

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG KETERLIBATAN AYAH  
DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA AKHIR**

**SKRIPSI**

**Pembimbing:**

Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Yassir Arafat Usman, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**Oleh:**

Nurul Hidayah

Q11114027



**UNIVERSITAS HASANUDDIN  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
MAKASSAR  
2021**

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG KETERLIBATAN AYAH  
DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA AKHIR**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk menempuh Ujian Sarjana  
pada Fakultas Kedokteran  
Program Studi Psikologi  
Universitas Hasanuddin

**Pembimbing:**

Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
Yassir Arafat Usman, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**Oleh:**

Nurul Hidayah  
Q11114027



**UNIVERSITAS HASANUDDIN  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
MAKASSAR**

**2021**

LEMBAR PENGESAHAN (TUGAS AKHIR)

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG KETERLIBATAN AYAH  
DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA AKHIR

Disusun dan diajukan oleh:

Nurul Hidayah  
Q111 14 027

Telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian yang dibentuk dalam rangka  
Penyelesaian Studi Program Sarjana Program Studi Psikologi Fakultas  
Kedokteran Universitas Hasanuddin pada tanggal ... Agustus 2021  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 198402232009122004

Yassir Arafat Usman, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 198607052018016001

Ketua Program Studi Psikologi  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin



Dr. Achlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A  
NIP. 198107252010121004

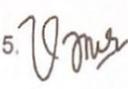
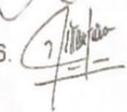
## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

### HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG KETERLIBATAN AYAH DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA AKHIR

Disusun dan diajukan oleh:

**NURUL HIDAYAH**  
Q11114027

Telah dipertahankan dalam Sidang Ujian Skripsi  
Pada Tanggal 13 Agustus 2021

No.	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA	Ketua	1. 
2.	Andi Tenri Pada Rustham, S.Psi., MA	Sekretaris	2. 
3.	Nirwana Permatasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	3. 
4.	Yassir Arafat Usman, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	4. 
5.	Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	5. 
6.	Grestin Sandy R, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	6. 

Mengetahui,

Wakil Dekan Bidang Akademik,  
Riset, dan Inovasi Fakultas  
Kedokteran



dr. Irfan Idris, M.Kes

NIP. 19671031998021001

Ketua Program Studi Psikologi  
Fakultas Kedokteran



Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA

NIP. 198107252010121004

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister dan atau doktor), baik di Universitas Hasanuddin maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Penelaah/ Tim Penguji.
3. Dalam karya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini telah saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Makassar, Agustus 2021

Yang membuat pernyataan,



Nurul Hidayah

## ABSTRAK

Nurul Hidayah, Q11114027, Hubungan antara Persepsi tentang Keterlibatan Ayah dengan Regulasi Emosi Remaja Akhir, Skripsi, Fakultas Kedokteran, Program Studi Psikologi, Universitas Hasanuddin Makassar, 2019.

xiv + 56 halaman + 10 lampiran

Keluarga sebagai kelompok sosial yang mempunyai beberapa fungsi yaitu membina dan mengembangkan interaksi antara anggota keluarga serta menjadi sarana pengasuhan. Orang tua memiliki tugas pengasuhan dalam suatu keluarga. Pengasuhan dalam keluarga juga dapat dilihat melalui keterlibatan ayah yang memiliki kontribusi terhadap berbagai aspek perkembangan anak, salah satunya yaitu aspek emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja yang dalam hal ini adalah mahasiswa angkatan 2018, 2019, dan 2020 Universitas Hasanuddin. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Responden pada penelitian ini berjumlah 105 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini mengacu berdasarkan aplikasi *g-power*. *G-power* merupakan program analisis *power* atau kekuatan uji statistik yang biasa digunakan untuk menentukan jumlah sampel yang diperlukan dalam suatu penelitian. Instrumen yang digunakan adalah Skala Regulasi Emosi dan Skala Keterlibatan Ayah. Teknik analisis data yang akan digunakan pada penelitian ini adalah teknik analisis korelasi menggunakan *Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja akhir dan nilai korelasi yaitu sebesar -0,087.

Kata kunci: keterlibatan ayah, regulasi emosi, remaja akhir, mahasiswa.

Daftar Pustaka, 48 (1991-2020)

## ABSTRACT

Nurul Hidayah, Q11114302, Relationship between Perception of Father Involvement with emotion regulations in Late Adolescents, Undergraduate Thesis, Faculty of Medicine, Departement of Psychology, Hasanuddin University Makassar, 2021.

xiv + 56 pages + 10 attachments

The family as a social group has several functions, namely fostering and developing interactions between family members and being a means of nurturing. Parents have a nurturing role in a family. Parenting in the family can also be seen through the father involvement who have contributed to various aspects of child development, one of which is the emotional aspect. This study aims to determine the relationship between perceptions of father involvement and adolescent emotional regulation, in this case the students of class of 2018 2019 and 2020 of Hasanuddin University. This research is a quantitative research with correlational research design. The amount of respondents in this study is 105 people The sampling technique used in this study is purposive sampling. Determination of the number of samples in this study refers to the application of g-power. G-power is a power analysis program or statistical test power which is commonly used to determine the number of samples required in a study. The instruments used are the Emotion Regulation Scale and the Father's Involvement Scale. The analysis technique used is Product Moment. The results showed that there was no relationship between perceptions of father involvement with late adolescent emotional regulation and the correlation value was -0.087.

Keywords: father involvement, emotion regulation, late adolescents, college student.

Bibliography, 50 (1991-2020)

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat, rahmat, dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S1) pada Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin. Peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak dan oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih, terkhusus kepada:

1. Kedua orang tua peneliti; H.Syahrul dan Hj.Naidah yang senantiasa mendoakan dan memberikan bimbingan serta dukungan baik dalam bentuk doa juga dukungan secara langsung selama peneliti menyusun skripsi ini. Terima kasih juga telah memberi asah, asih, dan asuh kepada peneliti hingga peneliti mampu menjadi versi yang terbaik bagi diri peneliti.
2. Ketiga saudara dan ipar peneliti; Muhammad Taslim, Muhammad Farhan, Miftah Fauzi dan kak Kurnia yang senantiasa memberikan doa, bantuan dan dukungan selama proses penyusunan dan penyelesaian skripsi ini. Terima kasih telah menjadi *support system* yang baik dengan peneliti.
3. Kakek dan Nenek peneliti, H.Sahibe dan Hj.Sahida yang telah banyak mendukung dan mendoakan peneliti selama peneliti melalui proses pengerjaan skripsi ini.
4. Kakek peneliti, Bapak Salmubi, S.sos., S.S., MIM dan Istri (Nenek Tenri) yang telah bersedia menerima peneliti tinggal sementara di rumah dari awal peneliti menjadi mahasiswa baru dan saat-saat akhir peneliti melewati setiap ujian dari prososal, hasilm hingga ujian tutup. Terima kasih juga karena telah banyak memberi semangat dan dukungan setiap proses peneliti dalam melewati proses pengerjaan skripsi ini.
5. Grup Shalihah, tante-tante muda peneliti serta keluarga besar peneliti yang telah banyak menyemangati dan mendoakan peneliti melewati proses pengerjaan skripsi ini.
6. Ibu Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing I dan Bapak Yassir Arafat Usman, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing II yang senantiasa memberikan waktu dan tenaga untuk memberikan

bimbingan, masukan, dan umpan balik kepada peneliti sejak awal hingga akhir. Terima kasih atas segala ilmu, saran, masukan, dan bimbingan yang telah diberikan kepada peneliti serta kesabaran dalam menemani proses peneliti menyelesaikan skripsi. Termasuk pembelajaran untuk menjadi diri yang lebih baik.

