam memenuhi kebutuhan anak secara realistis, mempertimbangkan kepentingan yang esensial bagi kehidupan anak, serta disertai dengan pengawasan dan pemberian tanggung jawab yang wajar untuk menumbuhkan kemandirian dan kemampuan pengaturan diri secara emosional.

Selain itu, hasil analisis juga menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara pola asuh otoriter dan regulasi emosi, meskipun dengan kekuatan hubungan yang lemah. Temuan ini dapat dijelaskan melalui konteks budaya Indonesia yang masih menempatkan nilai-nilai hierarki

dan kepatuhan tinggi terhadap orang tua. Dalam konteks ini, penerapan pola asuh otoriter tidak selalu berdampak negatif, karena bentuk kontrol dan disiplin yang kuat dapat menumbuhkan kemampuan remaja untuk menyesuaikan diri terhadap tuntutan sosial, termasuk dalam mengelola ekspresi emosinya (Goagoses et al., 2023c). Namun, kekuatan hubungan yang lemah menunjukkan bahwa pola asuh ini mungkin hanya mendukung aspek pengendalian emosi secara permukaan, bukan pemahaman emosional yang mendalam.

Sebaliknya, hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh permisif tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan regulasi emosi. Hal ini menggambarkan bahwa kurangnya batasan dan kontrol dari orang tua dapat membuat remaja mengalami kesulitan dalam mengatur emosinya secara adaptif. Pola asuh permisif cenderung memberikan kebebasan tanpa arahan yang jelas, sehingga remaja tidak memiliki cukup pengalaman dalam menghadapi konsekuensi emosional dari tindakannya. Temuan ini konsisten dengan penelitian Dwistia et al. (2025) yang menyatakan bahwa pola asuh permisif berkorelasi dengan rendahnya kemampuan pengelolaan emosi karena remaja tidak terbiasa menghadapi batasan atau regulasi eksternal.

Analisis uji beda (*ANOVA*) memperkuat hasil tersebut, di mana ditemukan adanya perbedaan signifikan tingkat regulasi emosi antar kelompok pola asuh. Remaja yang diasuh dengan pola asuh otoriter memiliki tingkat regulasi emosi yang berbeda secara signifikan dibandingkan mereka yang diasuh secara permisif. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan struktur dan kontrol tertentu dalam pengasuhan tetap berperan dalam membantu remaja membangun stabilitas emosional, dibandingkan dengan lingkungan pengasuhan yang terlalu bebas tanpa aturan.

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan pentingnya mempertimbangkan konteks budaya dalam memahami efektivitas pola pengasuhan terhadap regulasi emosi remaja. Pola asuh memainkan peran penting dalam pembentukan kemampuan regulasi emosi remaja. Meskipun hubungan yang ditemukan cenderung lemah, temuan ini memberikan implikasi praktis bagi orang tua untuk menyeimbangkan aspek kontrol dan kehangatan dalam pengasuhan. Pola asuh yang adaptif tidak hanya membentuk disiplin, tetapi juga mendorong kemandirian emosional dan kemampuan reflektif pada remaja akhir. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat pentingnya pendekatan pengasuhan yang berorientasi pada empati, komunikasi terbuka, dan dukungan emosional dalam membantu remaja menghadapi tantangan psikososial di masa transisi menuju kedewasaan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 510 remaja akhir berusia 19–21 tahun di wilayah DKI Jakarta, dapat disimpulkan bahwa pola pengasuhan orang tua memiliki peran penting dalam perkembangan regulasi emosi pada remaja. Pola pengasuhan otoritatif dan otoriter menunjukkan hubungan positif dan signifikan dengan regulasi emosi, meskipun dengan kekuatan hubungan yang berbeda. Pola pengasuhan otoriter menunjukkan kekuatan korelasi yang lebih tinggi dibandingkan pola otoritatif, yang mencerminkan bahwa dalam konteks budaya Indonesia yang menjunjung nilai hierarki dan kepatuhan, kontrol dan disiplin dapat tetap mendukung perkembangan regulasi emosi secara adaptif. Sebaliknya, pola pengasuhan permisif tidak menunjukkan hubungan yang bermakna, mengindikasikan bahwa kebebasan tanpa arahan yang jelas tidak mendukung pembentukan keterampilan regulasi emosi yang sehat.