7. Bapak Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA selaku ketua Program Studi Psikologi, sekaligus sebagai dosen penguji skripsi, serta Ibu Nirwana Permatasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji skripsi sejak proposal. Terima kasih atas segala pembelajaran, umpan balik, dan dukungan yang diberikan dalam proses pengerjaan skripsi ini. Segala masukan yang diberikan sangat membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini sebaik mungkin.
8. Ibu Grestin Sandy R, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pendamping Akademik yang senantiasa mendampingi peneliti sejak awal menjadi mahasiswa hingga saat peneliti memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Terima kasih atas segala saran, masukan, dukungan, dan bimbingan selama peneliti menjadi mahasiswa di Prodi Psikologi Unhas.
9. Bapak/Ibu Dosen serta seluruh staf Prodi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin. Terima kasih atas segala ilmu dan dukungan yang diberikan kepada peneliti selama menjadi mahasiswa.
10. Ibu Wiwik yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada peneliti serta berperan sangat besar dalam proses administrasi selama penelitian hingga pada saat peneliti akan menyelesaikan studi.
11. Teman-teman terdekat penulis; Hafizah, Tutu, Yusti, Eno, Tien, Lia, dan Mitha yang telah mendukung, menyemangati, dan menemani peneliti dalam setiap langkah peneliti saat berproses di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin.
12. Teman-teman seperjuangan peneliti; Keke, Dewi, dan Biba yang berjuang, menemani, dan saling menyemangati peneliti dalam melewati langkah di saat-saat akhir penyelesaian skripsi penulis. Terima kasih telah berjuang bersama hingga akhir penyelesaian skripsi ini.
13. Peneliti juga ingin berterima kasih kepada Tutu, Eno dan Fitrah yang telah meluangkan waktu dalam memberi banyak masukan selama proses pengerjaan skripsi penulis.

14. Terkhusus juga kepada Mitha yang telah kebersamai peneliti dalam berproses di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin juga bersedia direpotkan dan meluangkan banyak waktu dalam setiap proses peneliti dalam mengerjakan skripsi ini.
15. Humanistic, psikologi angkatan 2014, terima kasih telah menemani penulis dalam berproses di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin.
16. Seluruh pihak terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu menyebarkan dan mengisi kuesioner penelitian hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih juga atas segala bantuan dan waktu yang telah diberikan.
17. Nurul Hidayah, penulis sangat ingin berterima kasih karena telah melewati proses ini dengan baik, dapat melewati segala rintangan, dan dapat mendapatkan banyak *insight* disetiap langkah dalam proses hingga sampai pada tahap akhir dari penyelesaian skripsi ini. Kedepannya tidak akan mudah, namun proses ini mengingatkan penulis untuk tetap semangat dalam melewati setiap tugas dan tanggung jawab yang akan datang, proses pengerjaan skripsi ini juga membuat penulis sadar bahwa setiap hal yang dilakukan tidak akan bisa terlepas dari bantuan orang lain, kita butuh orang lain, namun kita tidak boleh lupa bahwa diri sendiri juga memiliki *power* yang besar dalam menentukan jalan dan langkah terbaik yang akan dilakukan.

Akhir kata, peneliti mengucapkan terima kasih banyak atas segala ilmu, bimbingan, saran, umpan balik, bantuan, serta dukungan yang peneliti terima selama pengerjaan skripsi ini.

Makassar, Agustus 2019

Peneliti, Nurul Hidayah

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.2 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Regulasi Emosi.....	9
2.1.1 Definisi Regulasi Emosi.....	9
2.1.2 Strategi Regulasi Emosi.....	10
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi.....	14
2.2 Keterlibatan Ayah.....	15
2.2.1 Definisi Keterlibatan Ayah.....	15
2.2.2 Aspek-aspek atau Komponen Keterlibatan Ayah.....	15
2.2.3 Dampak Keterlibatan Ayah pada Perkembangan Anak.....	16
2.3 Remaja.....	18
2.3.1 Definisi Remaja.....	18

2.3.2 Aspek-aspek Perkembangan Remaja .....	19
2.4 Hubungan Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi.....	21
2.5 Kerangka Konseptual .....	22
2.6 Hipotesis Penelitian .....	23
BAB III .....	24
METODE PENELITIAN .....	24
3.1 Jenis Penelitian .....	24
3.2 Variabel Penelitian.....	24
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	24
3.3.1 Regulasi Emosi .....	24
3.3.2 Persepsi Tentang Keterlibatan Ayah .....	25
3.4 Populasi dan Sampel.....	25
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	26
3.5.1 Skala Regulasi Emosi .....	26
3.5.2 Skala Keterlibatan Ayah.....	28
3.6 Teknik Analisis Data .....	30
3.6.1 Uji Linearitas .....	30
3.6.2 Uji Normalitas.....	31
3.7 Prosedur Kerja.....	32
BAB IV.....	35
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	35
4.1 Profil Umum Responden .....	35
4.1.1 Profil Responden Berdasarkan Identitas Personal .....	35
4.2 Profil Responden Berdasarkan Regulasi Emosi.....	37
4.2.1 Profil Responden Berdasarkan Regulasi Emosi Secara Umum .....	37
4.2.2 Profil Regulasi Emosi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
4.3 Profil Responden Berdasarkan Keterlibatan Ayah .....	40

4.3.1 Profil Responden Berdasarkan Keterlibatan Ayah Secara Umum.....	40
4.3.2 Profil Keterlibatan Ayah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	42
4.3.5 Profil Keterlibatan Ayah Responden Berdasarkan Setiap Aspek Keterlibatan Ayah.....	43
4.4 Uji Hipotesis.....	43
4.5 Pembahasan .....	46
4.6 Limitasi Penelitian.....	50
BAB V.....	51
PENUTUP .....	51
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA .....	53