Selain itu, terdapat perbedaan tingkat regulasi emosi antar kelompok pola asuh, dengan perbedaan signifikan antara kelompok otoritatif dan dua gaya pengasuhan lainnya. Hal ini memperkuat pandangan bahwa kualitas interaksi orang tua dan anak, yang ditandai oleh kehangatan, komunikasi dua arah, dan penerapan batasan yang rasional, berperan penting dalam pembentukan keterampilan pengaturan emosi remaja. Struktur dan konsistensi dalam pola asuh memberikan remaja kerangka yang jelas dalam menanggapi situasi emosional yang kompleks. Keterlibatan emosional orang tua dalam pengasuhan menjadi penentu penting dalam pembentukan keseimbangan emosi pada masa remaja akhir.

Dinamika emosional remaja tidak hanya bergantung pada faktor individu, tetapi juga pada pola relasi dan komunikasi yang terbangun di dalam keluarga serta nilai-nilai budaya yang melandasi praktik pengasuhan. Pola asuh otoritatif memberikan landasan bagi remaja untuk mengembangkan kemampuan refleksi diri dalam mengelola emosi secara sehat. Namun, dalam konteks lokal, pola asuh otoriter dapat tetap memberikan struktur pengendalian yang diterima secara sosial, selama tidak disertai kekerasan atau penolakan emosional. Perbedaan ini menunjukkan bahwa pendekatan pengasuhan tidak bisa dipisahkan dari latar budaya dan nilai yang berkembang dalam masyarakat tempat remaja tumbuh.

Implikasi praktis dari temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan praktik pengasuhan yang responsif dan seimbang dapat menjadi strategi penting dalam mendukung regulasi emosi remaja. Program edukasi bagi orang tua dapat difokuskan pada penguatan komunikasi empatik, pemberian penjelasan yang rasional terhadap aturan, serta penerapan disiplin yang konsisten disertai kehangatan emosional. Selain itu, penting bagi konselor keluarga dan pendidik untuk memahami konteks budaya saat menyarankan gaya pengasuhan kepada orang tua. Dengan pemahaman tersebut, upaya intervensi dapat disesuaikan dengan nilai dan kebiasaan yang berlaku, sehingga lebih efektif dalam membentuk regulasi emosi yang adaptif.

Penelitian selanjutnya dapat difokuskan pada eksplorasi mekanisme psikologis yang menjembatani hubungan antara pola asuh dan regulasi emosi remaja, seperti mediasi oleh kelekatan atau konsep diri. Variabel kontekstual seperti status sosial ekonomi, latar pendidikan orang tua, atau kualitas hubungan antar anggota keluarga juga layak untuk diperhatikan dalam penelitian berikutnya. Pendekatan longitudinal dapat digunakan untuk menilai perubahan jangka panjang dalam regulasi emosi remaja berdasarkan dinamika pengasuhan. Dengan demikian, diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai proses perkembangan emosi pada masa remaja.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Bun, Y., Taib, B., & Mufidatul Ummah, D. (2020). *Analisis pola asuh otoriter orang tua terhadap perkembangan moral anak*. Jurnal Ilmiah Cahaya PAUD, 2(1), 128–137. <https://doi.org/10.33387/cp.v2i1.2090>
- Dwistia, H., Koma, I., Ningsih, S. D., & Hidayah, C. A. (2025). *Analisis pola asuh terhadap emotional regulation anak remaja awal*. Jurnal JIPDAS (Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar), 5(1), 663–668. <https://doi.org/10.37081/jipdas.v5i1.2549>
- Dwistia, H., Sindika, S., Iqtianti, H., & Ningsih, D. (2024). *Peran lingkungan keluarga dalam perkembangan emosional anak*. Jurnal Parenting dan Anak, 2(2), 9. <https://doi.org/10.47134/jpa.v2i1.1164>