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Sampel Penelitian .....	26
Tabel 3.2 Blueprint Skala Regulasi Emosi .....	27
Tabel 3.3 Blueprint Skala Keterlibatan Ayah .....	29
Tabel 3.4 Uji Linearitas .....	30
Tabel 3.5 Uji Normalitas .....	31
Tabel 3.6 <i>Timeline</i> Prosedur Kerja .....	34
Tabel 4.1 Deskriptif Statistik Variabel Regulasi Emosi .....	37
Tabel 4.2 Penormaan Skala Regulasi Emosi .....	37
Tabel 4.3 Deskriptif Statistik Variabel Keterlibatan Ayah .....	40
Tabel 4.4 Penormaan Skala Keterlibatan Ayah .....	40
Tabel 4.5 Hasil Uji Hipotesis .....	44
Tabel 4.6 Hasil Uji Korelasi Aspek Keterlibatan Ayah dengan Regulasi Emosi .....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Profil Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	35
Gambar 4.2 Profil Responden Berdasarkan Angkatan .....	36
Gambar 4.3 Profil Responden Berdasarkan Usia .....	36
Gambar 4.4 Profil Regulasi Emosi Responden .....	38
Gambar 4.5 Profil Regulasi Emosi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	39
Gambar 4.6 Profil Keterlibatan Ayah Responden .....	41
Gambar 4.7 Profil Keterlibatan Ayah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	42
Gambar 4.8 Profil Keterlibatan Ayah Responden Berdasarkan Setiap Aspek Keterlibatan Ayah .....	43

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Keluarga adalah rumah tangga yang memiliki hubungan darah dan perkawinan (Lestari, 2012). Keluarga disebut juga lembaga sosial yang mempunyai beberapa fungsi yaitu membina dan mengembangkan interaksi antara anggota keluarga serta menjadi sarana pengasuhan bagi anak (Ulfiah, 2016). Selain itu, keluarga juga diartikan sebagai kelompok sosial yang bersifat abadi yang dikukuhkan dalam hubungan pernikahan kemudian memberi pengaruh keturunan dan lingkungan bagi perkembangan anak (Gunarsa, 1991). Keluarga dapat dibedakan menjadi dua yaitu keluarga inti (*nuclear family*) dan keluarga batih (*extended family*). Keluarga inti adalah keluarga yang di dalamnya terdapat tiga posisi sosial, yaitu suami-ayah, istri-ibu, dan anak-*sibling* sedangkan keluarga batih merupakan keluarga yang di dalamnya menyertakan posisi lain selain ketiga posisi di atas (Lestari, 2012).

Orang tua yang memberi kasih sayang dan kebebasan bertindak sesuai usia anak dapat mendukung pencapaian perkembangan anak dengan optimal (Gunarsa, 2009). Kualitas hubungan orang tua dan anak yang baik dapat menumbuhkan kehangatan sehingga anak merasa dicintai dan mengembangkan rasa kepercayaan diri yang baik (Lestari, 2012). Selain itu, secara umum orangtua memiliki peran yang sangat penting sebagai *agent of control* pada perilaku anak khususnya pada usia remaja (Muri'ah, 2020). Oleh karena itu, pentingnya pengawasan dari orang tua khususnya pada anak yang memasuki fase perkembangan remaja karena menentukan seorang remaja akan terlibat dalam

kenakalan atau tidak (Santrock, 2012). Berdasarkan pemaparan di atas dapat dikatakan bahwa peran orang tua sangat penting terhadap perkembangan anak yang meliputi pemenuhan kasih sayang, penanaman rasa percaya diri dan sebagai kontrol pada perilaku anak.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harmaini (2013) menemukan bahwa sebagian besar orang tua memiliki sedikit waktu bersama anaknya di rumah, kurang dalam menemani anak dalam belajar dan ketika anak mengalami masalah hanya sedikit orang tua yang menanyakan masalah anak dan sebagiannya lagi bahkan tidak tahu dan cenderung menyalahkan. Selanjutnya penelitian lain menemukan bahwa sebanyak 42 subjek penelitian, sebagian besar remaja pernah melakukan kenakalan remaja seperti halnya melakukan seks bebas dan mengendarai motor dengan kebut-kebutan, hal tersebut terjadi karena diberikannya kebebasan dan kurangnya pengawasan dari orang tua (Febriani, Pitoewas, & Nurmalisa, 2018). Selain itu, terdapat penelitian yang menemukan masih banyak orang tua yang memiliki standar mutlak bahwa perkataan orang tua selalu benar dan jarang untuk menerima masukan dari anak khususnya pada usia remaja sehingga anak tidak mendapat bimbingan, binaan dan menyebabkan remaja merasakan kurangnya perhatian serta kasih sayang (Lado dkk, 2019).

Pada pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa peran orangtua merupakan hal yang sangat penting bagi perkembangan anak meliputi pemberian kasih sayang dan kebebasan anak dalam bertindak sesuai usia anak namun juga tidak melupakan perannya dalam mengawasi perilaku anak khususnya pada usia remaja, namun pada kenyataannya hasil penelitian menemukan hal yang tidak seyogianya diberikan kepada anak seperti kurangnya

perhatian dan kurangnya waktu yang diberikan kepada anak sehingga mengarahkan anak pada perilaku-perilaku yang menyimpang.

Salah satunya berperan penting dalam pengasuhan anak yaitu keterlibatan ayah. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan adalah bagaimana ayah terlibat aktif secara positif dalam kegiatan baik itu berupa interaksi langsung kepada anak, memberi kehangatan, memberikan pemantauan dan kontrol pada aktivitas anak, serta ikut bertanggung jawab terhadap keperluan dan kebutuhan anak (Lamb, 2010). Terdapat beberapa hal yang membuat peran ayah dapat mempengaruhi anak-anak yang tidak dilakukan oleh figur ibu, salah satunya prestasi anak dan hubungan teman sebaya (Gottman, 1998). Selain itu terdapat peran ayah yang berpengaruh terhadap anak yaitu perkembangan kognitif, emosional, sosial, moral juga gaya interaksi dan kelekatan anak (Lamb, 2010).

Allen dan Daly (2007) juga menyatakan bahwa keterlibatan ayah memiliki dampak yang positif pada beberapa aspek perkembangan, salah satunya adalah perkembangan emosi. Perhatian dan kehangatan yang diberikan ayah kepada anaknya sejak bayi memiliki korelasi positif dengan kematangan emosi anak pada usia remaja (Allen & Daly, 2007). Keterlibatan ayah juga memiliki hubungan dengan penyesuaian psikososial pada anak khususnya anak di usia remaja (Lamb, 2010). Terkait dalam pembagian tugas, tugas ayah dianggap hanya sebagai sumber materi dan dianggap asing, karena seorang ayah seolah-olah hanya berurusan dengan urusan diluar keluarga yang kemudian jika seorang ayah kurang menyadari fungsinya maka dapat kehilangan tempat dan perkembangan anaknya (Gunarsa, 1991).

Sehubungan dengan pentingnya keterlibatan ayah pada anak, penelitian Zuhaira dan Tatar (2017) menemukan bahwa dari 335 remaja terdapat 91 (27,16%) remaja yang menyatakan keterlibatan dengan ayah masih sangat rendah dan 76 remaja diantaranya menunjukkan tingkat kenakalan remaja yang tinggi. Pada penelitian Firdaniantydkk (2016) menemukan sebanyak 67,5% remaja yang diteliti dan merupakan kelompok remaja akhir, ditemukan bahwa komunikasi remaja dengan ayah lebih rendah dibandingkan pola komunikasi remaja dengan ibu. Hasil yang serupa juga didapatkan oleh penelitian Azizah, Andayani, dan Scarvanovi (2019) yaitu kualitas relasi remaja dan orangtua yang memiliki beberapa aspek diantaranya ialah kesediaan remaja untuk berkomunikasi dengan orang tua dan kepuasan remaja terhadap kontrol yang diberikan orang tua, ditemukan bahwa relasi dengan ibu yang lebih tinggi dibandingkan relasi dengan ayah.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa peran ayah juga memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan anaknya khususnya pada perkembangan emosi anak di usia remaja, walaupun demikian ditemukan kurangnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan didukung oleh beberapa penelitian yang menyatakan bahwa anak-anak masih kurang intens dalam berkomunikasi dengan ayah dibanding komunikasi anak dengan Ibu.

Diketahui mengenai besarnya pengaruh orangtua, khususnya ayah dalam perkembangan remaja. Remaja merupakan masa peralihan setelah meninggalkan masa anak-anak untuk menghadapi masa dewasa (Gunarsa & Gunarsa, 2009). Pada masa menjelang berakhirnya awal masa remaja dikatakan telah mencapai kematangan emosi dengan tidak menunjukkan emosi negatif yang tidak seharusnya ditunjukkan pada orang lain, maka dari itu remaja juga

dapat menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional (Hurlock, 2002).

Pada usia remaja akhir, seyogianya remaja telah mampu mengendalikan emosinya dibanding pada saat memasuki remaja awal yang memiliki emosi bersifat negatif dan temperamental. Walaupun telah dijelaskan bahwa pada remaja akhir sudah tidak lagi mengungkapkan amarahnya secara meledak-ledak, namun untuk mencapai kematangan emosional merupakan tugas perkembangan yang sulit bagi remaja. Proses pencapaiannya sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungannya terutama pada lingkungan keluarga dan teman sebaya (Muri'ah dan Wardan, 2020).

Jika lingkungan yang didapatkan cukup mendukung maka akan tercapainya kematangan emosi pada remaja, begitu juga sebaliknya jika remaja kurang memahami peran-perannya, kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang orangtua atau pengakuan dari teman sebaya maka berdampak pada remaja yang akan cenderung mengalami kecemasan, perasaan tertekan, atau ketidaknyamanan emosional (Muri'ah dan Wardan, 2020).

Ketidaknyamanan emosional yang dialami remaja ketika tidak mendapat dukungan yang memadai berkaitan dengan bagaimana remaja dapat meregulasi emosi dengan baik, regulasi emosi merupakan proses seseorang untuk mengenali, memantau, mengevaluasi dan memodifikasi suatu reaksi emosional yang mencakup kemampuan mengontrol status emosi serta perilaku sebagai cara mengekspresikan emosi agar sesuai dengan lingkungan di sekitarnya. Kemampuan tersebut idealnya dimiliki oleh seorang remaja guna menghadapi konflik peran yang dialami selama transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa serta mengingat bahwa pada dasarnya proses pembelajaran dalam

melakukan regulasi emosi ini sendiri telah dimulai semenjak bayi dan akan terus meningkat sejalan dengan bertambahnya usia (Mangelsdorf, Shapiro, & Marzolf dalam Shaffer, 2005). Hal tersebut menggambarkan bahwa idealnya semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin baik pula kemampuan regulasi emosinya.

Gross (2014) juga menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan pembentukan emosi yang dimiliki seseorang, kapan seseorang memilikinya, dan bagaimana seseorang mengalami atau mengekspresikan emosinya, oleh karena itu regulasi emosi berkaitan dengan bagaimana emosi itu dapat diregulasi (*regulation of emotions*) berkebalikan dengan bagaimana emosi yang meregulasi sesuatu yang lain (*regulation by emotions*). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu umur dan jenis kelamin, hubungan interpersonal dan hubungan orang tua dan anak (Nisfiannoor & Kartika, 2004).

Aksista (2012) menemukan adanya remaja akhir yang belum matang dan mandiri secara emosional, sering memberikan reaksi emosional dan perilaku yang negatif ketika memberikan tanggapan terhadap orang lain. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa dari 304 subjek penelitian yang merupakan remaja akhir usia 18 sampai 22 tahun, terdapat 161 subjek penelitian (53%) yang termasuk dalam kategori memiliki regulasi emosi yang rendah (Pratiwi, 2018). Sejalan dengan penelitian sebelumnya Megawati, Anwar dan Masturah (2019) juga menemukan bahwa terdapat mahasiswa dengan usia 18-24 tahun yang memiliki regulasi emosi berada pada kategori yang rendah. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa remaja khususnya remaja akhir perlu untuk dapat meregulasi emosi dengan baik namun ditemukan bahwa masih adanya remaja akhir yang belum dapat meregulasi emosinya dengan baik. Berdasarkan pemaparan diatas,

selanjutnya peneliti tertarik untuk melihat bagaimanahubungan persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja akhir.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja akhir ?.

## **1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pemaparan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja akhir.

### **1.3.2 Manfaat Penelitian**

#### **1.3.1.1 Manfaat Teoritis**

Pada penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis yaitu kontribusi terhadap keilmuan psikologi dan bidang psikologi perkembangan khususnya psikologi keluarga terkait hubungan antara persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja akhir.

#### **1.3.1.2 Manfaat Praktis**

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada :

1. Remaja Akhir, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi remaja terkait pentingnya regulasi emosi sebagai salah satu tugas perkembangan yang perlu dicapai.
2. Peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin

meneliti terkait hubungan antara persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja akhir.