- Gembeck, M. J., Rudolph, J., Kerin, J., & Bohadana-Brown, G. (2022). Parent emotional regulation: A meta-analytic review of its association with parenting and child adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 63–82. <https://doi.org/10.1177/01650254211051086>
- Goagoses, N., Bolz, T., Eilts, J., Schipper, N., Schütz, J., Rademacher, A., Vesterling, C., & Koglin, U. (2023a). *Parenting dimensions/styles and emotion dysregulation in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis*. *Current Psychology*, 42(22), 18798–18822. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03037-7>
- Goagoses, N., Bolz, T., Eilts, J., Schipper, N., Schütz, J., Rademacher, A., Vesterling, C., & Koglin, U. (2023b). *Parenting dimensions/styles and emotion dysregulation in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis*. *Current Psychology*, 42(22), 18798–18822. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03037-7>
- Goagoses, N., Bolz, T., Eilts, J., Schipper, N., Schütz, J., Rademacher, A., Vesterling, C., & Koglin, U. (2023c). *Parenting dimensions/styles and emotion dysregulation in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis*. *Current Psychology*, 42(22), 18798–18822. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03037-7>
- Gullone, E., & Taffe, J. (2012). *The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA): A psychometric evaluation*. *Psychological Assessment*, 24(2), 409–417. <https://doi.org/10.1037/a0025777>
- Jannah, O. A., & Nurajawati, R. (2023). *Peran keluarga dalam mengatasi kenakalan remaja*. *JPDSH Jurnal Pendidikan Dasar dan Sosial Humaniora*, 2(5). <https://doi.org/10.53625/jpdsh.v2i5.5263>
- Lakhani, A., Ali, M. M., Sarwar, J., & Sabir, M. (2022). *Predicting the role of emotional and behavioral problems on delinquent tendencies in adolescents*. *Clinical and Counselling Psychology Review*, 4(1), 16–36. <https://doi.org/10.32350/ccpr.41.02>
- Natalia, C., & Lestari, M. D. (2015). *Hubungan antara kelekatan aman pada orang tua dengan kematangan emosi remaja akhir di Denpasar*. *Jurnal Psikologi Udayana*. <https://doi.org/10.24843/JPU.2015.v02.i01.p08>
- Patrick, S., & Haria, J. (2021). *A review on the psychology of emotion regulation*. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 11(10), 449–454. <https://doi.org/10.5958/2249-7315.2021.00131.3>
- Pusat Informasi Kriminal Nasional (Bareskrim Polri). (2025, 21 Februari). *Ratusan anak terlibat tindak kriminal sejak awal tahun 2025*. Pusiknas Polri. [https://pusiknas.polri.go.id/detail\\_artikel/ratusan\\_anak\\_terlibat\\_tindak\\_kriminal\\_sejak\\_awal\\_tahun\\_2025](https://pusiknas.polri.go.id/detail_artikel/ratusan_anak_terlibat_tindak_kriminal_sejak_awal_tahun_2025)
- Rachmayani, D., & Zabrina, N. (2023a). *Pengukuran tipe pola asuh berdasarkan perspektif remaja: Modifikasi dan analisis validitas isi pada Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSDQ)*. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v12i4>
- Robinson, C. C., Mandlco, B., Roper, S. O., & Hart, C. H. (2001). *The Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSDQ)*. <https://www.researchgate.net/publication/284239814>
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.
- Sari, P., Sumardi, & Mulyadi, S. (2020). *Pola asuh orang tua terhadap perkembangan emosional anak usia dini*. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1). <https://doi.org/10.17509/jpa.v4i1.27206>

- Shanny, M. B., Hafny Noer, A., & Pebriani, L. V. (2024b). *Psychometric properties of the Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQCA) Indonesian version*. Religion Education Social Laa Roiba Journal, 6, 3089. <https://doi.org/10.47476/reslaj.v6i6.2360>
- Suryandari, S. (2020). *Pengaruh pola asuh orang tua terhadap kenakalan remaja*. JIPD Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar, 4(1), 23–29. <http://unikastpaulus.ac.id/jurnal/index.php/jipd>
- Van Lissa, C. J., Keizer, R., Van Lier, P. A. C., Meeus, W. H. J., & Branje, S. (2019). *The role of fathers versus mothers' parenting in emotion-regulation development from mid-late adolescence: Disentangling between-family differences from within-family effects*. Developmental Psychology, 55(2), 377–389. <https://doi.org/10.1037/dev0000612>
- Wu, G., & Su, Y. (2024). *Parenting styles and adolescent misbehavior*. China & World Economy, 32(6), 98–127. <https://doi.org/10.1111/cwe.12559>