3. Pihak yang *concern* terhadap remaja, dalam hal ini sekolah, guru, psikolog anak/remaja. Pada penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menjadi pertimbangan dalam melakukan tindakan sesuai *concern* masing-masing yang berkaitan dengan remaja akhir.
4. Pemangku kebijakan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan dalam pengambilan kebijakan terkait dengan hal yang berkaitan dengan remaja akhir.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

Pada bab ini, akan diuraikan teori-teori yang relevan dalam menjelaskan secara teoritik penelitian yang akan diteliti. Bagian pertama membahas mengenai regulasi emosi yang terdiri dari definisi regulasi emosi, strategi regulasi emosi, dan faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi. Bagian selanjutnya, akan membahas mengenai definisi keterlibatan ayah serta aspek-aspek atau komponen keterlibatan ayah dan dampak keterlibatan ayah pada perkembangan anak. Bagian berikutnya pada bab ini akan membahas mengenai remajadan persepsi kemudian dilanjutkan dengan pembahasan penjelasan terkait hubungan kedua variabel dan ditutup dengan kerangka konseptual yang menggambarkan alur pemikiran peneliti.

#### **2.1 Regulasi Emosi**

##### **2.1.1 Definisi Regulasi Emosi**

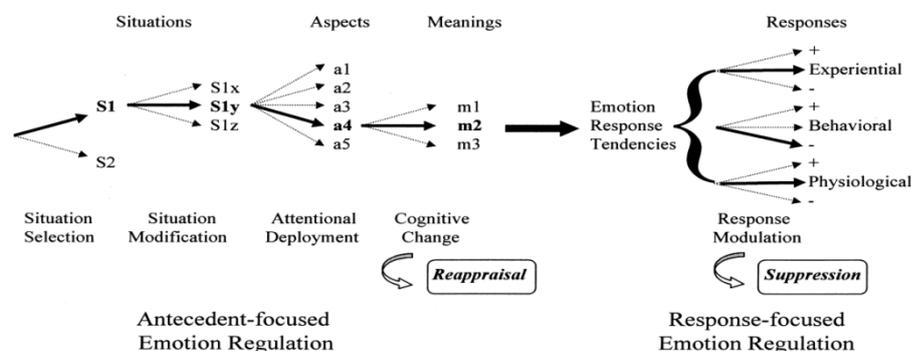
Gross (2014) menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan pembentukan emosi yang dimiliki seseorang, kapan seseorang memilikinya, dan bagaimana seseorang mengalami atau mengekspresikan emosinya, oleh karena itu regulasi emosi berkaitan dengan bagaimana emosi itu dapat diregulasi (*regulation of emotions*) berkebalikan dengan bagaimana emosi yang meregulasi sesuatu yang lain (*regulation by emotions*). Gross dan Thompson (Lane, Bucknail, Davis, dan Beedie, 2012) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan strategi yang digunakan dengan sengaja maupun otomatis untuk memulai mempertahankan, memodifikasi atau menampilkan emosi. Tice dan Bratslavsky (Gallo, Keil,

McCulloch, Rockstoh, dan Gollwitzer, 2009) mendefinisikan regulasi emosi sebagai bentuk penghindaran respon dengan melakukan sekumpulan tindakan untuk memunculkan emosi yang berlawanan, salah satu contohnya seperti bersantai agar dapat menghilangkan perasaan cemas. Selain itu, Gross dan Levenson (1993) mengemukakan definisi regulasi emosi sebagai manipulasi yang dilakukan untuk mempengaruhi emosi, reaksi fisiologis, atau komponen perilaku yang dapat menimbulkan respon emosional. Berdasarkan pemaparan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan cara individu dalam meregulasi emosinya baik sengaja maupun otomatis sebagai bentuk penghindaran respon dan cara individu dalam melakukan manipulasi yang dilakukan untuk mempengaruhi emosi.

### **2.1.2 Strategi Regulasi Emosi**

Gross (2002) mengemukakan bahwa terdapat dua model strategi dalam meregulasi emosi, yaitu *antecedent focused strategies* dan *response focused strategies*. *Antecedent focused strategies* merupakan hal-hal yang dilakukan individu sebelum merespon secara penuh suatu tekanan kemudian mengubah emosi dan perilakunya. *Response focused strategies* merupakan hal-hal yang dilakukan individu setelah emosi muncul. Adapun bagan proses regulasi emosi sebagai berikut :

**Bagan 2.1 Model Proses Regulasi Emosi**



Pada bagan 2.1 mengenai model proses regulasi emosi, terdapat lima poin atau tahap dalam proses merespon emosi, yaitu :

a. *Situation Selection* (Pemilihan Situasi)

Pemilihan situasi merujuk padabagaimana memilih untuk mendekati atau menghindari orang-orang, tempat, atau hal-hal tertentu untuk mengatur atau meregulasi emosi. Sebagai contoh seperti saat individu memilih makan malam bersama seorang teman yang dapat membuat individu tersebut selalu tertawa pada malam sebelum ujian akhir, daripada pergi untuk bergabung bersama teman-teman yang merasa gugup pada sesi belajar terakhir sebelum menghadapi ujian. Pemilihan situasi tersebut dapat memberikan dampak jangka pendek dan jangka panjang, seperti contohnya ketika individu yang pemalu berupaya mengurangi kecemasan dengan menghindari situasi untuk bersosialisasi dapat membantu dalam waktu jangka pendek. Namun, tindakan tersebut dalam jangka panjang akan berdampak pada isolasi social/terkucilkan.

b. *Situation Modification* (Modifikasi Situasi)

Setelah dipilih, situasi dapat disituasikan untuk dimodifikasi yang dapat memiliki dampak emosional. Sebagai contoh Individu yang pada malam hari sebelum menghadapi ujian akhir, seorang teman menanyakan apakah individu tersebut telah siap menghadapi ujian, individu tersebut dapat membuat percakapan tersebut berakhir dengan cara membicarakan tentang hal lain.

c. *Attentional Deployment* (Penyebaran Atensi)

Setiap situasi memiliki aspek-aspek yang berbeda dan penyebaran atensi digunakan untuk memilih beberapa aspek-aspek dari situasi yang hendak individu fokuskan. Sebagai contoh individu yang terganggu oleh percakapan yang membuatnya kesal dengan cara melakukan atau memfokuskan pada hal lain seperti menghitung jumlah ubin yang ada di lantai . *Attentional deployment* juga mencakup upaya untuk berkonsentrasi secara intens pada topic atau tugas tertentu.

d. *Cognitive change* (Perubahan kognitif)

Perubahan kognitif menggambarkan pada pemilihan dari banyaknya kemungkinan yang individu akan ambil sebagai cara individu memandang hal tersebut. Sebagai contoh yaitu, individu mengingatkan pada dirinya bahwa "ini hanyalah sebuah tes" daripada memandang bahwa ujian merupakan pengukuran dari nilai kehidupan seseorang. Perubahan kognitif juga sering digunakan untuk mengurangi respon emosional.

e. *Response modulation* (Modulasi respon)

Modulasi respon terkait pada usaha individu untuk mempengaruhi kecenderungan respon emosi yang siap untuk dimunculkan. Contoh ketika

individu yang melakukan modulasi respon dengan menyembunyikan rasa malu setelah gagal dalam melakukan ujian.

Pada bahan 2.1 bagian a-d berupa *situation selection, situation modification, attentional deployment, cognitive change* yang berfokus pada penyebab masalah, sedangkan bagian e yaitu *response modulation* lebih berfokus pada respon yang dihasilkan. Bagan di atas, terdapat regulasi emosi *antecedent focused* dan regulasi emosi *response focused*. Regulasi emosi *antecedent focused* merupakan bentuk dari *cognitive reappraisal* sedangkan regulasi emosi *response focused* merupakan bentuk dari *suppression* (Gross, 2002).

Gross (2002) mengemukakan bahwa *cognitive reappraisal* merupakan cara mengubah situasi yang dianggap dapat mengurangi dampak emosional sedangkan *suppression* merupakan cara menghambat perilaku ekspresif yang sedang berlangsung. Keenan (2013) menyatakan bahwa *cognitive reappraisal* melibatkan pikiran (kognitif) lebih dulu sebelum memproses aktivasi emosi, hal tersebut melibatkan bagaimana merubah pikiran tentang situasi emosi yang tepat (strategi tersebut secara penuh berfokus pada tujuan untuk meningkatkan atau mengurangi respon emosi), sedangkan *suppression* yaitu terlibat secara aktif dalam menghambat pengalaman emosi secara internal dan eksternal, baik secara verbal (lisan) atau mengontrol ekspresi wajah sehingga emosi tidak tersampaikan. Selain itu Mcrae, Heller, John dan Gross (2011) juga menyatakan bahwa *cognitive reappraisal* adalah strategi yang melibatkan pikiran untuk kemudian mengubah emosi, sedangkan *suppression* merupakan strategi yang digunakan untuk menghambat penampakan emosi.

### 2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi

Goleman (2001) mengemukakan mengenai beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi individu, yaitu :

a. Lingkungan Keluarga.

Keluarga merupakan lingkungan individu pertama kali mempelajari emosi, Strategi regulasi emosi dapat diajarkan sejak usia bayi dengan cara memberi contoh-contoh ekspresi. Peristiwa emosional yang terjadi pada masa anak-anak akan melekat dan menetap secara permanen hingga masa dewasa, sehingga hal-hal emosional yang diajarkan di lingkungan keluarga akan membantu anak dalam hal perkembangan strategi regulasi emosi.

b. Lingkungan non Keluarga.

Hal ini merujuk pada lingkungan masyarakat dan pendidikan. Kemampuan anak dalam meregulasi emosi berkembang sejalan dengan perkembangan fisik dan mental. Pada pembelajaran emosi ini biasanya dilakukan dalam suatu aktivitas bermain peran.

c. Fisik

Secara fisik, bagian individu yang paling menentukan dan paling berpengaruh terhadap emosi seseorang ada pada anatomi saraf emosinya. Bagian otak yang digunakan dalam berpikir disebut korteks dan bagian dalam mengurus emosi yaitu *system limbic*.

## **2.2 Keterlibatan Ayah**

### **2.2.1 Definisi Keterlibatan Ayah**

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat disebut dengan *father involvement*. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan adalah bagaimana ayah terlibat aktif secara positif dalam kegiatan baik itu berupa interaksi langsung kepada anak, memberi kehangatan, memberikan pemantauan dan kontrol pada aktivitas anak, serta ikut bertanggung jawab terhadap keperluan dan kebutuhan anak (Lamb, 2010). Rima, Novianti, Windisany, dan Yohanes (2001) juga menjelaskan mengenai keterlibatan ayah sebagai kontak langsung antara ayah dengan anak melalui beberapa cara, beberapa diantaranya seperti ketika ayah mengurus atau merawat anak dan berbagi kegiatan bersama ayah dengan anaknya. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat juga diartikan sebagai seberapa besar usaha yang dilakukan oleh ayah dalam berpikir, merencanakan, memperhatikan, memantau, mengevaluasi, mengkhawatirkan, serta berdoa bagi anaknya (Palkovitz; Hidayati, Kaloeti, & Karyono, 2011).

Pada beberapa definisi keterlibatan ayah di atas, dapat disimpulkan bahwa keterlibatan ayah merupakan bagaimana figur ayah yang terlibat langsung kepada anaknya dengan memberikan pemantauan, kontrol juga kehangatan dan perhatian serta bertanggung jawab dalam pemenuhan kebutuhan dan keperluan anak.

### **2.2.2 Aspek-aspek atau Komponen Keterlibatan Ayah**

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan terdapat lima komponen, yaitu *positive activity engagement*, *warmth-responsiveness*, *control*, *indirect care*, dan *process responsibility* (Pleck dalam Lamb, 2010). Adapun penjelasan mengenai kelima komponen tersebut adalah sebagai berikut (Pleck dalam Lamb, 2010):

- a. *Positive activityengagement* ialah interaksi secara langsung antara ayah dan anaknya melalui pengasuhan sehari-hari dan aktivitas-aktivitas yang dilakukan bersama.
- b. *Warmth-responsiveness* merupakan adanya kehangatan dan perilaku responsif yang ditunjukkan ayah ketika berinteraksi langsung dengan anaknya.
- c. *Control* yaitu partisipasi ayah dalam membuat aturan, melakukan monitoring terhadap pelaksanaan aturan-aturan tersebut, serta membuat keputusan terkait aturan-aturan tersebut.
- d. *Indirect care* didefinisikan sebagai berbagai aktivitas yang tidak melibatkan interaksi langsung dengan anak yang dilakukan oleh ayah dalam rangka memenuhi kesejahteraan anak.
- e. *Process responsibility* merupakan kepekaan ayah untuk melihat adanya kebutuhan-kebutuhan dalam pengelolaan rumah tangga dan pengasuhan anak bersama pasangan yang diikuti dengan inisiatif ayah untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut.

### **2.2.3 Dampak Keterlibatan Ayah pada Perkembangan Anak**

Dampak dari keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap anak dapat berpengaruh pada aspek perkembangan anak. (Allen & Daly, 2007) menjelaskan hal-hal yang berpengaruh pada aspek perkembangan anak yaitu pada perkembangan kognitif, perkembangan emosional dan *well-being*, perkembangan sosial, kesehatan fisik, serta berkurangnya dampak negatif dari perkembangan anak. Adapun penjelasan mengenai dampak-dampak keterlibatan ayah adalah sebagai berikut:

a. Perkembangan Kognitif

Anak-anak yang ayahnya terlibat dalam kehidupan mereka cenderung memiliki tingkat ekonomi dan prestasi akademik yang tinggi, kesuksesan karir, kompetensi kerja, harapan pendidikan, pencapaian pendidikan, serta kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Allen & Daly, 2007).

b. Perkembangan Emosional dan *Well-being*

Anak yang ayahnya terlibat dalam pengasuhan cenderung dapat menunjukkan locus of control internal yang lebih besar, kemampuan mengambil keputusan yang lebih baik, memiliki *self-control*, dan dapat menampilkan sedikit impulsivitas. Selain itu, Keterlibatan ayah juga dapat meningkatnya perasaan anak terhadap penerimaan ayah yang merupakan faktor peran penting dalam pengembangan *self-concept* dan *self-esteem*. Individu pada usia dewasa muda yang ayahnya merawat dan selalu tersedia hingga tumbuh dewasa cenderung dapat memiliki skor tinggi pada *self-acceptance*, melihat diri mereka dapat diandalkan, dipercaya, dan ramah (Allen & Daly, 2007).

c. Perkembangan Sosial

Anak yang ayahnya terlibat lebih cenderung tumbuh untuk menjadi individu yang pengertian dan toleran, menjadi orang dewasa yang sukses dan mudah bersosialisasi, memiliki jaringan sosial seperti persahabatan jangka panjang, dan dapat menyesuaikan diri dengan baik ketika memasuki perguruan tinggi, baik secara pribadi maupun secara sosial. Selanjutnya, anak yang dekat dengan ayahnya cenderung memiliki pernikahan jangka panjang, merasa puas dengan pasangan hidup, memiliki hubungan intimasi yang lebih baik, dan cenderung untuk tidak bercerai. Selain itu, kematangan

moral anak-anak dan perilaku moral yang lebih prososial dan positif cenderung ada pada anak yang memiliki kehangatan dan pengasuhan ayah (Allen & Daly, 2007).

d. Kesehatan Fisik

Ayah dapat secara tidak langsung mempengaruhi kesehatan fisik dan kesejahteraan anak melalui pemenuhan fasilitas kesehatan yang optimal untuk ibu. Ayah yang secara emosional mendukung ibu akan memungkinkan ibu untuk memiliki well-being yang lebih baik, sehingga dapat memelihara atau menerapkan aturan kehamilan yang sehat, serta tidak memiliki masalah ketika akan melahirkan. Pada umumnya, anak yang hidup tanpa kehadiran dan keterlibatan ayah cenderung mengalami masalah terkait kesehatan fisik (Allen & Daly, 2007).

e. Kurangnya Dampak Negatif Perkembangan

Ayah yang terlibat dapat melindungi anaknya dari terlibat perilaku kenakalan, penggunaan zat terlarang, pemakaian narkoba, pembolosan, mencuri, serta mengonsumsi minuman keras. Keterlibatan ayah juga dapat mencegah anak agar tidak memiliki sifat anti sosial, *bullying*, merasa depresi, terlibat aktivitas seksual dini, dan kehamilan di luar nikah (Allen & Daly, 2007).

## 2.3 Remaja

### 2.3.1 Definisi Remaja

Remaja merupakan periode berkembangnya individu yang diawali dengan terjadinya pubertas pada saat individu berusia 10-12 tahun dan berakhirnya masa remaja ditandai dengan kematangan individu secara psikologis (APA, 2015). Santrock (2012) mendefinisikan remaja merupakan suatu periode transisi

dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa, masa remaja dimulai ketika individu memasuki usia 10-12 tahun hingga 18-21 tahun. Papalia, Olds, dan Feldman (2009) mengemukakan bahwa masa remaja berlangsung sejak usia sekitar 11 hingga 19 atau 20 tahun dan pada umumnya melibatkan perubahan pada aspek fisik, kognitif, dan psikososial. Sehingga dapat disimpulkan, definisi remaja yaitu salah satu tahap perkembangan individu yang merupakan transisi antara tahap perkembangan kanak-kanak dan masa dewasa, pada tahap perkembangan remaja diawali di usia 10-12 tahun dan berakhir pada usia 18-21 tahun yang pada umumnya melibatkan perubahan dari beberapa aspek yaitu aspek fisik, kognitif dan psikososial.

### **2.3.2 Aspek-aspek Perkembangan Remaja**

Terdapat beberapa aspek perkembangan yang terjadi pada usia remaja yaitu perkembangan fisik, kognitif, social, emosi dan moral.

#### **a. Perkembangan Fisik**

Perubahan yang dapat dilihat pada tahap perkembangan remaja adalah perubahan fisik yang ditandai dengan pubertas. Pubertas merupakan periode terjadinya kematangan fisik secara cepat yang melibatkan perubahan hormonal dan tubuh serta berlangsung pada tahap remaja awal. Perubahan fisik juga terjadi pada otak tepatnya pada bagian amigdala yang terlibat pada pemrosesan informasi mengenai emosi, berkembang lebih awal dibandingkan pada bagian korteks prefrontal yang melibatkan proses kognitif yang lebih tinggi (Santrock, 2012)

b. Perkembangan Kognitif

Pada teori perkembangan kognitif Piaget, remaja berada pada tahap operasional formal yaitu pemikiran individu menjadi lebih abstrak, idealis, dan logis sehingga memungkinkan remaja menjadi lebih mampu dalam bernalar secara hipotesis-deduktif. Meningkatnya kecepatan dalam memproses, otomatisasi, dan kapasitas, maupun bertambahnya isi dan jangkauan pengetahuan serta spontanitas dalam penggunaan strategi, memungkinkan kemampuan berpikir kritis pada remaja meningkat (Santrock, 2012).

c. Perkembangan Sosial

Pada tahap perkembangan Erikson, remaja berada pada tahap identitas versus kebingungan identitas (*identity versus identityconfusion*). Pada tahap ini remaja perlu untuk menentukan siapa dirinya, bagaimana dirinya, serta tujuan yang ingin diraih. Orang tua merupakan peran figure yang penting dalam perkembangan pembentukan identitas remaja (Santrock, 2014).

d. Perkembangan Emosi

Emosi adalah perasaan atau afek yang terjadi ketika individu sedang berada dalam keadaan atau interaksi yang bersifat penting bagi individu. Remaja cenderung mengalami emosi yang ekstrim dan cepat berlalu dibandingkan dengan orang tua remaja. Kemampuan mengelola dan mengontrol emosi merupakan hal yang penting untuk memperoleh hasil positif pada remaja. Remaja yang bermasalah adalah remaja yang tidak mampu dalam mengelola emosinya dengan baik (Santrock, 2014).

e. Perkembangan Moral

Perkembangan moral mencakup pada perubahan pikiran, perasaan, dan tingkah laku mengenai benar dan salah. Kohlberg menjelaskan

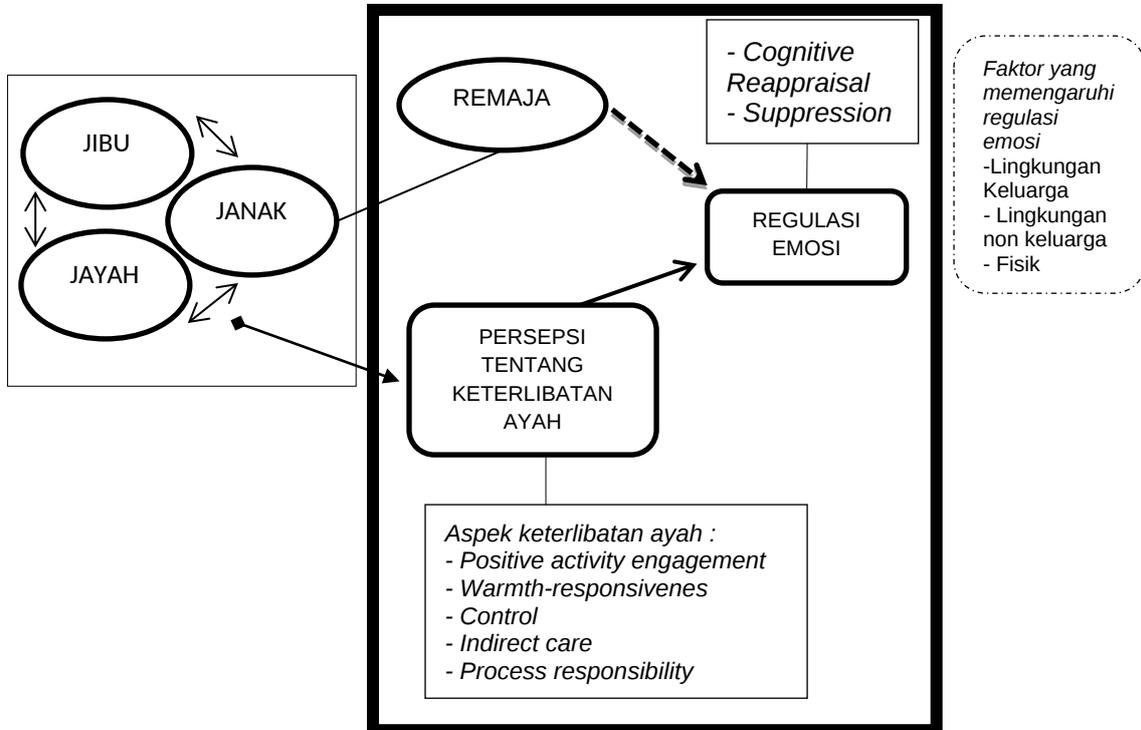
bahwaperkembangan moral terdiri dari tiga level yaitu *preconventional*, *conventional*, dan *postconventional*. Hal yang mempengaruhi perkembangan moral pada remaja dalam setiap level tersebut adalah modelling, konflik kognitif, hubungan dengan teman sebaya, serta kesempatan untuk mengambil peran (Santrock, 2014

#### **2.4 Hubungan Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi**

Seorang figur ayah yang dikatakan terlibat dalam pengasuhan anak ketika berinisiatif untuk menjalin hubungan dengan anak dan memanfaatkan semua sumber dayanyabaik itu berupa fisik, kognisi, dan afeksi (Andayani, 2007). Selain itu, keterlibatan ayah memiliki dampak yang positif pada beberapa aspek perkembangan, salah satunya adalah perkembangan emosi, dengan perhatian dan kehangatan yang diberikan ayah kepada anaknya sejak bayi memiliki korelasi positif dengan emosi pada anak usia remaja (Allen dan Daly, 2007). Keterlibatan ayah juga memiliki keterkaitan terhadap perkembangan emosional, kognitif, sosial, moral juga gaya interaksi dan kelekatan anak (Lamb, 2010).

Berkaitan dengan regulasi emosi, remaja yang memiliki persepsi baik terhadap peran ayah mereka umumnya mampu menggunakan internalisasi model dari ayah untuk mengatur emosi mereka. Sebaliknya, jika remaja yang memiliki persepsi buruk terhadap peran ayah maka remaja akan kurang mampu dalam mengatur emosi (Adzania dan Masykur, 2015). Pada pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa salah satu aspek perkembangan yang sangat mendukung dengan adanya keterlibatan ayah yaitu aspek emosi, remaja akan dapat mengatur emosi mereka dengan menginternalisasi cara ayah dalam mengatur emosi.

## 2.5 Kerangka Konseptual



Keterangan :

- ↔ : Interaksi antar anggota di dalam keluarga
- ◊→ : Bentuk interaksi/hubungan ayah dan anak (persepsi tentang keterlibatan ayah)
- : Salah satu bagian dari tugas perkembangan remaja
- : Berhubungan dengan
- : Komponen dalam keluarga
- ▭ : Variabel yang menjadi fokus penelitian<sup>9</sup>
- ▭ : Aspek-aspek dari variabel
- ⋯ : Faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi

Pada kerangka konseptual di atas menunjukkan keluarga merupakan sistem yang terdiri dari Ayah, Ibu, dan anak yang saling berinteraksi satu sama lain, khususnya pada bentuk interaksi ayah dan anak yaitu keterlibatan ayah. Keterlibatan ayah merupakan bagaimana figur ayah yang terlibat pengasuhan secara langsung kepada anaknya dengan memberikan pemantauan, kontrol juga kehangatan dan perhatian serta bertanggung jawab dalam pemenuhan kebutuhan dan keperluan anak. Keterlibatan ayah juga memiliki dampak positif dalam perkembangan anak.

Anak pada tahap perkembangan remaja, dalam hal ini remaja akhir dikatakan telah mampu mengatur emosinya dan dapat berpikir lebih kritis sebelum bereaksi secara emosional, khususnya dalam hal ini bagaimana remaja dapat memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik. Regulasi emosi sendiri merupakan proses individu dalam meregulasi emosinya yang dilakukan untuk mempengaruhi emosi dan cara individu dalam menampilkan atau mengekspresikan emosinya. Selanjutnya, pada kerangka konseptual terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu keluarga, non keluarga, dan fisik. Adapun fokus dalam penelitian ini adalah faktor keluarga dalam regulasi emosi dalam hal ini keterlibatan ayah pada anak remaja dalam meregulasi emosinya.

## **2.6 Hipotesis Penelitian**

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$H_0$  : Tidak ada hubungan antara persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja akhir.

$H_a$  : Ada hubungan antara persepsi tentang keterlibatan ayah dengan regulasi emosi remaja akhir.